

## ～スマホに子守りをさせないで！～

私たちの生活は、IT化によって随分楽になりました。スマートフォンの普及もすさまじく、中には「親が子育てに必要な以上に使っている」という現象も起きています。(例えば怖い鬼のアプリがあって叱る時に子どもに見せている、乳母車の中で2歳くらいの子どものスマホを持たせて遊ばせているなど)

大人にとってはこんなに便利なスマホでも、赤ちゃんに与える影響はないのでしょうか？



「スマホに子守りをさせないで」

日本小児科医学会「子どもとメディア」

## ★子どものサインを見逃していませんか？

子どもは一緒に見て！など親のかかわりを引き出すサインを出しています。物理的には一緒にいるのに、気持ちは一緒にいないという空間と時間を過ごしていないのでしょうか？

## ★身体の発達は大丈夫？

乳幼児早期からスマホなどのタブレット端末に接触する時間は、体力や運動能力低下を加速させる可能性があります。子どもは身体を直接使うことで感覚を働かせます。全身を使って得た情報を脳が処理することで脳は育っていくのです。



## ★社会性の発達は大丈夫？

赤ちゃんは生まれた直後から五感を駆使して周りの情報を得ています。赤ちゃんが起きている時間に親の時間がスマホの画面を見ることに費やされているのは問題です。



水色部分 参考文献 げんき No.142 より引用

医学博士・小児科医 内海裕美

病院で順番を待つ時など静かに待てますか？

年齢が低いほど大変ですね。絵本や好きな(音の出ない)玩具を持って行ったり・いろいろな工夫はされていると思います。スマホやタブレットで動画などを子どもに見せておけば、大人しくできます。1歳児くらいになるとスマホの操作も上手にできる子どももいてこちらがびっくりしてしまいます。今は予約制で長時間待つ事は減ったとは思いますが……

5～6歳児くらいになると「なぜ今、静かにしなければならないのか」をきちんと理解できるようになり、スマホのゲームで遊びたくても我慢ができるようになります。「ダメ！」と頭ごなしに叱るのではなく子どもの年齢に応じて「なぜ～しなければならないか」が納得できるように、わかりやすく話して聞かせる事がとても大切です。

同じように、苦手な事ややりたくない事でも頑張ってみようという意欲も育てなくてははいけませんね。



小学校からオンライン授業の導入など、子ども達を取り巻く環境が大きく変わってきていますが、今しかできない事、今しなければならない事をよく考え、パパ・ママ達も上手にITを使って育児に役立てながら、大人が依存しないように優先順位をつけることが大事ですね。