

メディアと上手に付き合う



子どもを育てましょう！

3つの提言

～あいつっ子の健やかな成長のために～

地域家庭教育推進会津ブロック会議では、会津域内の子どもたちのより良い生活習慣づくりのために、家庭におけるメディア*との関わり方について提言します。ご家庭での参考にしてください。

テレビやビデオはできるだけ一緒に視聴しましょう



- 視聴時に親子のコミュニケーションをとるように心がける。
 - ・「メディア対子ども」の世界を作るのではなく、一緒に視聴し、感想等を話し合いましょう。
 - ・一週間の視聴プログラムを親子で作ってみてはいかがでしょうか。
- 「見終わったら消す」「約束時間を守る」などの ON / OFF のメリハリをつける。
 - ・事前に約束して納得した上で観させましょう。約束を守る習慣化につながります。
- ゲームソフトの購入及びゲーム機の使用については親子で確認する。
 - ・子どもにふさわしい内容か確認しましょう。ゲーム機には情報端末の機能を有するものもあります。

適切にインターネットを利用させましょう



- 目的や使い方について話し合う。
 - ・「何のために使うのか」「どのように使うのか」などについて親子で話し合いましょう。
- 子どもの成長に合わせて使わせる。
 - ・一緒に利用して、知識や技能、情報モラルを年齢に応じて身に付けさせましょう。
- インターネットの危険性や注意することについて教える。
 - ・利便性だけでなく危険性についても確認し、トラブルが起きた時、慌てず、隠さず親に相談するように話しておきましょう。

携帯電話・スマートフォンのルールを一緒に作りましょう

- 親が貸し与えて使わせているという意識付けをする。
 - ・持たせ始めが肝心です。保護者の見守りが必要な機器であることを伝えましょう。
- 子どもと話し合ってルールを作り、利用状況をこまめに確認する。
 - ・使う目的を確認し、子どもと一緒にきちんと守れるルールを決めましょう。
- ルール違反があった場合のルールも決めておく。
 - ・違反した場合のルールを決めておきましょう。ルールを守る責任感が育ちます。



大人も学びましょう！ マナーと技術

- スマートフォンやタブレットPCなどのニューメディアに積極的に触れる。
 - ・実際に触れてみましょう。その良さや危険性を実感することができます。



※ この提言においてメディアとは、テレビやパソコン、ゲーム機、携帯電話等の情報機器・媒体を指します。

家庭のメディア環境をチェックしてみましょう！

無意識に作り出されている家庭のメディア環境が、子どもに影響を与えていると言われています。次のチェックリストを参考にして、ご家庭のメディア環境を見つめ直してみましょう。

家庭用メディア環境チェックリスト

1 1日の中で子どもが自由に遊べる時間のうち、どのくらいをテレビやビデオの視聴、ゲームやインターネットの利用に費やしていますか？

- ☐ 自由時間の大半をメディア視聴や利用に費やすなど偏った刺激になっていませんか？
- ☐ 他のこと（遊びや読書など）をする時間が減っていませんか？
- ☐ 身体を思いきり動かしてエネルギーを発散する時間や場面が減っていませんか？
- ☐ 友達や家族など、人と直接関わり合いを持つ時間や場面が減っていませんか？

2 メディアとの接触によって「生活習慣」が乱れていませんか？

- ☐ メディアとの接触によって、夜寝る時刻が遅くなっていませんか？
- ☐ そのことによって、朝起きる時刻が遅くなっていませんか？
- ☐ 朝食はきちんと食べられますか？ 食欲はありますか？



3 お子さんがテレビやビデオを視聴する時のコミュニケーションは？

- ☐ たった一人で長時間観させていませんか？
- ☐ 一緒に観ている人（家族等）とのコミュニケーションはとれていますか？

4 保護者のメディア視聴・利用の仕方は？

- ☐ 親がお手本になっていますか？ 子どもは親の行動を見て、学び、育ちます。

参 考

内閣府や文部科学省では、携帯電話やスマートフォン等に関して、子どもや保護者向けの啓発資料を作成しています。これらの資料を活用して、親子で携帯電話やスマートフォンをめぐる問題を正しく理解し、トラブルから身を守る方法を学びましょう！また、リーフレットには、トラブル等の相談窓口も掲載してあります。各リーフレットへのリンク先は次のとおりです。

〈内閣府HP〉 <http://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/koho/keihatsu/260228/index.html>

・保護者向けリーフレット「お子様が安全に安心してインターネットを利用するために保護者ができること」

〈文部科学省HP〉 http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/ikusei/taisaku/1345365.htm

・小・中学生向けリーフレット「ちょっと待って！ケータイ&スマホ」

