



わかひさ便り5

2016. 2. 3

わかひさ保育園 園長 井上國康

今の生活に必須のアイテム携帯電話・スマホ、こんな「便利なもの」の出現は20～30年前は予想できませんでした。私の幼かった頃、有線電話のある家は多くありませんでした。電話のある家に「隣の〇〇さんお願いします」と取次を依頼したり、テレビも十分普及してなく「月光仮面」を裕福な家庭にお邪魔して見せてもらっていました。遊びは河川、田圃、未開発の裏山で、釣り、蛙獲り、昆虫やメジロ（今は禁止です）などを獲って、徒党を組んで駆け回っていました。これが当たり前の風景でした。あれから半世紀以上が経ち環境が変わり、今の子ども達の生活と遊びはどう変わったのでしょうか。

昨年、園の行事日に小学生の卒園児が2人遊びに来て、事務室で電子機器のゲームを始めたので「ここでゲームはできないよ」と話しかけて尋ねると、休みの日はいつも10時間、平日でも6時間くらいするとのことでした。

「みんなで集まって遊んだりしないの？」

「うん、するよ」

「集まったらみんなでどんな遊びをするの？」

「ゲーム！」

という返事でした。

先日、若久2丁目八田池公園の急斜面の木にロープ結んで崖登りして遊んでいた7～8人の小学生グループに会ったとき懐かしい風景を見た思いがしました。

今の社会は電子メディアが溢れています。大人も学生もバス電車の中で、喫茶店で、路上で・・・皆見ているスマホ。一方、全国でネット・スマホ依存症の中高生が51万人超、ネットの接触で起こる青少年の事件は後を断ちません。

最近驚いたのは、幼児がむずがる時に見せるアプリ“鬼から電話”です。見せるとびっくりしてすぐおとなしくな

るそうです。本来母子は肌と肌、目と目を合わせて語りかけ愛着形成がなされ、情緒の安定と確かな絆が結ばれていくのですが、ある種の虐待に似たスマホ育児に子どもたちの将来に大きな不安を感じます。こうした精神的または身体的虐待を継続的に受けた子の脳に萎縮が見られることが今では分かっています。これは「治らないことを意味します」とはある小児科医の警告です。

～メディア漬けが子どもを蝕む～



NPO「子どもとゲイ」

昔からよく子どもには本物（絵画、工芸、書物など）を見せる触れさせることが大切と言われてきました。この意味は最近の脳科学の研究からケータイゲームなどの仮想現実に向き合っている時の脳の働きと比べ物にならないくらい本物の自然の中での全身を使った体験をする時の方が脳は活発に働いているということ（東北大学：川島隆太教授）が分かっていると理解できます。

下の表は文科省が2015年に調査した携帯・スマホの所有率と学力調査の一部です。

	全国平均	福岡県	参考：47都道府県
小学生	58%	全国 8 位 60.3%	47 位秋田県 30.34%（全国学力テスト 1 位）
中学生	78.6%	全国 13 位 79.8%	43 位秋田県 68.6%（全国学力テスト 2 位）

高校生では9割が所有しています。

ちなみに所有率上位の福岡県は全国学力テスト小学生は35位、中学生は38位でした。

先月あるジャーナリストの講演会で「あまりリジビレでは言えないのですが」と断って、東大駒場（教養部）構内で待ち合わせをしていたとき「学生が誰ひとり歩きスマホしていない」ことに気づいたそうです。「きちんと使い分けできて、自分をコントロールできる人がここに入れるんですね」と話されていました。

以下の資料はNPO法人「子どもとメディア」が2015年に福岡県の小学5・6年生(455人)にメディアとの接触時間などをもとに①メディア依存度がない②メディア依存度が強い二群（実際は中度も含めて四群）に分けて比較し、「はい」と回答をした割合%を示したものです。

アンケート(抜粋)の質問	①依存なし群	②強い依存群
1 自分に良いところがたくさんあると思いますか	26.7	18.2
2 クラスで決められた仕事は責任もってする方ですか	49.7	24.2
3 学校での勉強の内容はわかりますか	56.0	33.3
4 自分の気持ちや考えを人に伝えることができる方ですか	36.6	22.7
5 人のために何かをしたいと思っていますか	51.8	42.4
6 家族はあなたを信頼していると思いますか	59.2	50.0
7 将来の夢や目標を持っていますか	70.7	66.7
8 わけもなく「疲れた」と感じることはありませんか	23.0	36.4

この表を見てどのようなことを感じられますか。この他、早期（保育園、幼稚園のとき）にゲーム機・スマホなどに接触した子どもほど事態は深刻であるデータもあります。

次は東北大学の川島隆太教授が2013年

に仙台市で行った調査結果
「スマホ・携帯が学力に与える
影響」です。

このグラフから、家でちゃんと勉強している生徒でも、スマホを使う時間が長ければ、家で勉強しない生徒よりも学力が下がっている傾向が統計的に表われているということです。

子どもから子ども時代を奪う電

子メディアを遠避けてあげてください。

人類は哺乳動物の一種として大自然

の中で永く暮らし進化してきました。その過程でどんな食べ物を食べ、どんな子育てをして暮らすと繁栄し生き残れるのかを、遺伝子に組み込んで来たと思います。

経験のない生活様式を自らのものとして獲得するのに数千年数万年の時を要することがあります。溢れる電子メディアの中で自然から離れた子守、子育てをするとその急速な変化に対応できず適応異常を招いていると考えられます。最近の脳科学的に明らかにしたことは結局「昔から行われてきた子育ての方法が実は正しかった」(川島隆太教授)ということでした。

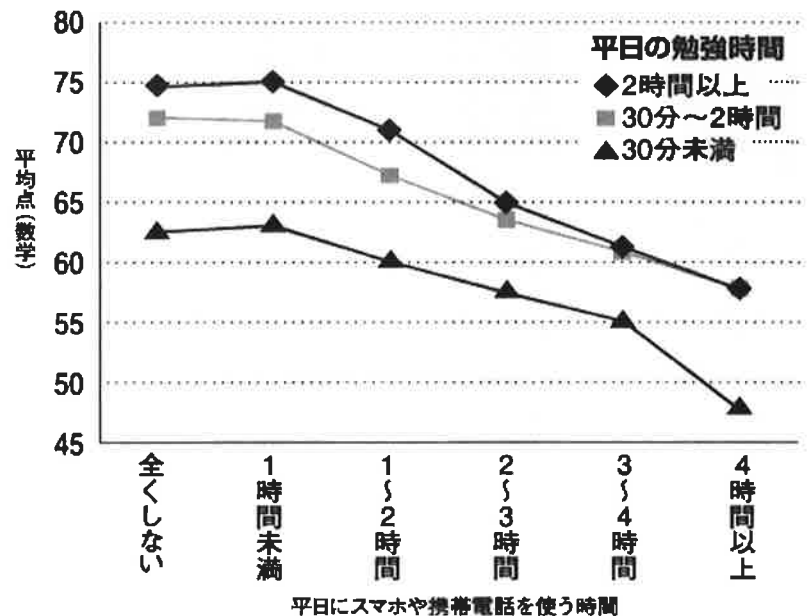
「日本の子ども達は今、これまで人類がかつて経験したことのない人体実験の真っ只中にいる」(NPO法人 子どもとメディア)とも言われています。

(財)日本小児科医会からの5つの提言は小児科受診経験のあるご家庭は御存知と思います。

- (1) 2歳までは、テレビ・DVDの視聴を控えましょう。**
- (2) 授乳中、食事時のテレビ・DVDの視聴は止めましょう。**
- (3) すべてのメディアへ接触を1日2時間までを目安にしましょう。**
- (4) 子ども部屋にはテレビ、DVDプレイヤー、パソコン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作りましょう。**

全国の小中学校でも夜9時(愛知県刈谷市)10時以降(春日市)の携帯・スマホ・ゲーム機の使用を禁止したりするところも出てきています。製造者責任や法規制を求める声もありますが、まず我々大人が正しいメディアリテラシーを持つことだと思います。

スマホや携帯電話を使う時間ごとに見た数学の平均点



今は子育ての伝承が少なく環境の変化で自然も少なくなり、昔以上に意識しないと子どもを守れません。便利さで獲得することで失うものを見極めることは物事の本質を見抜く上で大切な視点だと思います。

子どもはスクリーンからではなく自然との直接体験で生きていく大切なことを学ぶのです。

ご家庭内では暫しメディアを OFF にして、親子触れ合いの時間を多く持たれて下さい。その為の一つ絵本の読み聞かせは子供にとって至福の時間となることでしょう。すると子どもは安心して独り立ちしていくのです。



(最近の新聞記事から)

子どもが騒ぐと肩身が狭く…

スマホ子守 3歳児3割

子どもを静かにさせるためにスマートフォン(タブレット端末含む)の画面を見せたり、触らせたりする「スマホ子守」が保護者に広がり、3歳児では3割に上ることが福岡市のNPO法人「子どもとメディア」の調査で分かった。

福岡市のNPO調査

「スマホ子守」は発育への影響も指摘されており、識者は「子どもに不寛容な風潮が強まる中、あやし方が分からない親がスマホに頼る現状がある」と指摘している。

調査は昨年9〜11月、福岡、北九州両市など福岡県内4市

の4カ月児、1歳半児、3歳児の各健診に訪れた保護者を対象に実施。計5117人が回答した。子どもとの関係でスマホを使う目的(複数回答)を尋ねたところ、3歳児の保護者は「静かにさせる」が最多の31%。テレビ電話などの「コミュニケーション」(17%)や「教育・知育」(16%)を上回った。3歳児が自分でスマホを触る頻度は「週2回以上」が23%を占めた。

「スマホ子守」は乳児の保護者にも浸透しつつあり、4カ月児では「泣きやませる」が8%、1歳半児では「あやす」が18%。スマホを使った

「発育ゆがめる」懸念も

「スマホ子守」については日本小児科医学会が「親との会話や体験を共有する時間が奪われ、発育をゆがめる恐れがある」として2013年から啓発活動が続けている。

一方で少子化などを背景に、子どもが騒ぐと肩身が狭い思いをする保護者も多く、NPO法人常務理事の原陽一郎(筑紫女学園大准教授(子ども学))は「社会全体で子どもとの接し方が分からなくなってきた。小さな子と触れ合う機会をもっと増やす必要がある」と話す。調査結果は23日に福岡市で開く同法人のフォーラムで報告する。

(福岡慎一)

子どもの眩き(うめ組男児)

「いのうえせんせい は なまえかわったつちやるー
えんちようせんせいになったつちやるー?」

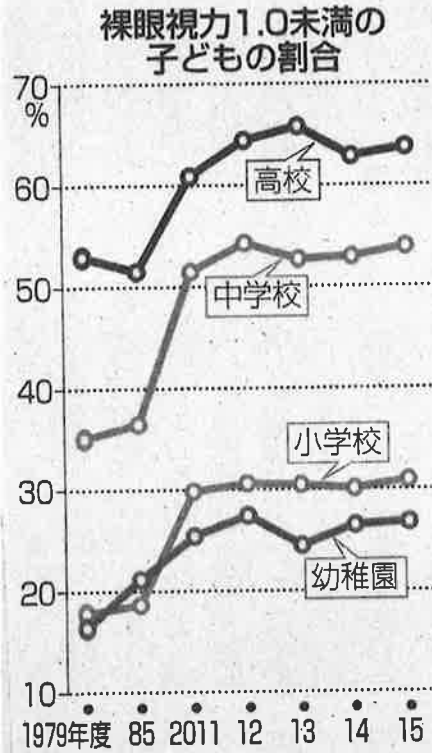
うん 四月からね

「けっこんしたと?」

???

児童の視力 過去最悪

文科省15年度調査



幼稚園から高校まで裸眼視力が1・0未満の子どもの割合は30・97%と1979年度の調査開始以来、過去最悪となったことが22日、文部科学省の2015年度学校保健統計調査（速報値）で分かった。一方、「肥満傾向児」の割合は減少傾向。特に福島県は改善し、文科省は「おおむね東日本大震災前の数値に戻った」としている。

スマホ、PCが影響？

肥満傾向 福島は震災前水準に

裸眼視力が1・0未満の子どもの割合は幼稚園26・82%、中学校54・05%、高校63・79%。父母世代に当たる30年前の85年度調査と比べ、約6〜17%増加した。文科省は「スマートフォンやパソコンなど、近くを見る機会が増えたことが関係しているのでは」とみている。

身長別標準体重から算出した肥満度が20%以上の「肥満傾向児」の出現率を学年別で見ると、男子は小4と小5、女子は小3、中1、高2で微増した以外はいずれも微減だった。男子は高1の11・34%、女子は中1の8・36%が最高値だった。

福島県では震災以降、運動不足や生活環境の変化で肥満傾向児が増え、都道府県別で出現率1位だった学年も多かったが、今回は1位がなくなった。県の担当者は「食育の指導や運動量を確保する工夫などの取り組みを地道に継続した結果ではないか」としている。

37年度から測定してきた座高と、幼稚園と小学校を対象に49年度から実施の寄生虫卵保有の有無（ぎょう虫検査）は今回の調査が最後。文科省は「座高は活用されておらず、寄生虫卵保有もほとんどなくなった」と理由を説明している。

今日は2月3日節分（ひまわり組）



子どもたちは鬼さんに「ちゃんとします、わるいことしません、やくそくまもります」と声を大にして誓っていました。

1/23 散歩する・温タオルあてる スマホ老眼 休息を



スマートフォンが広く普及し、「スマホ老眼」という言葉も聞かれるようになった。「スマホの見過ぎで老眼のような症状が起るようですが、実際は眼精疲労です」と後藤英樹医師（眼科）。主な症状は、手元が見えづらくなる▽目が乾くドラ

常の老眼は加齢でこの筋力が衰える。スマホ老眼は、情報量の多い小さな画面を見続けることで、30代でも一時的に毛様体筋が疲労し老眼のような症状が出る。10〜20代では見えづらくなることはまれだが、ドライアイや肩こりの症状が出ることも。総務省の調査では、2011年に21%だったスマホ利用率は14年には42%と倍増。30代（76

増している。毛様体筋の疲労は一晚寝ればだいたい回復するが、「症状が重いと不眠になり体調に影響することも」。目を守るにはスマホを見ない時間を作るのが一番だ。遠くを見たり、散歩したり温タオルを目にあてたりして毛様体筋を休ませよう。スマホを使う時は目から離し、無理のない範囲で画面の明るさを落とすのもいい。

まきを背負い本を読みながら歩く二宮金次郎の像。小学校の校庭でよく見られたが、校舎の建て替えなどで撤去が進み、めっきり減ったそうだ▼立派な人は、貧しくても寸暇を惜しんで勉強に励んだという教訓はご存じの通り。こんな笑い話。金次郎像を初めて見た子が言った。「危ないから歩きながら本を読んじゃあ駄目ってことでしょ」▼読書離れが指摘される今どき、歩行者の目をくぎ付けするのはスマートフォン。街中で危ない、と思うことも。子どもたちに「歩きスマホは駄目」と教える像が必要になるかもしれない▼文部科学省の2015年度学校保健統計調査によると、子どもの視力が低下傾向にあるという。中でも、小学生は「裸眼視力1.0未満」の児童が全体の31%を占めた▼1979年度の調査開始以来、最悪の数値だとか。父母世代が子どもだった30年前の85年度は19%だったから、増加ぶりが分かる。「スマホやパソコンなど近くを見る機会が増えたことが一因では」と文科省▼澄んだ夜空が美しい季節だ。時にはスマホから目を離し、唱歌「冬の星座」のように、木枯らし途絶えて冴ゆる空を見上げてみては。ものみな憩えるしじまの中に、舞い立つオリオン、さざめくスバル、無窮を指さす北斗の針。地上に降りしく奇しき光は目に優しい。一緒に、きらめく日本語にも触れてほしい。読書の機会が少ないのなら、なおさら。

春秋

2016.1.30

まきを背負い本を読みながら歩く二宮金次郎の像。小学校の校庭でよく見られたが、校舎の建て替えなどで撤去が進み、めっきり減ったそうだ▼立派な人は、貧しくても寸暇を惜しんで勉強に励んだという教訓はご存じの通り。こんな笑い話。金次郎像を初めて見た子が言った。「危ないから歩きながら本を読んじゃあ駄目ってことでしょ」▼読書離れが指摘される今どき、歩行者の目をくぎ付けするのはスマートフォン。街中で危ない、と思うことも。子どもたちに「歩きスマホは駄目」と教える像が必要になるかもしれない▼文部科学省の2015年度学校保健統計調査によると、子どもの視力が低下傾向にあるという。中でも、小学生は「裸眼視力1.0未満」の児童が全体の31%を占めた▼1979年度の調査開始以来、最悪の数値だとか。父母世代が子どもだった30年前の85年度は19%だったから、増加ぶりが分かる。「スマホやパソコンなど近くを見る機会が増えたことが一因では」と文科省▼澄んだ夜空が美しい季節だ。時にはスマホから目を離し、唱歌「冬の星座」のように、木枯らし途絶えて冴ゆる空を見上げてみては。ものみな憩えるしじまの中に、舞い立つオリオン、さざめくスバル、無窮を指さす北斗の針。地上に降りしく奇しき光は目に優しい。一緒に、きらめく日本語にも触れてほしい。読書の機会が少ないのなら、なおさら。