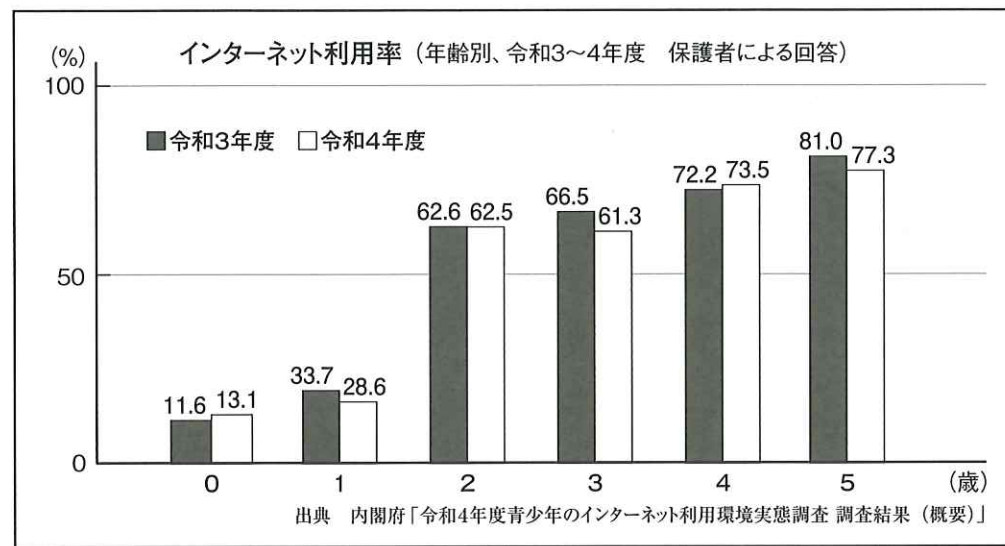


# ほけんニュース

## 乳幼児期からのインターネット利用を考える

保護者にとってスマートフォン(以下、スマホ)、タブレットなどは必要不可欠になっています。これらの機器は子どもたちにとっても身近で、抵抗感なく長時間使っている現状が見られます。改めてご家庭での利用の仕方を見直してみましょう。

### 乳幼児のインターネット利用状況



令和4年度のインターネットの利用状況は、0歳児13.1%、1歳児28.6%、2歳児62.5%、3歳児61.3%、4歳児73.5%、5歳児77.3%となっています。このように、0歳児のうちから、子どもがスマホやタブレット、インターネット接続テレビなどを利用していることがわかります。

### どのようなことで利用しているのか?

- 1位 動画を見る.....97.0%
  - 2位 ゲームをする.....45.2%
  - 3位 音楽を聴く.....25.0%
  - 4位 勉強をする.....11.5%
  - 5位 撮影や制作、記録をする....8.0%
  - 6位 検索する.....4.6%
- (通園中 0~6歳 (n=624) 上位6位までを記載)

### 年齢別 平均利用時間は?

- 2歳.....120.9分
  - 3歳.....110.2分
  - 4歳.....96.6分
  - 5歳.....108.0分
- 利用時間については2歳児5.7%、3歳児6.0%、4歳児0.7%、5歳児5.1%が5時間以上使用しているというデータがあります。

## 子どもに使わせる時はルールを決めて

乳幼児期からルールを決めて、おとなと一緒に正しく利用させることが大切です。

### スマホで あそぶ ときの やくそく

- おとうさんや おかあさんに きいてから あそぶ
- じかんを きめて あそぶ
- しょくじの じかんや ねる まえは あそばない
- おとなと いっしょに あそぶ



スマホ以外でボール投げや鬼ごっこ、かけっこなどの外遊びや、絵本の読み聞かせ、粘土遊びなどの室内での遊びなど、親子でいろいろな遊びで子どもたちの興味を広げていきましょう。

## 保護者も見直そう! スマホとの付き合い方



スマホの利用率<sup>\*1</sup>は、全世代(10代~60代)で97.1%です。特に乳幼児の親世代は、20代98.6%、30代100%、40代98.4%と高い利用率を示しています。保護者にとってもスマホは身近であり、必要不可欠なものになっています。保護者自身が食事中にスマホを見たり、子どもが話しかけてきた時にもスマホに集中していたりすることはありませんか? まずは、日頃のスマホの使用について見直してみてもいいでしょうか。

\*1 総務省「令和4年度情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書(概要)」