

あいっこ「親の学び」 学習プログラム

<令和3年度 追加版>

Ⅱ-7 幼児期（3～5歳）の子供の保護者を対象

子供と約束事は決めていますか？

お子さんにスマートフォンやタブレット等を使わせていますか。また、使わせようとしていますか。子供にスマートフォンやタブレットを使わせる際の約束事について考えてみませんか？



II-7

子供と約束事は決めていますか？

<エピソード>

「いやだ、いやだ。」

大きな声にお父さんとお母さんはびっくりしました。

お母さんの病院の診察に同行した年長児のはるとくんとお父さん。お母さんの診察までの待ち時間に、両親は、いつものように、はるとくんにスマートフォンを渡して大好きなアニメの動画を見させていました。そして、お母さんの診察の順番が来たので返してもらおうと声をかけました。しかし、いつもはすぐに返してくれるはるとくんの反応がなかったので、お父さんは少し強引に取り上げようとしてしまいました。すると、はるとくんはこれまで聞いたことがない大きな声で、泣きながら嫌がりました。



両親は、はるとくんと約束事を決めた方がよいのか不安になりました。

Work①

大きな声で泣きながら嫌がったとき、はるとくんはどんな気持ちだったと思いますか。

Work②

あなたなら、両親の不安に対してどのようなアドバイスをしますか。

Work③

あなたの家庭では、子供にスマートフォンやタブレットを使わせていますか。使わせている場合、使わせ始める時に約束事を決めましたか。決めている場合、どのような約束事ですか。

資料

【資料1】子供にスマホやタブレットネットを使用させるにあたり、
どのようなことに不安を感じていますか？

- | | |
|---------------|------------------------|
| ① ネット依存 | ② 対面コミュニケーションへの影響 |
| ③ 学習・成績への影響 | ④ 身体（目、姿勢、ほか）や健康への影響 |
| ⑤ ネットいじめ被害／加害 | ⑥ 個人情報の漏えい |
| ⑦ 誘い出しや性的被害 | ⑧ 課金 |
| ⑨ 不適切な情報発信 | ⑩ 不適切な情報に触れること、およびその影響 |

（出典） 考えよう！子育てと子供の成長とデジタル機器
～「与え方の工夫」や「心がけたいこと」を知りたいみなさまへ～
（安心ネットづくり促進協議会作成リーフレットより）

<資料2 中高校生のネット依存>

	2012年度	2017年度
中学生	6.0%	12.4%
高校生	9.4%	16.0%
	約51万人	約93万人

（出典）厚生労働省研究班による調査結果より作成

「ネット依存」とは

「インターネットに夢中になっていると感じるか」「ネットの使用をやめようとした時、落ち込みやイライラなどを感じるか」「嫌な気持ちや不安、落ち込みから逃げるためにネットを使うか」など8つの質問のうち、「はい」が5項目以上ある場合、「病的な使用」と判定しネット依存が強く疑われます。

（出典）厚生労働省研究班による調査結果より

<資料3 ゲーム障害が国際的に疾病の一つとして正式認定>

「ゲーム障害」とは、ゲームをする時間をコントロールできない、他の生活上の関心事や日常の活動よりゲームを優先するといった症状が1年以上継続することを言います。（症状が重い場合は1年以内でも該当するとされています。）2019年5月、世界保健機関（WHO）が新たな死因や疾病の一つとして認定しました。

（出典）国際疾病分類の第11回改訂版（ICD-11）より（2019年5月 国際保健機関：WHO）

コラム

「GIGA^(※)スクール構想」により、小中学校で一人一台のタブレット等の端末が配備され、子供たちがタブレット等のデジタル端末を使う学習が進められています。

デジタル端末の活用には、「視力や脳への悪影響が出る」「依存につながる」「コミュニケーションが不足する」「SNS等のトラブルに巻き込まれる」などの心配の声が多く聞かれます。

一方で、子供たちの興味や関心を高めたり、学習の内容や効果を広げたりする便利なツールにもなります。例えば、次のようなことが考えられます。

- ・画像や映像、音声で直感的に感じるができる。
- ・遠くに離れた人とコミュニケーションを図ることができる。
- ・自分の興味や関心に応じた情報を主体的に集めることができる。



大切なのは、与える（使わせる）立場の私たち大人が、子供たちがデジタル端末を使うことのメリットとデメリットを正しく理解し、ルール作りも含めた使い方（使わせ方）を考えることではないでしょうか。

※GIGA=Global and Innovation Gateway for All（文部科学省による）

Ⅱ-7

子供と約束事は決めていますか？

【プログラムのねらい】

- 幼児期にスマートフォンやタブレットを使わせる際の約束事について考える。
- 子供の発達段階や家庭環境に応じた約束事について考える。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶アイスブレーキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間で交流する遊びを行い、参加者のリラックスした雰囲気作りをする。 （4～5人のグループをつくる ※参加者の実態による） ・他者の意見を否定しない、秘密は守るなど、グループのルールの確認と本日の活動の目的を明確にする。 	平成22年度版学習プログラムのP2「アイスブレーキング各種」参照
35分	<p>▶Work</p> <ol style="list-style-type: none"> ① エピソードを読み、はるとくんの気持ちを考え、グループで話し合う。 ② 両親の不安に対して、どのような声かけをするのか考え、グループで話し合う。 <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お父さんの行為を一方向的に否定する話し合いにならないようにしたい。 ・自分自身の経験も話せるようにしたい。 <ol style="list-style-type: none"> ③ 自分の子供へのスマートフォンやタブレットの使わせ方についてグループで話し合う。（まだ、使わせていない場合は、使わせることを想定して考えるようにする。） <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・約束事に加え、なぜ、そのような約束事にしているのかも話し合いたい。 ・資料を活用し、自身の子供が中学生や高校生になったときの姿をイメージさせたい。 	ワークシート 筆記用具
15分	<p>▶グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・Work③で出された約束事について全体で発表・紹介する。 ・各自で自分が子供に対して生かせそうなこと、気づいたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。 	※ホワイトボードや大きな紙に、発表・紹介された内容を書き、共有してもよい。 振り返りシート

あいちっこ「親の学び」 学習プログラム

<令和3年度 追加版>

Ⅱ－8 幼児期（3～5歳）の子供の保護者を対象

スマホより「楽しい！！」を探そう

健診や病院など、ちょっとした待ち時間、子供とどのように過ごしていますか。時間を過ごすためにスマートフォンやタブレットはとても便利です。でも、それを使わなくても子供と楽しく過ごすことができます。その方法を考えてみませんか。



II-8

スマホより「楽しい！！」を探そう

<エピソード>

ある日、まさ子さんは、3歳児健診にあかりさんを連れてきていました。健診の順番が来るまでまさ子さんは、「静かにしていてね。」と、いつものようにあかりさんにスマートフォンを渡し、自由に使わせました。あかりさんは、スマートフォンの画面に夢中で、静かにしていました。

近くでは、あかりさんと同じくらいの年齢の男の子が、お母さんと一緒に楽しそうに手遊びをしていました。

そんな姿を見てまさ子さんは、次第に楽しそうな二人の様子が気になり始めました。



Work①

まさ子さんは、近くにいる親子や自分の子供の姿を見て、どんなことを感じたでしょう。

Work②

あなたがまさ子さんの立場だったら、少しの待ち時間に自分の子供に対してどのようなことをしますか。

Work③

ひとときの時間を子供と過ごすための工夫について、お互いの工夫や下の資料を参考にグループで体験してみましょう。



資料

<親子で簡単にできる昔ながらの遊びもあります>

日本には、親子でできる遊びが沢山あります。歌や言葉、手、体による表現など、遊びながら子供が様々なことを学ぶことができます。例えば、次のような遊びがあります。

- ・連想ゲーム、サイレントゲーム（口の動きを見て言葉を当てる）、しりとり
- ・折り紙、あやとり、なぞなぞ、はやくち言葉
- ・お絵かき（お絵かきしりとり、三目ならべ、じゃんけんと絵）
- ・手遊び（いっぽんばしこちょこちょ、ちゃつぽ、グーチョコキパーでなにつくろう、おべんとうばこのうた）

特別な道具は不要です。ぜひ、試してみてください。



コラム

<ちょっとした時間には、何も無くてもできる素話（すばなし[※]）を使って楽しく過ごしましょう>

子どもが楽しい時間を過ごせるように、どんなおもちゃを与えるといいかな？どんな絵本を読んであげるといいんだろう…と考えますよね。そこで、ちょっとした時間に何も無くても、楽しく過ごせるのが、口演童話と呼ばれる「素話」です。大好きな人の温かい声に包まれながら過ごすことは、0歳児であっても、「愛されている実感」を感じることが出来ます。



私の娘が5歳の頃には、移動中は決まって素話合戦でした。例えばスーパーが目に飛び込んできたら、スーパーをテーマにお話をします。

「あるところに小さなスーパーがありました。みよちゃんは赤いトマトが大嫌い。いつも野菜売り場で、トマトって美味しくないのでキライ！と言っていました。それでもお母さんは、トマトを食べると、もっと元気になってお顔もかわいくなっちゃうよ、と言って買っていました。今日もスーパーでみよちゃんが嫌そうな顔をしてトマトを見ていると、どこからか声がします…」

話のオチとしては、声の主はトマトで、そのトマトがみよちゃんに好かれようと泣きながら向かってくるというもの。この話は「恐怖のスーパー」として盛り上がりました。

かたくなるしく考えずに様々な場面で使えるのが素話の良さです。



<出典> 就学前の子どもがいるママの為の地域情報誌「teniteo」2016年 9月号
 (監修) 名古屋学芸大学 教授・子どもケアセンター長 渡辺 桜氏

※素話：絵本や紙芝居など一切の小道具を使わずに話す素朴なお話のこと

Ⅱ-8

スマホより「楽しい！！」を探そう

【プログラムのねらい】

- 子供にスマートフォンを使わせる保護者自身の考え方を見つめ直す。
- スマートフォン等に頼らない子供とのふれあいのあり方について考える。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶アイスブレーキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間で交流する遊びを行い、参加者のリラックスした雰囲気作りをする。 （4～5人のグループをつくる ※参加者の実態による） ・他者の意見を否定しない、秘密は守るなど、グループのルールの確認と本日の活動の目的を明確にする。 	平成 22 年度版学習プログラムの P2 「アイスブレーキング各種」参照
35分	<p>▶Work</p> <ol style="list-style-type: none"> ① エピソードを読み、近くにいる親子の姿を見たまさ子さんの気持ちを考え、グループで話し合う。 ② 自分がまさ子さんの立場だったら、自分の子供に対してどのようなことをして待ち時間を過ごすかを考え、グループで話し合う。 <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スマートフォンを使うことに肯定的な意見が出ても、それを一方的に否定する話し合いにならないようにしたい。（スマートフォンも使い方、使わせ方次第であり、過ごすための手段の一つである。） ・自分自身の経験も話せるようにしたい。 <ol style="list-style-type: none"> ③ Work②で出し合った内容や資料を参考にして、ひとときの時間を子供と過ごすための工夫をグループ内で体験する。 <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スマートフォンやタブレットによらなくても、工夫次第で簡単に子供と楽しい時間を過ごせることを実感させたい。 	ワークシート 筆記用具
15分	<p>▶グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・Work②や③で出された工夫について全体で発表・紹介する。 <p>・各自で自分が子供に対して生かせそうなこと、気づいたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。</p>	※ホワイトボードや大きな紙に、発表・紹介された内容を書き、共有してもよい。 振り返りシート

あいっこ「親の学び」 学習プログラム

<令和3年度 追加版>

Ⅱ-9 幼児期（3～5歳）の子供の保護者を対象

子供は親の姿を見ています

子供と過ごすとき、何気なくスマートフォンに夢中になってしまい、子供とのかかわりがおろそかになってしまうことがありますか。子供は大人の姿をよく見ています。大人自身のスマートフォンやタブレット等の使い方を考えてみませんか。



II-9

子供は親の姿を見えています

<エピソード>

会社員のまさのりさんは、休日に友達のけんいちさんとお互いの子供と一緒に電車に乗って遊園地に出かけました。

子供たちは、本を読んだり、外の景色を見たりしていました。まさのりさんも、外の景色を見たり、時々、子供に話しかけたりしていました。

しかし、けんいちさんは、電車に乗るとすぐにスマートフォンを触り始めました。時々、自分の子供が話しかけても、「他の人に迷惑になるから、静かにしていなさい。」と画面を見ながら答えます。そんなことが続き、けんいちさんの子供は、父親に話しかけなくなりました。



Work①

けんいちさんの子供は、父親にどのようなことを話そうとしていたのでしょうか。

Work②

まさのりさんは、けんいちさん親子の様子を見て、どのようなことを感じたでしょう。

Work③

資料1を使って自分のスマートフォンやタブレットの使い方を振り返ってみましょう。

資料1

子供の成長・安全を配慮しつつ、お手本となる使い方をしていますか？

「大丈夫！」と言い切れるものにチェックをしてみましょう。		大丈夫 ✓
1	子供には「ちょっと待って…」なのに、着信音にはすぐ対応していませんか？	
2	子供と話をするより、スマホと対話している時間のほうが多くありませんか？	
3	食事の支度中、スマホやタブレットで遊ばせることが習慣化していませんか？	
4	大人同士の話が妨げられそうなとき、つい、スマホ等を渡していませんか？	
5	設定や課金のパスワードを、誕生日等わかりやすい数字にしていませんか？	
6	日ごろ（特に子供と一緒に外出時等）、歩き・ながらスマホをしていませんか？	
7	先生や友人・知人の悪口を、子供の前で言ったり書いたりしていませんか？	
8	自身の個人情報や子供の写真・動画を、ブログやSNSに載せていませんか？	
9	子供が使うデジタル機器には、年齢に合った安全な設定を施していますか？	
10	健康・発達のために、デジタル機器の影響を軽減する工夫をしていますか？	

（出典）考えよう！子育てと子供の成長とデジタル機器

～「与え方の工夫」や「心がけたいこと」を知りたいみなさまへ～

安心ネットづくり促進協議会作成リーフレット

資料2

「乳幼児とスマホ」子供に正しくスマホを使わせるための保護者用のセルフチェック

- 家庭での子供へのスマホの正しい使わせ方について、「機器利用の時間や場面」、「情報の内容と保護者の関わり方」、「機器の与え方」、「保護者自身の知識や使い方」の4つについて、以下からチェックすることができます。



（出典）

「未就学児の情報機器利用

保護者向けセルフチェックリスト（3歳から6歳）」

（子どもたちのインターネット利用について考える研究会 HP より）

コラム

親が子供と会話する時、スマートフォン（インターネット）を使いながら話をする、子供にどのような影響があるでしょうか。

2017年国立青少年教育振興機構が行った分析から、次のような結果が明らかとなりました。

（質問）「親は携帯電話やスマートフォンを使用しながら私と話す」

- ・「よくある」と回答した子供（小中学生）ほど、「親は真剣に私の話を聞いてくれる」ことが「よくある」とする回答割合が低い結果となった。

（質問）「親は携帯電話やスマートフォンを使用しながら私と話す」

- ・「よくある」と回答した子供（小中学生）ほど、親と話すのが「とても好き」、「親と一緒にいるのが好きだ」、「家族と一緒にいるのがとても楽しい」とする回答割合が低い結果となった。



親自身にとっても便利なスマートフォン（インターネット）ですが、子供へ与える影響からみても親自身の使い方には注意をすることが必要そうです。

（出典）「インターネット社会の親子関係に関する意識調査—日本・米国・中国・韓国の比較—」

【プログラムのねらい】

5 / 3

- 保護者自身のスマートフォンなどの使い方について考える。
- 子供との適切なコミュニケーションのあり方について考える。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶アイスブレーキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間で交流する遊びを行い、参加者のリラックスした雰囲気作りをする。 (4～5人のグループをつくる ※参加者の実態による) ・他者の意見を否定しない、秘密は守るなど、グループのルールの確認と本日の活動の目的を明確にする。 	平成22年度版学習プログラムのP2「アイスブレーキング各種」参照
35分	<p>▶Work</p> <ol style="list-style-type: none"> ① エピソードを読み、けんいちさんの子供の気持ちを考え、グループで話し合う。 ② けんいちさん親子の姿を見て、まさのりさんが感じたことを考える。 <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・けんいちさんの行為を一方向的に否定する話し合いにならないようにしたい。 ・自分自身の経験も話せるようにしたい。 <ol style="list-style-type: none"> ③ 資料1を使って自分のスマートフォンやタブレットの使い方を振り返り、その結果や結果から考えたことをグループで話し合う。 <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・出来ている数(「大丈夫の数」)の多さでなく、出来ていない理由を考えたり、どこからなら改善できるかなど、少しずつ改善していこうと気持ちを高めるようにしたい。 	ワークシート 筆記用具
15分	<p>▶グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・Work②や③で出された工夫について全体で発表・紹介する。 ・各自で自分が子供に対して生かせそうなこと、気づいたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。 	※ホワイトボードや大きな紙に、発表・紹介された内容を書き、共有してもよい。 振り返りシート