

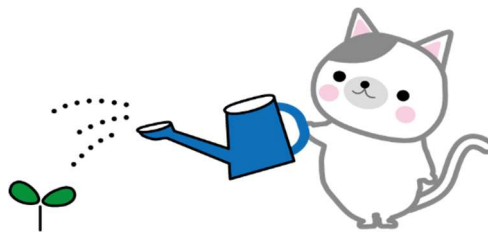
子育て応援 保健師の会

— スマホ・ゲーム問題の予防と地域保健・愛知 —

2022年6月 ニュースレター No6

スマホ依存防止学会(PISA)

<https://uruuishishunki.wixsite.com/mysite-1>



現役の主婦 300人に聞いてみました。 **どんな子どもに育ててほしいですか？**

1位 思いやりのある子

2位 自分に自信の
持てる子

3位 友だちを大切に
する子

5位 自分らしさ(個性)の
ある子

4位 社会で自立できる子



雑誌『Como』(主婦の友社)／『イマドキ子育てママのキモチ白書』:<https://kurashinista.jp/column/detail/392>

子どもたちが「健やかに」「たくましく」育つためには、次のような環境、経験が必要だと言われています。

- 1) 刺激が強すぎないこと(ストレスが強すぎると、脳や体は健康的でいられない)。
- 2) 十分な休息。ストレスから回復するだけでなく、情報や感情を整理するのに必要。
- 3) 愛情に関する基本的な欲求が満たされること。アイコンタクト、スキンシップ、理解してもらえること。
- 4) 体を動かすこと、感じること。



子育て応援 保健師の会 —スマホ・ゲーム問題の予防と地域保健・愛知—
は、愛知県市町村保健師協議会が令和3年に行った研修会をきっかけに、
保健師有志とスマホ依存防止学会(PISA)と協働で立ち上げた学習会です。

一緒に学んで
いきましょう！

スマホ・ゲームの子どもへの脳に与える影響は？

★ スマホやゲームの過剰使用により、脳の前頭前野や、報酬系ドーパミン神経が障害されることがわかってきました。

★ 前頭前野の働きには、考える・発明する、人を思いやる、がまんする、挑戦する、集中するなどがあります。

★ ドーパミン神経の働きは喜び・意欲・学習などです。

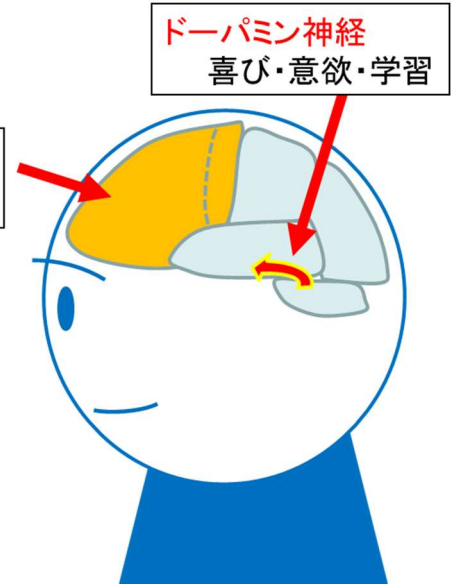
これらが障害されると・・・、

考えなく、人を思いやらず、切れやすく、挑戦したり、意欲や喜びの乏しい人になっていくことが懸念されます。

★ 近年、小学生のスマホ使用率の増加と軌を一にして、小学生の暴力行為・ひきこもりの増加が続いています(下図参照)。

前頭前野の働き

1. 考える、発明する
2. 人を思いやる
3. がまんする
4. 挑戦する
5. 集中する



Pick Up 文科省令和3年度子供・若者白書

「子供・若者白書」は、子ども・若者育成支援推進法に基づく年次報告書として、平成 22(2010)年から作成され、毎年、国会に報告されています。令和3年度版では、ネットの普及状況を含め詳細なデータが掲載されています。

<https://www8.cao.go.jp/youth/suisin/hakusho.html>

小学生の暴力行為が4年間で2.5倍に

暴力

①学校内外の暴力行為 (小学校)

15年度

約1.7万件

19年度

約4.4万件
(過去最多)

文部科学省「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」
※詳細はp69参照



スマートフォン利用状況 小学生

15年度 19.4%

20年度

53.1%
(過去最多)

内閣府令和3年度 子ども若者白書インデックスボードより
<https://www8.cao.go.jp/youth/suisin/hakusho.html>