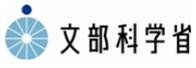


令和5年度保健だより掲載情報

内 容		閲覧方法
余暇活動	 <p><b>「昔遊びをしよう！」</b> けん玉やおはじき、石蹴りなど昭和の遊びが子供達の運動機能を高めるのにつけての遊びです。/スマホ・ネットの長時間接触による健康被害の実際と対策(本校所有書籍、貸出可)</p>	
健康	 <p><b>特集「子どもとスマホ RISK×CARE」</b> 大人も子どももスマホなしでは生活できない現在。「子どもとスマホ」のリスクとケアについて「目」「姿勢」「心」の専門家による解説/「健」2023年11月号(本校所有書籍、資料配付可)</p>	
健康	 <p><b>「“スマホ脳過労” 記憶力や意欲が低下!？」</b> スマホの使用による脳への影響について2019年2月19日放送の「クローズアップ現代(NHK)」にて特集が組まれました。/NHK:クローズアップ現代 放送記録</p>	
健康	 <p><b>「『すぐキレル子』の脳にスマホが与えた深刻な影響」</b> あの Apple 創業者スティーブ・ジョブズが子どもをデジタルから遠ざけた真相とは?//精神科医 ダンクリー博士著「子どものデジタル脳 完全回復プログラム」から一部を抜粋・再構成/東洋経済 ONLINE</p>	
依存防止	 <p><b>「スマホをやめれば魚が育つ」</b> スマホの使用制限に役立つアプリを紹介します。アプリのタイマーをオンにして、その時間スマホを使わずに過ごすことで、画面上の魚が大きく育ちます。/販売元:Takeshi Segawa</p>	 ※iPhoneのみ
影響	 <p><b>「言葉の発達」</b>本人がいる場所で動画視聴している全てが視聴時間です。保護者の声が届き取りにくくなり、子どもが発した小さいつぶやき声や大事なサインを見落とすことにも。保護者が無反応だと、言葉やサインを出さなくなってしまう。/「宮城県 メディアとの正しい付き合い方マニュアル」P19</p>	東北大学医学部小児科 子育て支援、 発達支援資料  
メッセージ	 <p><b>「ぼくの願いはスマートフォンになることです」</b>パパもママも仕事から帰ってくると、ぼくではなくスマートフォンと時間を過ごします。一回鳴っただけでもすぐ反応するのにぼくの伝えたいことは聞いてくれません。/シンガポールの小学生の作文/「宮城県メディアとの正しい付き合い方マニュアル」P19</p>	
ルール	 <p><b>「スマホのおふとん」</b> スマホが熱くなったら、スマホも疲れているから休ませてあげようね…親子で楽しくルールづくり/パピスタイル どう付き合ったらいい?子どものメディアリテラシー最新事情</p>	
ルール	 <p><b>「家庭でのルールづくり」</b> 情報モラルについて、家庭内での取り組みに参考となる動画です。//保護者のための情報モラル教室 話し合ってますか?家庭のルール 通し動画/文部科学省チャンネル</p>	

