

はばたくことり



令和8年6月3日

総社市立久代幼稚園

先日、総社市幼稚園・こども園 PTA 連絡協議会 研修会で「乳幼児期とスマホの関わり方」という子育て応援プログラムを受けてきました。ぜひ一緒に考えてほしいと思ったので、お知らせします。

「どうしてるの？乳幼児とスマホの関わり方 今の時期に大切な親子の関わり方を見直してみませんか」という問い掛けから始まりました。一緒に考えてみてくださいね。

スマホやタブレットを使用しているのはどんな時ですか？
時間はどのくらい？

あなた自身…調べたいことがある時
連絡が必要な時
時間が空いた時 など

子ども … 親が食事を作っている時
友達と遊ぶ時 など

スマホやタブレットを長時間利用することでどんな影響があると思いますか？

あなた自身…子どもと関わる時間が減る など

子ども … 姿勢により筋肉や骨に負担がかかる
スマホ急性内斜視が急増している
脳への影響 など

どんなルールを決めていますか？ルールを守れるように工夫していることや気を付けていることはありますか？

ペアレントコントロール(子どもがスマホ等を安全に利用できるよう、保護者が使用時間や閲覧できるコンテンツを制限・管理する機能)

時間を決める→ 子どもと一緒に話し合う
使用中はそばで見守る

使う場所を決める→ 公園にゲームは持って行かない など

宿題が終わってから
食事中はスマホを見ない
夕食後は見ない(親子で)
見た後、遠くを見る など

親がお手本になる

今の時期だからこそできる親子のかかわりを具体的に考えてみましょう

一緒に料理をする
公園で遊ぶ
工作をする
家族で食事をしてたくさん会話をする
「大好きだよ」の言葉を掛けて愛情表現をする
親子でふれあい
“たかいたかい”
“ぎゅっ”
“こちょこちょ” など

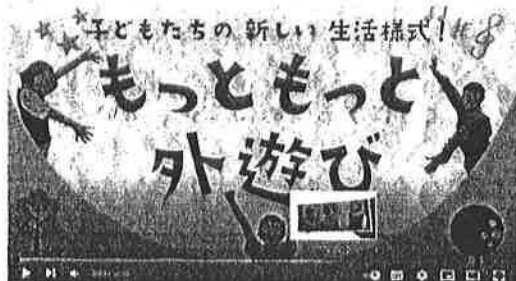
「一緒に」が大切

ルール作りは与える前に ルールは後で変更があっても大丈夫

小さいうちは五感をバランスよく刺激することが大切です。

スマホ・タブレットは視覚を使っています。「視覚だけ使っている」にならないように
表現力・創造力・身体的な力・考える力・創造力の非認知能力を養うことが大切

参 考



【不要不急でなく家で遊ぶ！】子どもたちの新しい生活様式！もっともっと外遊び【子供の非認知能力も確実向上！】

225 総社市 2021/11/10



QR コード

スマホと子育てについてのお話です



(YouTube)
www.youtube.com