

## 子供とスマホ

今回のテーマはちょっと難しい。信頼度の高いデータも無ければ、絶対的な解答もありません。小児科医としての（あくまでも）提言ということで。

乳幼児は、全てが未経験なので視覚、聴覚、触覚、味覚、全ての感覚を駆使していろいろな事を体験していきます。「あーあー、うーうー」でも話しかけることよっての相手の反応を確認していきます。スマートフォンでは映像と音声は一方通行であり、情報の受け手に回るだけとなります。特に言葉を発せない段階での一方通行の情報入力、言葉や心の発達に対して良い影響を与えません。では小学生以後は？学校教育でも Pad を導入し始めました。教育に有効なソフトもあると思います。ただしソフトは、先生の管理下での使用です。ご家庭でも、一人で使うのではなく、学校の授業と同じように、いろいろ話ながら保護者と一緒に使って頂くのが理想です。調べる機械としてではなく、コミュニケーションを高めるツールとして使用して下さい。

小児期は答えを出すのが重要ではなく、その途中で考える課程が大切になってきます。自分一人で考えても答えが出ない、お父さんに聞いてみる、本で調べてみる、いろんな解決手段を模索する、その過程が想像力、問題解決力を高めます。クリック1つで答えがわかっても、問題を読んで、すぐ解答をみてるのと同じ気がします。また、ネットゲームには依存性があるとの報告もあります。経験が浅く影響を受けやすい小児期に長時間のネット使用はお勧めできません。これらのことをふまえて、小児科医会が出してる提言です

①2才まではテレビ・DVD の視聴を控えましょう。②食事時のテレビ・DVD の視聴はやめましょう。③メディア（含ゲーム）への接触時間は1日合計2時間以内で。④子供部屋にTV、パソコンを置かないようにしましょう。⑤保護者と子供でメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

これはスマートフォンが普及する前の提言ですが、スマートフォンも上記メディアと同列に扱ってよいと考えます。

スマホは大変便利な道具だと思いますが、不便な中で養えるコミュニケーションもあると思います。道具に振り回されないようにしましょう。