

# 子ども・若者とメディアを考える会

メディア漬けの予防は乳幼児から！

健全な発育は、親子のふれ合いや五感を使った遊びで促されます。ところが、電子メディア(テレビ、ビデオ、スマートフォン等)の普及に伴い、長時間アニメ画像を見せたり、子育てアプリで遊ばせる機会が増えています。メディア漬けの生活によって、運動不足、睡眠不足、そしてコミュニケーション能力の低下がおこり、心身の発達の遅れや、ゆがみが生じている場合があります。人とのかかわりを大切に、外で思い切り遊ばせるようにしましょう。



★5つの提言★(2004年 小児科学会)

- ① 2歳までのテレビ、ビデオ視聴は控えましょう。
- ② 授乳中、食事中のテレビ、ビデオ視聴はやめましょう。
- ③ すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。1日2時間までを目安と考えます。テレビゲームは1日30分までを目安と考えます。
- ④ 子どもの部屋には、テレビ、ビデオ、パーソナルコンピューターを置かないようにしましょう。
- 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つくりましょう。

～例会開催のご案内～

日時： おもに毎月第3金曜日 19時～21時  
場所： 九州看護福祉大学 2号館 大講義室1

\*日程、場所は変更する場合があります。

広報たまなにも掲載していますので、ご確認ください。



\*また、参加をご希望される方にはメールによるご案内も行っております。下記までご連絡ください。

“子ども・若者とメディアを考える会” 例会事務局

地域交流館 みゆき苑 TEL 74-2412

FAX 74-3086