

子どもの脳に 動画刺激が影響を与えています

～子どもの動画は1日2時間まで、ゲームは一日30分まで～

日本小児科学会・日本小児科医会の提言より

●2歳までの動画視聴は控えましょう。

特に象徴機能が未熟な2歳以下の子どもや、発達に課題のある子どもの動画への早期接触や長時間化は、親子が顔をあわせ一緒に遊ぶ時間を奪い、ことばやこころの発達を妨げます。内容や見方に寄らず、長時間視聴児は言語発達が遅れる危険性が高まります。

●授乳中、食事時の動画視聴はやめましょう。

●動画は一日2時間まで、ゲームは一日30分までにしましょう。

すべてのメディアへの接触する総時間を制限することが重要です。

●動画はつけっぱなしにせず、見たら消しましょう。

動画をつけるときから、「見たら消す」習慣が必要です。

●子ども部屋にはメディアを置かないようにしましょう。

●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。

※象徴機能…ものごとや出来事が目の前に存在しないときにも記号として認識する力。

・小児科医や発達の専門家から、言語（ことば）発達や社会性の遅れがある幼児の中に、動画を長時間視聴しており、動画視聴を止めると改善が見られる例があることが報告され、動画の長時間利用が発達に悪い影響を及ぼすことが指摘されています。

・「動画視聴時の親の関わりが少なく、かつ長時間視聴する子ども」の場合は、「視聴時に親の関わりがあり、かつ視聴時間が短い子ども」の場合より、有意語出現が遅れる率が2.7倍と著しく高かった」とのデータ報告があります。



問 佐川町健康福祉課（子どもサポート係）

電話 22-7705