

乳幼児期の

インターネットとの 上手な向き合い方を 一緒に考えてみませんか？



インターネットを上手に利用することで育児の手助けとなることもあります。その
便利さについて頼ってしまいがちになっていませんか？ メリット・デメリットを理解
して子どもの成長に合わせた有効的な使い方を考えていきましょう。

乳幼児期は どんな時期？

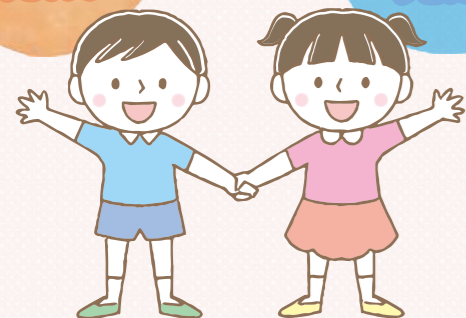
この時期は、生活や遊びを通して人としての基礎を培うとても重要な時期です。生活体験や自然体験の機会を豊かにし、育てていくことが大切です。

生活習慣の
習得

身体機能の
成長

自律性の
育成

能力・機能の
発達



子どもの発達段階に 応じた使い方を

インターネットは今や日常生活の一部となっています。子どものネット利用に関して保護者の心配や不安は尽きません。

「スマホ育児」について
専門家に伺いました！

禁止ではなく上手な活用を

携帯電話やパソコンは、今や私たちの暮らしに欠かせないものとなりました。だからこそ、暮らしに合わせた知恵やルールを子どもたちに提供することが大切です。

私たち自身が人間らしい生活を送るためにも、ただ禁止するのではなく、子どもたちの成長段階に応じた対策と見守りで、安全に利活用する環境をつくっていきましょう。

幼児教育の専門家
(佐賀女子短期大学元教授)

田口先生



安心・安全に使うために

アプリについて

子ども向け動画視聴アプリの利用

YouTube Kids の場合

- ❖ 年齢に応じた安全な動画コンテンツのみ提供される
- ❖ タイマー機能があり、時間管理が可能
- ❖ わかりやすい画面設定で誤操作が防げる

YouTubekids の視聴方法

- ▶ Androidアプリ
- ▶ iPhone, iPadアプリ
- ▶ パソコンのブラウザで視聴
→ <https://www.youtubekids.com/>

機能設定について

Googleファミリーリンクやスクリーンタイムの利用

保護者の端末より、お子様の端末の時間や使用制限などの設定を行うことができる機能が「Google ファミリーリンク」や「スクリーンタイム」です。便利な機能がたくさんありますので、ぜひご利用ください。

Android の場合

Googleファミリーリンク

設定方法など詳しくはこちらをご覧ください



iPhone の場合

スクリーンタイム

設定方法など詳しくはこちらをご覧ください



機能の紹介

利用時間の管理

利用した時間や時間帯、使用したアプリなどの利用状況を見ながら、使い方の管理・見守りが可能です。利用する時間帯や1日の利用時間の制限など、細かな設定もできます。

購入やアプリのダウンロード制限

アプリごとの使用状況が確認できます。アプリをダウンロードしようとする時に保護者に通知が届いたり、特定のアプリを非表示にすることも可能です。また、アプリ内購入を管理する機能も備えています。

支払いの管理 (パスワードの設定)

課金や代金の支払い時に、「常に認証を必要」と設定しておくことで、トラブルを防ぐことができます。もちろんパスワードは子どもに教えない、見破られないことが重要です。

※Androidの場合、【Google Playのアプリ → 設定 → 認証】で設定ができます。



子どもに大人のスマホを貸す場合や、おさがりを子ども用として再利用する場合も、同様の設定を行い子どもの安全を守りましょう。

※iPhone, iPadは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスにもとづき使用されています。Android, Google Play, ファミリーリンク, YouTubeは、Google LLCの商標または登録商標です。

困った時の相談窓口

一人で悩まずに
相談してください

インターネット利用でのトラブルについて気軽にご相談ください。

ほっとネットライン相談窓口

☎0120-797-100

(平日9時～18時)

✉ help@it-saga.net

LINE ID: @hotnetline



制作協力：NPO法人ITサポートさが

乳幼児編



情報化社会を生き抜く子どもを育てるために

『デジタル世代の子育て』 どうしたらいいの？



動画を見せると
なかなか
止めてくれない...

脳や発育に
どんな影響？

ネット利用に関する
心配や不安...

一人でスマホを
使いたがる...

視力が
悪くならないか
心配...



これから成長していく子どもたち。 ネットの利用は家庭での対策と見守りが必須

インターネットのサービスは、とても魅力的で子どもを虜にしてしまいます。ネットや情報機器との正しい付き合い方を、成長段階に応じて家庭で実践していくことが求められています。自分のスマホを持ち始めるまでに、子ども自身が危険性やリスクを理解し安全な利活用ができるようにしておきましょう。

成長段階	子どもの主な利用状況	保護者の見守りと対策
乳幼児期	動画視聴	<ul style="list-style-type: none"> 一緒に使いながら情報端末の扱い方に慣れさせる 動画視聴などの利用時間は、保護者が管理する 子どもがいろんな遊びや体験をする機会を大切に
小学生	ゲーム機やオンラインゲームの利用、近くの友だちとのネット交流が始まる	<ul style="list-style-type: none"> 話し合ってルールを決め、大人の姿が見える範囲で使用させる 機器の設定やアプリを活用し、フィルタリングや時間の管理を行う 端末や設定のパスワードは保護者が管理する（利用状況を確認するため） ゲームソフトやアプリは対象年齢を確認する ネットの危険性も伝えながら、困ったときは大人に相談することを伝えておく
中学生～高校生	SNSの利用が常態化し、見知らぬ人との交流が始まる	<ul style="list-style-type: none"> 犯罪やトラブルに巻き込まれる危険性があることを理解させる 利用状況を常に管理しながら見守る

POINT

- 危険や安全対策の負担を軽減するために、機器の設定やアプリを活用しましょう。
- 成長段階に合わせて、家庭での対策や見守りもステップアップしていきましょう。
- 子どものインターネット利用に関するリーフレット（小中学生の保護者向け）をご活用ください。

子どものインターネット利用に関するリーフレット（小城市）

▼詳しくはこちら



おとも正しい知識を身につけよう！

役立つサイトの紹介

国立青少年教育振興機構

「上手にネットと付き合いおう！」
安心・安全なインターネットの利用ガイド（総務省）

▼詳しくはこちら



「子どもの成長を支える20の体験」

▼詳しくはこちら



「体験・遊びチャンネル」

▼詳しくはこちら



ネット利用に関する心配や不安はどうしたらいいの？

視力が悪くならないか心配

画面までの距離と時間に注意して

幼児の視力は、2歳で0.5前後、6歳で1.0程度まで徐々に伸びるそうです。両目でバランスよく見たり、遠近のピント調節をする機能が育つ大切な時期です。画面との距離、1回の時間が長くないよう気をつけましょう。1日あたり分散した1～2時間程度の使用であれば特に問題ありません。

対応策

- ▶ 動画は、テレビに接続したりなるべく大きな画面で見せる
- ▶ 近距離の場合は15分、テレビ画面は30分程度で目を休める
- ▶ 周囲が暗いところでの利用を避ける
- ▶ 車やベビーカーなど揺れ動く状態での利用を避ける
- ▶ フィルタリング、タイマー機能付きの子ども向け動画視聴アプリを利用する



脳や発育にどんな影響がありますか

人としての基礎を育む重要な時期

幼児期は、遊びの中で脳や体が育つと言われています。1日の大半を画面ばかり見続けるような状況では、運動能力や自発的・能動的な行動の発育にもよくありません。時間管理をきちんとすることが大切です。また、見たり聞いたりしたことを真似しながら成長する大事な時期です。画面を見るときは、なるべく手に持たせず手足を動かしたり感情表現が自由にできるような体勢にしてあげましょう。

対応策

- ▶ 長時間の利用にならないように気をつける（タイマーなどの活用）
- ▶ 手が離せない時は「〇〇をしている間、見ててね」「これを見たら〇〇しようか」など区切りを意識させる
- ▶ 質の良い睡眠のために、寝る前の利用は避ける
- ▶ 子ども自身が考えて行動選択ができるような対話を心がける（「何にする？」「どっちがいい？」「〇〇もいいね」など）



動画を止めようとする機嫌が悪くなる

「おしまい」ではなく「休憩しよう」へ

動画提供者の目的は楽しく長時間視聴してもらうことです。「おしまい」と言われても自分の欲望を抑えて聞き入れることは難しいです。長時間の連続視聴を避けるための工夫や言葉かけをしてみましょう。また、ルールを決めても受け入れるのが難しい時期です。できた時はしっかりと褒めてあげることがとても大切です。

対応策

- ▶ タイマーをセットして、区切りを意識させる
- ▶ 時間が来たら画面が見えなくなるような工夫をする
- ▶ 声掛けは「おしまい」ではなく、「休憩しよう」や「目を休ませよう」など別の言い回しをして一旦止めて、休憩後に子どもが望めば続きを見せることで、「休憩」を受け入れやすくなる
- ▶ 休憩中は、他の遊びに気を向かせることも効果的です



一人でスマホを使いたがる

勝手に触って起こるトラブルも

大人が楽しそうに使っているスマホだけでなく、いろんな事柄に興味を持ち始める時期です。財布と同じようにとても大切な物だということを理解させ、勝手に触らせることがないように、大人がそばにいるか目の届く範囲で使いましょう。パスワードの入力にも要注意、子どもは見えています。

トラブル事例

- 誤操作（無意味なタップの連続）**
 - ❖ SNSの“いいね”“リツイート”“フレンド申請”など
 - ❖ アプリのインストールや削除
 - ❖ 課金、定期購入契約
 - ❖ 着信 / 発信履歴に電話をかける
- 怪我や機器の破損**
 - ❖ 投げる、落とす、踏む
 - ❖ 水に浸ける（洗う）
 - ❖ 充電ケーブルを噛む、首に巻き付ける



対応策

- ▶ 端末の画面はロックをかける
- ▶ パスワードの管理
- ▶ インストールや決済などの制限
- ▶ 端末の機能制限やフィルタリングの活用

コミュニケーション能力への影響は？

スキンシップや語りかけを大切に

子どもの発育には様々な要素が関係してきますが、最も影響があるのは人とのやり取りです。日常的にブロックやままごと遊び、塗り絵、散歩など他の遊びができていれば特に心配はいりません。スマホやテレビも使い次第では、有益なコミュニケーションツールとなりますが、動画の視聴は手軽に利用できるため、大人もつい頼りがちになり時間を費やしてしまいます。他の楽しみを作るよう心掛け「動画の時間」を遊びの中の一つにしてあげましょう。

対応策

- ▶ 好きな動画の内容を別の遊びに取り入れれたり、真似をすることで、遊びの相乗効果が生まれる
- ▶ 一緒に見ながら話しかけたり、身体を動かしたりする
- ▶ 他の遊びでできたことを褒めることで、楽しみや好きに繋げる



語りかけの言葉に一工夫

語りかけは「よかったね～」「びっくりしたね」などの感想だけではなく、子どもに考えさせる質問をしましょう。「だれが出ていた？」「何してた？」「それからどうなったの？」のような問いかけと相づちで対話を楽しみましょう。子どもの豊かな表現力や発想を伸ばしていくことができます。

本リーフレットの『安心・安全に使うために』や『役立つサイトの紹介』で方法や資料を紹介しています。