

# 令和4年度 家庭の教育力に関する調査

令和5年2月実施 5歳児の保護者にご協力をいただきました。

No.11

令和5年12月15日(金)

花巻市  
教育委員会

保護者の皆さん

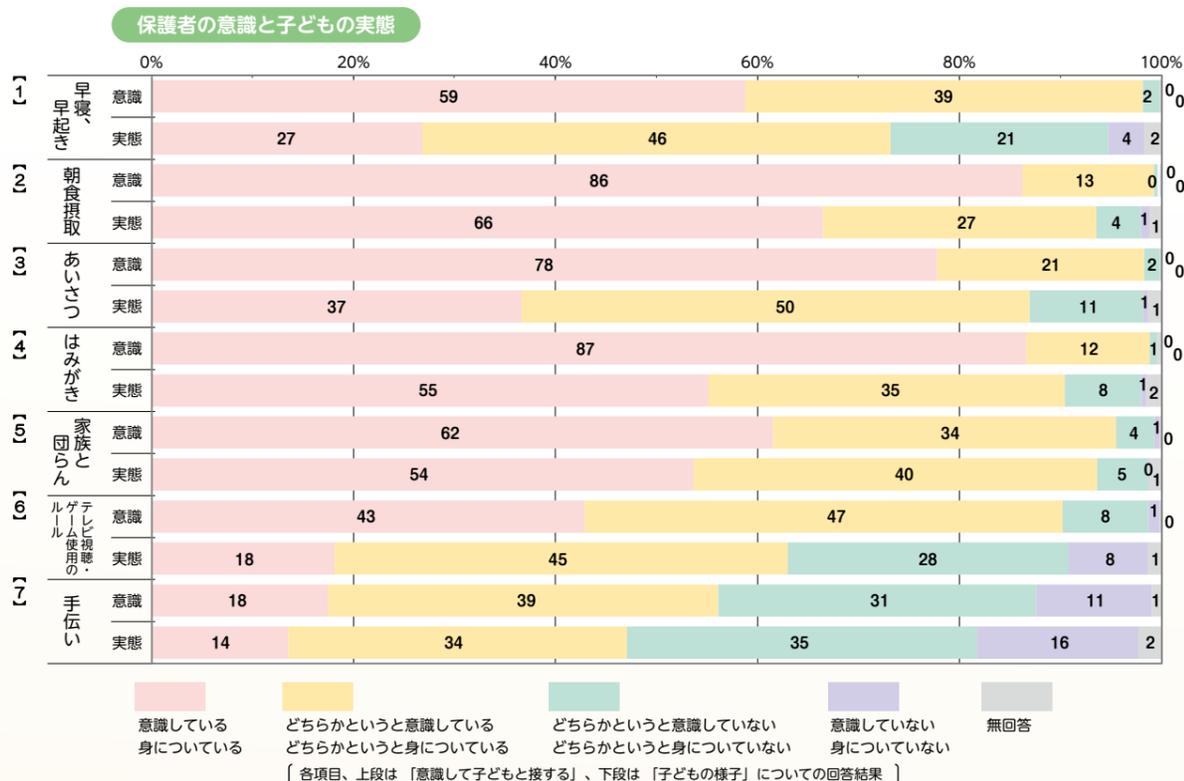
地域の皆さん

園の皆さん

# ニコニコガイド

共に  
育みましょう!!  
花巻市の子どもたちを

心も身体も大きく成長する乳幼児期。大切な時期だからこそ、子どものためにできる工夫をみんなで一緒に考えましょう。



花巻市の子どもたちは、「朝ごはん」をしっかり食べて、食べた後の「歯磨き」を頑張っています。また、「家族の団らん」を大事にしていることも調査結果からわかりました。ご家庭の皆さんが毎日の生活の中で意識して下さっているのですね。その一方で、「早寝・早起き」「お手伝い」については、苦手な傾向が続いています。また、「ゲームや動画視聴等のルールを守る」ことにも難しさがあるようです。少しずつでも改善できればいいですね。

乳幼児期は、周りの大人に無条件で愛されることで基本的な信頼感を獲得しながらも、基本的な生活習慣を形成する時期です。大事な時期だからこそ、お子さんのためにできる工夫、お子さんと一緒に過ごす時間を大切にしていきたいですね。

愛着の形成  
人に対する基本的  
信頼感の獲得

基本的な生活  
習慣の形成

道徳性・社会性の  
芽生えとなる遊びなどを  
通した子ども同士の  
体験活動の充実

十分な自己の発揮と  
他者の受容による  
自己肯定感の獲得

幼児期にぜひ大事にしたいこと



相談窓口は  
こちら!



教育や子育てに関するご相談・ご意見等お受けしています。気軽にお電話下さい。

花巻市教育委員会 TEL.0198-45-1311

- 学校教育課(内線362) gakkyo@city.hanamaki.iwate.jp
- こども課(内線342) jidou@city.hanamaki.iwate.jp
- こどもセンター(TEL.0198-21-4388)

ニコニコガイドの  
バックナンバー、  
家庭の教育力に  
関する調査の詳し  
い結果は市HPで  
ご覧いただけます。

私たちの生活に欠かせない存在となっているデジタル機器。

花巻市教育委員会の調査(令和5年2月)でも、デジタル機器を使用している年長児は93.3%。使用時間は、平日平均65分、休日平均128分という結果が出ています。

デジタル機器が身近になってきたからこそ、子育てにおける機器との付き合い方について、多くの保護者が悩みを抱えているようです。

令和4年度 デジタル機器の使用状況調査 (令和5年2月実施)

※市内の5歳児の保護者、約82%の方から回答をいただきました。

デジタル機器所持状況の割合 (%)



● デジタル機器を使用している子どもの割合93.3%  
使用時間平均 平日65分 休日128分

お友達もみんな使っている  
みたいだし…。

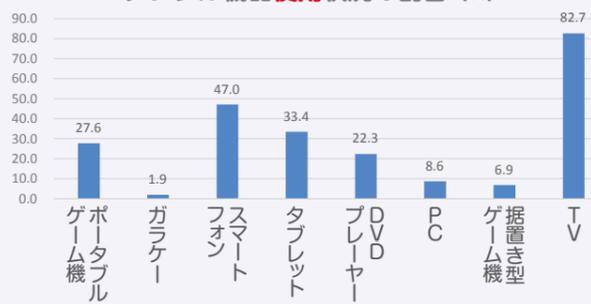
様々な影響が心配…。

メリットもあるの？

賢い付き合い方は？

どんなことを大事に  
したらいいの？

デジタル機器使用状況の割合 (%)



今回、システムエンジニアや認定こども園の園長としてのご経験をお持ち、なおかつご自身が子育て真っ最中でいらっしゃる花沢伊知郎先生に、「デジタル時代の子育て」について、たくさんのヒントをいただきましたので紹介します。

## デジタル時代の子育て～乳幼児編～

仕事や生活、遊び（趣味）にも欠かせなくなったスマホやタブレットなどのデジタル機器。皆さんは自分が毎日何時間スマホの画面を見ているか知っていますか？

子どもにスマホやタブレットを持たせるのは色々と心配だけれど、忙しいからちょっとの時間なら・・・クラスのお友達も動画見ているし・・・でもやっぱり不安。

早くからデジタル機器を持たせていても、小学校入学まで持たせないと決めていても、保護者の方の心配は尽きませんよね。



社会福祉連携推進法人  
乳幼児教育ユニティ  
理事 花沢伊知郎 氏



### 子どもには何歳から持たせても大丈夫なの？

仕事や家事など忙しくて、子どもにスマホやタブレットを持たせて動画を見させていること、ありますよね。3歳までは心も体も大きく成長する時期です。保護者との愛着関係、挨拶や食事・生活の仕方などを身近な大人を観察しながら成長します。身の回りの生活が安定していて、色々な事に安心してチャレンジできる環境が整っていることが大事です。

また眼球は3歳までかけて成長します。長時間の使用は近視のリスクがありますが、2～3歳の子どもなら1日1時間くらいであれば眼球への影響は無いと考えられています。

年中、年長さんくらいからお子さんにデジタル機器を使わせるご家庭が多いですが、お子さんにデジタル機器を渡す際には、動画などの受動的なアプリだけでなく、ピアノ、ペンでお絵描き、カメラ、ひらがななぞりなど、お子さんの興味関心が色々な事に広がるようにしてあげるのもいいと思います。

保護者の方は様々な事情でデジタル機器を子どもに渡していると思います。3歳未満だから絶対ダメということではありませんが、心も体も大きく成長する時期であることをふまえ、大人ができる範囲で愛着関係を築きたいですね。



### スマホ依存やSNSトラブルが心配です。

小学校入学前のお子さんについては、毎日のように新しい体験をして、毎日のように成長する時期ですから、スマホ依存は過剰に心配しなくても大丈夫です。子どもたちは、スマホも風船遊びも、おままごと外遊びも同じように興味があります。普段自分の周りにない世界に興味深く見てじっと動かないので、保護者から見ると依存しているように見えるかもしれません。スマホ等の機能でどのアプリを何分使っているか、使わせるかを設定できますから、まずは、お子さんがどの程度の時間デジタル機器を使っているのかを把握するところから始めてみてはいかがでしょうか。

小学生以降、子どもに自分のスマホを持たせるのであれば、家族と現実の友達とだけ写真やメッセージなどをやりとりできるように制限を掛けるのがおすすめです。



### 脳や身体への影響は大丈夫？

人間の脳はとても高性能で、小さい子どもでも、現実と画面の中をちゃんと区別できています。ゲームや動画の延長の遊びとして暴力的な言葉を使うことがありますが、「使ってはいけない言葉だよ」と教えること、大人が普段そういう言葉を使わないことで、子どもは生活の中から会話の仕方を学んでいきます。

小学生の運動能力調査の結果は、スマートフォンがこの世に出る前から毎年下がり続けています。子どもたちを取り巻く環境が、運動しない・できない・しなくても良い環境になっているので、自然と身体が適応して使わない能力=運動能力が下がっているのです。スポーツ選手の記録は毎年更新されていますから、身体のポテンシャル自体は以前より上がっていると言えるかもしれませんね。

電磁波の影響について、世界中の様々な機関の研究では影響は心配ないとされていますが、心配される方も多いと思います。眼球への影響や親子の対話の機会も含めて、小学校以降どのようにデジタル機器と付き合っていくことになるのかを考えながら、使わせる時間や回数などを調整してあげてはいかがでしょうか。画面の無いデジタル機器でお子様の好きな歌などを流しながら一緒に歌うなど、デジタル機器との距離を保ったまま子育てに活用することもできますよ。



### 大人がデジタル機器やSNSに振り回されないように

SNSを見ると「理想の子育て」や「良い声かけ・ダメな声かけ」などの動画がたくさん流れてきますよね。それを見て「今日はうまくできなかったな」とか「私の子育て間違っているのかな」などと思いませんか？

「理想の子育て」や「毎回素晴らしい声かけ」をしている、と自信を持っている保護者さんは、実際は多くないと思います。皆さん自分ができる範囲で愛する子どもに接しているでしょう。それで大丈夫です。もっと自分の子育てに、子ども自身の力に自信を持ってください。

デジタル機器は上手に使えば子どもとの遊びや対話を広げることができます。デジタル機器の便利な機能を使いながらも、大人が自分のスマホの通知をなるべく少なくするなどして、子どもとの遊びをデジタル機器に中断させないようにできます。運動会の撮影はカメラに任せて、自分の目で直に見ながら応援することもできます。生まれてから今までのアルバムを子どもと一緒に見ること、コミュニケーションのきっかけ作りをすることもできますよ。

大人がデジタル機器に振り回されないようにする。その姿を子どもに見せるというのが、子どもへのデジタル機器の使い方の第一歩です。



あっという間に過ぎてしまう乳幼児期の子育て、大人も子どもも楽しい日常を過ごしたいですね。

デジタル機器を賢く利用することで子どもたちへの利点も生まれます。一方で、ルールを話し合ったり、適切なコンテンツを選んだり、親が模範を示したりすることも大事にしていきたいですね。ご家庭やお子さんの状況に応じて、デジタル機器との付き合い方を考えてみましょう。

