

# 平成26年度家庭教育応援プロジェクト 須釜小親子の学び応援講座

◎期 日：平成26年9月19日（金）14：30～

◎実施PTA：玉川村立須釜小学校PTA

講師：田澤 雄作 氏 国立療養センター仙台医療センター小児科医

演題：「長時間のテレビ・ゲーム・携帯は脳を傷つける」  
～学力・スポーツ力・コミュニケーション力を奪う～

参加者：児童（4～6年）55名 保護者33名

地域家庭教育県中ブロック会議関係者12名 合計 100名

## 【講演】

○これまで関わってきた子どもたちの診療例をもとに、子どもたちの表情の変化などを写真で具体的に提示しながらメディアの与える影響とメディアとの接し方について分かりやすくお話いただきました。

- ・ゲームをすることは楽しいことだが、「興奮する」楽しさであり、そこには笑顔は無い。
- ・毎日のように暴れていた子が2週間ゲームをやめると笑顔がもどり、穏やかになった。
- ・ビデオやテレビがついたままの部屋での生活やポケットゲームをやっていたことで頭痛や腹痛・便秘など体調不良になったり、表情が無くなったりしていたが、メディアから離れたことで改善された。
- ・1日4時間のメディアと接触することで現実体験が4分の1減少する。12歳になったときは3年分減少していることになり、9歳の子の成長となってしまふ。1日1時間であれば、12年間で1年未満の減少となり12歳の成長とほぼ同じになる。また15分ゲームをした後に勉強したときの脳は働いていなかったという調査もある。
- ・ゲームをやらない日を1週間に1日でもつくるのが大切。「早寝・早起き・テレビを消して外遊び」が大切であり、もし、ゲームをするなら1日15分、テレビについては見たい物を選んで1時間を目安にするとよい。
- ・腹痛、頭痛、何となく疲れているときは、ゲームをやめてみる。脳が元気になりスポーツも楽しめ勉強でも力を発揮できる。今まで以上のスーパーな楽しい生活を送ることができる。

## 【意見交換】

○保護者も入ったグループをつくり、今後の生活について意見交換を行う。

- ・「ゲームをやめる。」「ゲームの時間を減らす。」などの意見が多く聞かれた。



◎今後、それぞれの家庭で、今回の講演をもとに考えたことを実践していきます。