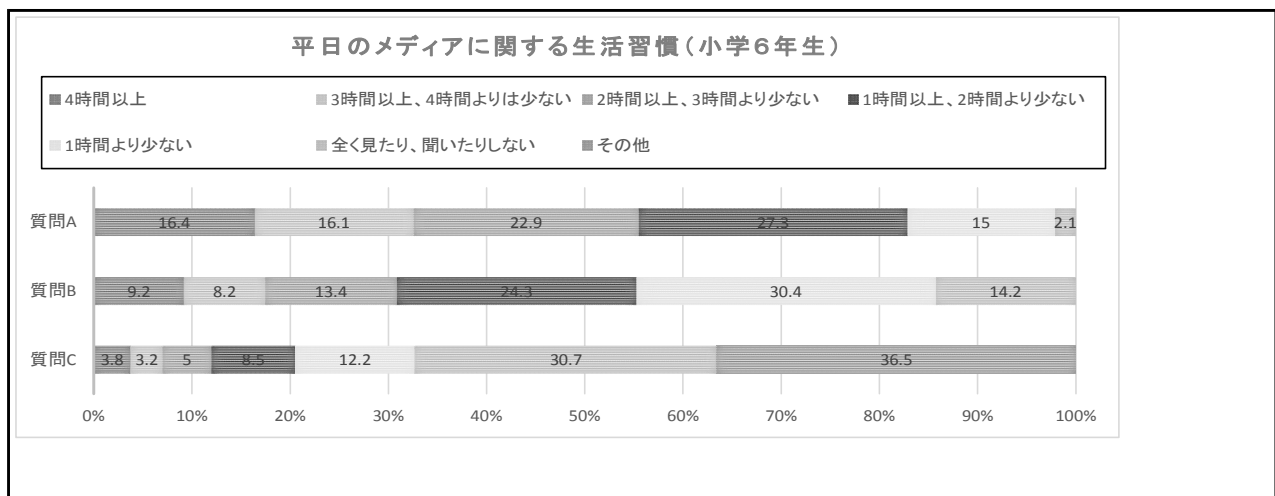


生まれたときから録画機能付きのテレビやインターネット動画が当たり前のようになり、見たい番組がいつでも見られる今の小学生は、1日にどのくらいの時間メディアに触れているのでしょうか。

- 質問 A 普段（月～金曜日）、1日当たりどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVD を見たり、聞いたりしますか。（テレビゲームをする時間は除く）
- 質問 B 普段（月～金曜日）、1日当たりどれくらいの時間、テレビゲーム（コンピュータゲーム、携帯式のゲーム、携帯電話やスマートフォンのゲームも含む）をしますか。
- 質問 C 普段（月～金曜日）、1日当たりどれくらいの時間、携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをしますか（携帯電話やスマートフォンを使ってゲームをする時間は除く）

「平成29年度全国学力・学習力調査 報告書」（文部科学省）



これは、平日のメディアに関する生活習慣について調査した結果をグラフ化したものです。質問 A では、3割以上の小学6年生が3時間以上、テレビやビデオを見ているという結果が出ています。また、質問 B、C からは、ゲームやインターネットに3時間以上費やしている子供が1割前後いることが分かります。帰宅してから大半の時間をメディアが付いた状態で過ごしている割合がとても高いようです。

富山大などが高岡市の児童を対象に行ったアンケート調査で、両親のネット利用時間が長いほど、メディアを長時間使う子供も多いことが判明した。メディアの長時間利用は睡眠障害や肥満等につながりやすく、研究者は「使い方について親子でルールを作ることが大切だ」と指摘する。

（2017年9月16日 北日本新聞より一部抜粋）

上記の記事によると、メディアの利用についてのルールのない家ではルールのある家に比べ、長時間利用の子供の割合は2.4倍でした。また、両親が2時間以上ネットやゲームを利用する家の子供が1時間以上メディアを利用する時間は、1時間未満の家と比べて約3倍になっています。日本小児科医会は、「子供がメディアに触れる時間は1日に2時間以内が適切」としています。また、富山大学大学院医学薬学研究部の山田助教は、『「ゲームは30分、その他の利用を含め計2時間」等、細かく決めておくのが望ましい。』としています。

中田小学校では、中田中学校と連携して「アウトメディア・チャレンジ」を実施しています。親子でメディアの利用についての見直しを行い、家族でルール作りを行うきっかけとして利用してもらえると嬉しいです。

