



すくすく

NO.56 平成26年7月1日発行

スマホ時代の子どもたち

院長 金原洋治

総務省の報告によると、スマホ普及率が50%を越え10歳代や20歳代では80%前後の人が利用しています。便利になっていく一方で、スマホが手元にないと不安になり時間や心がスマホにコントロールされてきていると感じることもあります。「LINEによるいじめや殺人などの報道も多くなってきました。私の相談外来でも、ネットやゲームが関係する相談が増えてきました。今回は、スマホが子ども達に与える影響について考えてみます。

子守りアプリに注意!!

子守りアプリは、音が出るもの、動画が流れるもの、触れてゲームをするものなど月齢に応じてさまざま、100万回以上ダウンロードされている人気アプリもあるそうです。1歳頃の子でもスマホのDVDを毎日何回も見たり見せないとかんしゃくがひどくなるのでつい与えてしまうことが続くと、スマホ依存の傾向になる可能性があります。また、「鬼から電話」というアプリがあります。画面には鬼の顔が写り怖い声で言うことを聞かない子どもを叱ってくれます。言うことを聞くようになる子もいますが逆に泣き叫ぶ子もいます。恐怖感が強すぎて逆に眠れなくなる子やトラウマになる子もいますのでお勧めしません。

スマホが子どもの「LINE」の弊

スマホやタブレットを子どもに渡せば静かに遊ぶので便利だといって長時間やらせるケースも増えていきます。乳幼児期は脳や体が発達する大切な時期です。心の交流が大切な時期に、画面をなぞるだけの仮想体験だけでは、手

の機能や五感を育むことに影響を与えない懸念もあります。他の影響としては、依存症になりやすい、脳への過剰な刺激が障害の原因になる可能性があり、運動量が減る、肥満が増える、視力への影響、睡眠不足などがあります。スマホで決済するオンラインゲームをめぐるトラブルも増えています。わずか2歳の子がカード決済をしたケースがあり驚きました。

乳幼児のメディア・ネット依存チェック (NPO法人子どもとメディア作成)

- ① テレビやDVDがついていると機嫌がいい
- ② スマホ・タブレットをいつまでも見たり触れたりする
- ③ テレビやDVDを消す・スマホ・タブレットを取りあげると泣いたり不機嫌になったりする
- ④ いつでもスマホ・タブレットに触りたがる
- ⑤ タッチパネルを操作する仕草が増えた

※以上の5項目中2項目以上に〇がつくと要注意です。

深刻化するネット依存

2013年に厚生労働省研究班は、中高校生の1%、51万8000人がスマホ依存の傾向があるという推計値を報告しました。日本以上にネット先進国の韓国では、2004年に調査を行い青少年の約20%が中毒者だといことが判明し、政府は深刻な社会問題と位置づけ本格的な取り組みを行っています。スマホ中毒になると、昼夜が逆転したり、操作してないと不安に襲われるようになり1日中、食事中・入浴中・トイレなどでもスマホが離せなくなり、イギリスでは

4歳の子どもがゲーム中毒と認定され治療を開始したという報告があります。お勧めの本「ネットに奪われる子ども達—スマホ社会とメディア依存への対応」

(NPO法人子どもとメディア、少年写真新聞社)

子育てとスマホ・ネット依存

お父さんやお母さんがスマホを使用する時間が長くなると子どもに関わる時間が減ってきます。子どもの行動に目を向けることが減るので事故も増えます。また、子どもの行動で使用中断せざるを得ないことが増えるので、イライラしたり怒りやすくなります。親のスマホ依存度が高いほど子どもを厳しく叱責する傾向があることも、ボストン大学医療センターの研究でわかりました。このような状況を心配し、日本小児科医学会では、「スマホで子守りをさせないで!」というポスターを作成しました。外来に掲示しています



のぞき一読下さい。

便利で楽しいスマホやゲーム。現代のすばらしい技術を利用しつつも人と人が触れ合う「生の喜び」を子ども

幼児期の発達相談で「ごめんなさいが言えない」と悩むお母さんに時々出会います。何歳頃から「ごめんなさい」が言えるようになるのでしょうか。

ピアジェというスイスの心理学者が、子どもの道徳判断の発達を調べました。それは、次の2つのお話で「AとBではどちらの子どもがより悪い子ども？」をたずねたものでした。

A ジャンはお母さんからごはんよと呼ばれたので、茶の間に入ろうとしてドアを押した。そのとき、そばの椅子にぶつかって、椅子の上に置いてあったお盆がひっくり返り、15個の茶碗が全部こわれた。

B アンリはお母さんのいない間に、テーブルの上のジャムをこっそり食べようと思った。手をのばしたはずみにそばのコップを1つ落とし、こわしてしまった。

当然、悪意のあるBの方が、結果的には損害の大きかったAよりも悪いと判断されますが、ピアジェが調べたところ、年少の子どもの方がAをより悪いと判断したのです。また、親が損害の大小によって道徳判断を下す傾向にある（Bの場合よりもAをより怒る）子は正しい道徳判断を発達させにくい傾向がありました。ことばとして「ごめんなさい」が言えるのは3歳くらいでしょうか。ただし、良い道徳判断の発達を促すには、子どもに「ごめんなさい」とことばにするルールを教えることだけでなく、その動機を理解しようとする家庭の“しつけの考え方”も大切なようです。 ばきら

B型肝炎ワクチン

現在、母親がB型肝炎ウイルスのキャリアー（保菌者）であれば、公費負担による予防接種がすすめられています。

B型肝炎ウイルスは母子感染や血液を介する感染だけではなく、涙や唾液によっても感染する可能性があるといわれています。

任意接種なら何歳でもB型肝炎ワクチンの接種ができます。

休診のお知らせ

8月13日（水）～17日（日）

お盆休みのため休診

院長不在日 学会、講演・会議のため不在です

8月30日（土）終日不在

職員研修の為休診

9月13日（土）終日休診



編集後記 梅雨のこの時期には色鮮やかな紫陽花が見頃です。散歩の途中に庭先や畑に咲いている紫陽花を見るとほんとうに沢山の種類があることに驚きました。今年は頂いた紫陽花の茎をせっせと短く切り水栽培しています。茎の間から小さな芽が顔を出して来年の開花を期待しつつ手入れをかせませせん。豊かな色彩の紫陽花が本当に素敵で心いやされる毎日です。 M. びるるん

ここいえの保育室は6部屋あり、そのうち1・2の部屋、3・4の部屋は、透明なパーテーションで部屋を分けています。1・2の部屋にそれぞれ0歳・1歳のお子様が入室された時のことです。0歳のお子様は初利用ということもあり、お母様とのお別れで泣き出してしまいました。それを見ていた1歳のお子様はとても心配して透明なパーテーション越しに「大丈夫？」と声をかけたり、「トントン」とノックしたり。次第に0歳のお子様は泣き止んで、2人でパーテーション越しに手を合わせたりお互いのおもちゃを見せあったりと、とても可愛い姿を見せてくれました。

最初は泣いて利用されることもありますが大丈夫です。医師、看護師、保育士が連携を取り合い、その日のそのお子様に合った方法で、家庭と同様に、心も身体もリラックスできる様に、心がけて保育をさせて頂いています。利用を考えられているお父様、お母様、小児科に受診の折には是非お立ち寄りください。



おすすめの絵本

『りんごかもしれない』

え：かんしゅう：
ヨシタケ シンスケ

テーブルの上にある

「りんご」はたして、これは本当に「りんご」なのだろうか？よ〜く見ると違うものかもしれない・・・

「りんご星人」は見えてきましたか？

「りんご」にも「気持ち」があるのかもしれない・・・

ひとつの「りんご」から広がっていく空想の世界、のぞいてみませんか？



栄養相談日

栄養士が担当します。子どもさんの栄養に関すること何でも相談してください。

時間 14時から16時まで

7月 9日（水） 8月20日（水） 9月10日（水）
7月16日（水） 8月26日（火） 9月17日（水）
7月30日（水） 9月30日（火）

夜間急病診療所のご案内

夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。

場所 下関市大学町2丁目（市大近く）

診療時間 19時～23時 電話番号 252-3789

発行人 かねはら小児科 金原 洋治
山口県下関市生野町2-28-20
083-252-2112
HPURL <http://members.jcom.ne.jp/28149681//>