



10月 子育て情報誌



令和7年10月1日
社会福祉法人えどがわ
宇喜田おひさま保育園

テレビなどの動画を長時間見せていませんか？

子ども達は成長するにつれ、スマホやタブレット、テレビなどの視聴時間が長くなりがちです。無制限にそれらと付き合うことが、子どもの発達に悪影響を与える事が分かってきました。特に、乳幼児がテレビなどを長時間視聴することが、言語の発達や社会性の遅れにつながることを、日本小児科学会が報告し、どうつきあうか6つのアドバイスを出しています。

① 2歳以下の子どもには、長時間見せない。

内容・見方に限らず、長時間は言語発達が遅れる危険性が高まる。

② つけっぱなしはNG！見たら消す！

③ 乳幼児に一人で見せない！

大人と一緒に歌ったり、子どもの問いかけに答えたりする事が大切。

④ 授乳中、食事中は消す。

⑤ 乳幼児にも、つきあい方を教える。

見終わったら消すこと、連続してつけないこと。

⑥ 子どもの部屋に置かない。



いろいろなものを見せよう！

いろいろな距離を見るのが、見る力を育てます。遠くを見る時は目の周りの筋肉が緩みますが、子どもにただ「遠くを見て」と言ってもうまく見ることが出来ません。「あの木のてっぺんを見てごらん」等と具体的に声を掛けてあげましょう。秋晴れの日には、十分に体を動かして遊びましょう。



家族でルールをきめましょう！

スマホやテレビを見る時間を家族で決めましょう。大人がスマホを長く使い過ぎていたり、テレビを長時間見ていたりすると、子どもがルールを守ろうとする意欲をそいでしまいます。大人も意識して見本となれると良いですね。

