



カウンセラーだより

たじま絆保育園 H30. 10月号

保護者の皆さま、ハッピーハロウィン！今日、登園したら職員は仮装に身を包み、こどもたちは可愛い仮装をしてお出まし。知らずに登園した僕は、どこかよそよそしく、顔がよく誰かに似ていると言われるからいいか(?)、と思いながら過ごしていました。ハロウィンは仮装をして悪霊を追い出し、秋の収穫・豊作を願う風習に基づいていますが、日本の秋の味覚や食欲の秋とも通じていますね。個人的には、野菜の値段が下がれば嬉しいのですが。。。

さて、前置きが長くなりましたが、10月号はゲーム依存についてお便りを書く予定でしたが、ゲーム依存の対象は小学4年生以上である場合が多いので、今月号は『こどもとメディア』についてお送り致します。



こどもとメディアについて

- 家庭の環境にもよりますが、早ければ子どもは1~2歳ぐらいからスマホに慣れ親しんでいきます。
- スマホ自体は悪ではないですが、使い方には注意が必要です。
- 日本医師会と日本小児科医会によれば、長時間のスマホ利用は、こどもの体力・睡眠・コミュニケーション・学力・視力・脳機能(記憶・判断)に悪影響を及ぼす可能性がある、としています。
- 日本小児科医会による5つの提言によれば、①2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控える②授乳中・食事時のテレビ・ビデオ視聴は控える③メディアへの接触は1日2時間まで、テレビゲームは1日30分までにする④こどもの部屋にテレビ・ビデオ・パソコンを置かない⑤保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールを作る、などが言われています。
- ほかにスマホの悪影響としては、お菓子や玩具も同じですが、泣き止まないときにすぐスマホをあてがうと、自力で気持ちを切り替える機会を失い、こどもがスマホを利用している時間帯は親子の愛着が時間的に阻害されてしまいます。やはり、親子の眼差しやふれあいを通して、情緒を安定させる事が、こどもの幸福感を高めるためには最も大切なのです。また、メディアを見るときは30cm以上離れて視聴しましょう。
- こどものメディアへの利用については賛否両論ありますが、メディアの使用に関するポジティブな意見としては、小学校におけるタブレットの使用による学力向上、老人施設におけるゲーム利用による認知機能の向上、将来の仕事につながるIT技術やゲーム・プログラミング、などが言われています。要は、使い様ですね。日本小児科医会の「スマホに子守をさせないで」も参考にしてください。

11月のお知らせ

- 原則として、水曜09時~18時に出勤予定です。



11月号はフリー保育士からお題を頂いた「シングル家庭と子どもーポジティブな側面に光を当ててー」についてお送り致します！ぜひ、ご覧ください！