

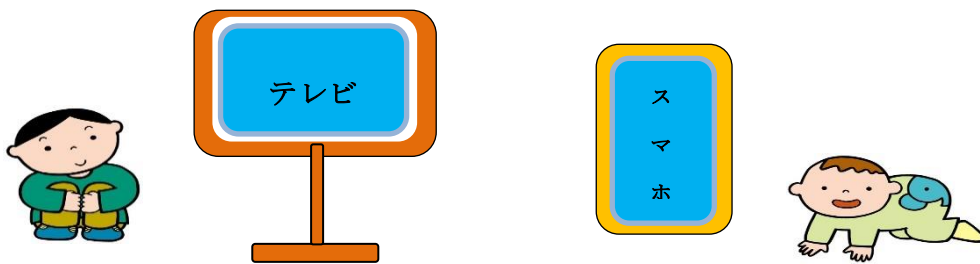
スマホやテレビの時間を減らして

親子のふれあいの時間を増やそう

テレビやスマホが普及し、子どもが夢中になるケースが増えています。使用時間が長くなると子どもの成長に悪影響を及ぼす可能性があります。

今回は、テレビやスマホがどういう点で子どもの成長に悪影響を及ぼすかについてお伝えします。

- ① 情報を一方的に受け取るのみで人とのやり取りをする機会が減り、人を信頼する力やコミュニケーション能力などが育まれにくい。
- ② 外遊びの機会が減り、視力の発達、五感の発達に支障を及ぼす。また、体幹や筋肉・身体操作能力のレベルが低下する危険性がある。



テレビやスマホの時間を減らすと・・・

スマホやテレビの時間を減らしてみませんか？親子のふれ合いの時間が増え、人を信頼する力、コミュニケーション能力などが育まれ、また、視力や五感、体の発達が促されていきます。

たとえば・・・



親子のふれあい

大人とふれあうことで子どもは安心し、人を信頼する力を獲得していきます。



親子の会話

食事中などにテレビやスマホを消すことで会話が増え、大人とやりとりする機会がもてます。



一緒に外で遊ぶ

体の発達のみならず、鋭い嗅覚、触覚等も育まれていきます。

引用・参考文献 「子どもが危ない！スマホ社会の落とし穴」

著：清川輝基、内海裕美