

スマホ所有率 中学1年生で41%

県内の中学1年生の自分専用のスマホ所有率は41%（「子どもとメディア信州」調査結果）となり、2年前と比較して9%増加しました。また、家族と共有で使えるスマホを持つ子どもを含めると70%に上ります。

スマホの所有は低年齢化が進行しており、子どもたちが安全に利用できるよう家庭でのルール作りが大切です。保護者と共有でスマホを使用する場合、フィルタリングがかかっていないことが多く、子ども



にとって不適切なサイトへのアクセスができたり、課金が簡単にできたりするので注意が必要です。大人のお下がり

のスマホを利用する場合にも注意をしましょう。

VDT (※) 症候群をご存じですか

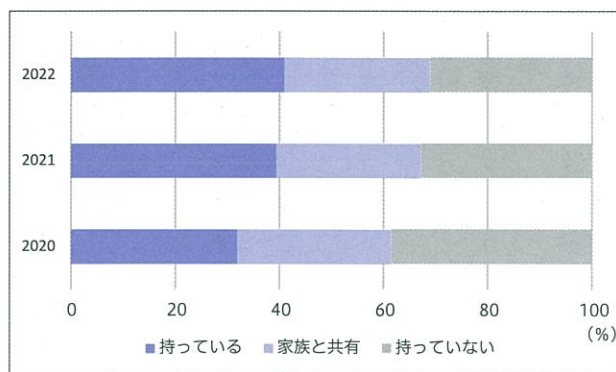
子どもたちが長時間、ディスプレイを見ることは、身体へのさまざまな悪影響が心配されます。目の疲れ・かすみなどの目の症状が表れたり、タブレット・スマホなどの画面から放たれるブルーライトによって神経を刺激され、寝起きが悪くなるといわれます。

また、頭を肩より前に突き出す姿勢で首に負担がかかった状態が長く続くことで、ストレートネックになったり、肩が凝りやすくなります。

VDT：パソコンのディスプレイなどの表示機器のこと



県内中学校1年生のスマホ所有率



大人や地域はどうしたら良いでしょう ～子どもがスマホやゲーム機を持つ時～

松 島恒志先生（子どもとメディア信州代表・久市野沢中学校長）を講師に迎え、情報端末との上手な付き合い方や心身への影響に関わる講演会を開催します。

「子どもとメディア信州」は、県や県教育委員会と連携して実施した県内の子どものスマートフォンやゲームの利用状況調査を実施しています。調査をもとに、子どもたちの電子メディア機器の利用状況や問題点・心身への影響について講演いただきます。

日 11月6日（日）10:00～

場 市役所4階大会議室 定 75人（先着順）

申 10月28日（金）までに子ども家庭支援課へ電話・ファクス・メールいずれかで

問 子ども家庭支援課

TEL 71・2078 FAX 72・2065

✉ kodomoshien@city.azumino.nagano.jp

一人で悩まずご相談ください

誰にも相談できずに困っている児童・生徒の皆さん、子どものことで悩んでいる保護者の皆さん、一人で抱え込んでしまう前に、まずご相談ください。秘密は厳守します。いずれの窓口も経験豊富な専門家が相談に応じます。

- 安曇野市青少年センター 市役所1階子ども家庭支援課内 (TEL 71・2078 FAX 72・2065 ✉ seishonen@city.azumino.nagano.jp)
- 子どもと親の相談電話 豊科公民館内 (30ページ参照)