# 貴方の子どもは大丈夫？

## 子どもとメディアの新しい関係を求めて

部分改革のススメ
～健常児を健常に育てるために～

平成22年2月6日（土）　１５：００～
於：熊本県学校歯科保健推進大会
熊本県歯科医師会館４F

如春会　浦田医院　　浦田章子

# 日本の子どもは絶滅危惧種！？

UNICEF？国連？が言った？？

ニュースソースは未確認ですが･･。
第10回日本小児科医会子どもの心研修会での
清川輝基氏のご発言です。

国外の誰かが
そんな風に心配してくれていることは
間違いなさそう・・。
何故？？

# 今日、皆さんと、共に考えてみたいこと

1）「文部科学省の体力・運動能力調査」や
「子どものからだと心白書」から見えるもの

2）何故こんな状態になったのか？
・・・危険可能性としてのメディア接触

3）本当に欠けているのは何か？

4）「部分改革の勧め」

＋
私に見えている
食育・・！

2005年6月
第19回日本学術会議
「子供の心」特別委員会報告

ここに述べられた事の現実に
皆さんも気付いてはいませんでしたか？

一般外来や学校健診をしていても見えてしまう
発育・発達の異常性があります。

“例えば”

- 姿勢・・・猫背・亀背
  ・まっすぐ立てない　・どちらかの肩が下がる
  ・身体が捻れている（顔と肩と骨盤の正面が違う）
  ・年寄り座り　　・膝をそろえて座れない
  ・じっとしていられない等

- 栄養状態・・・肥満・やせ
  ・貧血・骨粗鬆症・高脂血症・異味症等

- 自律神経失調・・・起立性調節障害　・睡眠障害
  ・朝食が食べられない・便秘・宿便・交代性下痢症
  ・集中力が長続きせず、直ぐ疲れる等

“例えば！”

- 身体の動かし方・使い方・・・まっすぐ歩けない
  - ・ラジオ体操、行進等でも身体をしっかり伸ばせない
  - ・周りと息を合わせる事ができない　・深呼吸ができない
  - ・随意筋のリラックスや緊張が意図的にできない
  - ・自分の身体の位置や体勢、自分の運動能力が
    現場と合っているか、想像したり計算したりできない

- 心身に対する健康感や危険感が確立されていない
  - ・健康や病気について、考えた事がない？
  - ・生活に必要な事は誰かがしてくれる、と思っている？
  - ・介護、看護、医療、公衆衛生、公衆道徳に対して
    自分に責任がある問題とは考えてない？

“例えば！”

- その場にあった行動が自発的にできない
  - “個人”と“集団”の関係が解っていない？
  - 集団になった時の行動の仕方を意識していない？
  - 挨拶の仕方、目線の合わせ方がわからない
  - 言いたい事は言うが、ヒトの話は聞いていない、等

- 正義とか社会的規範等について真面目に考えた事がない？
  第3者の目を意識できない。

- 自分の今の問題を言葉で表現できない
  - 自分が一生懸命やっているのに、認めてくれないのは自分が悪いのではなく、認めようとしない相手が悪いと思っている？
  - 逆に必要以上に自己評価が低い
  - いつでも「どうせ」と思っている

# 背筋力測定法

図１

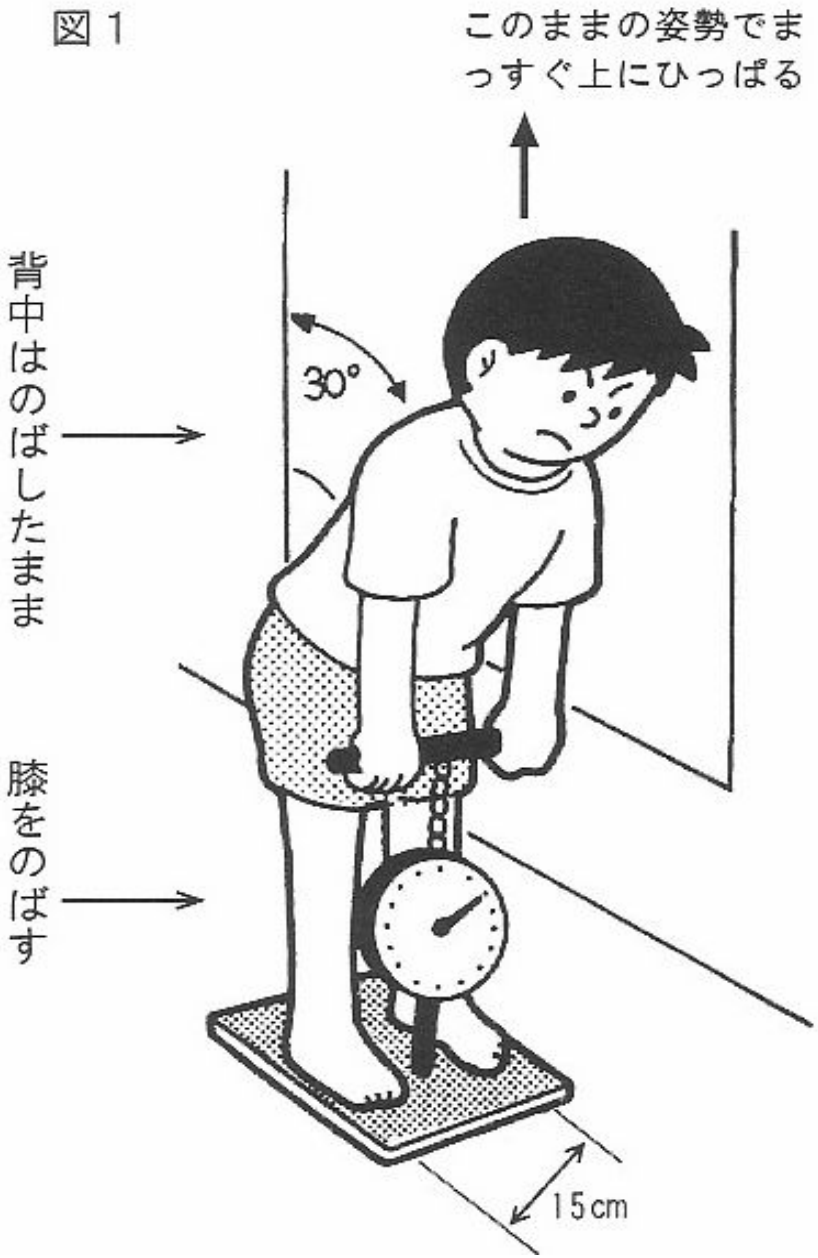
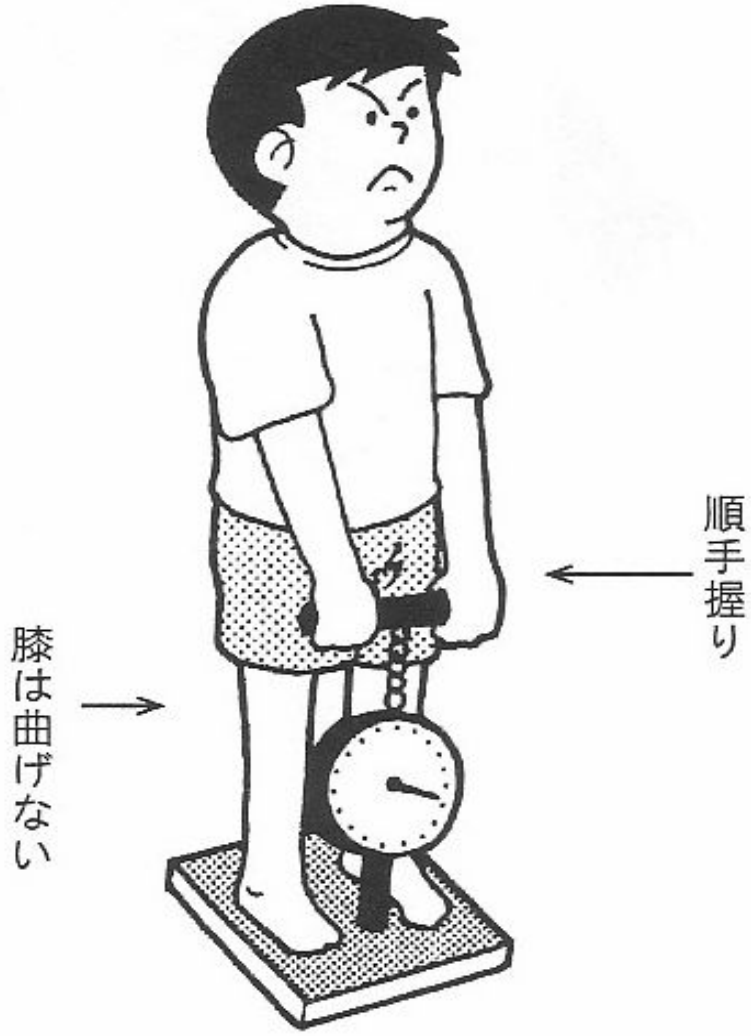
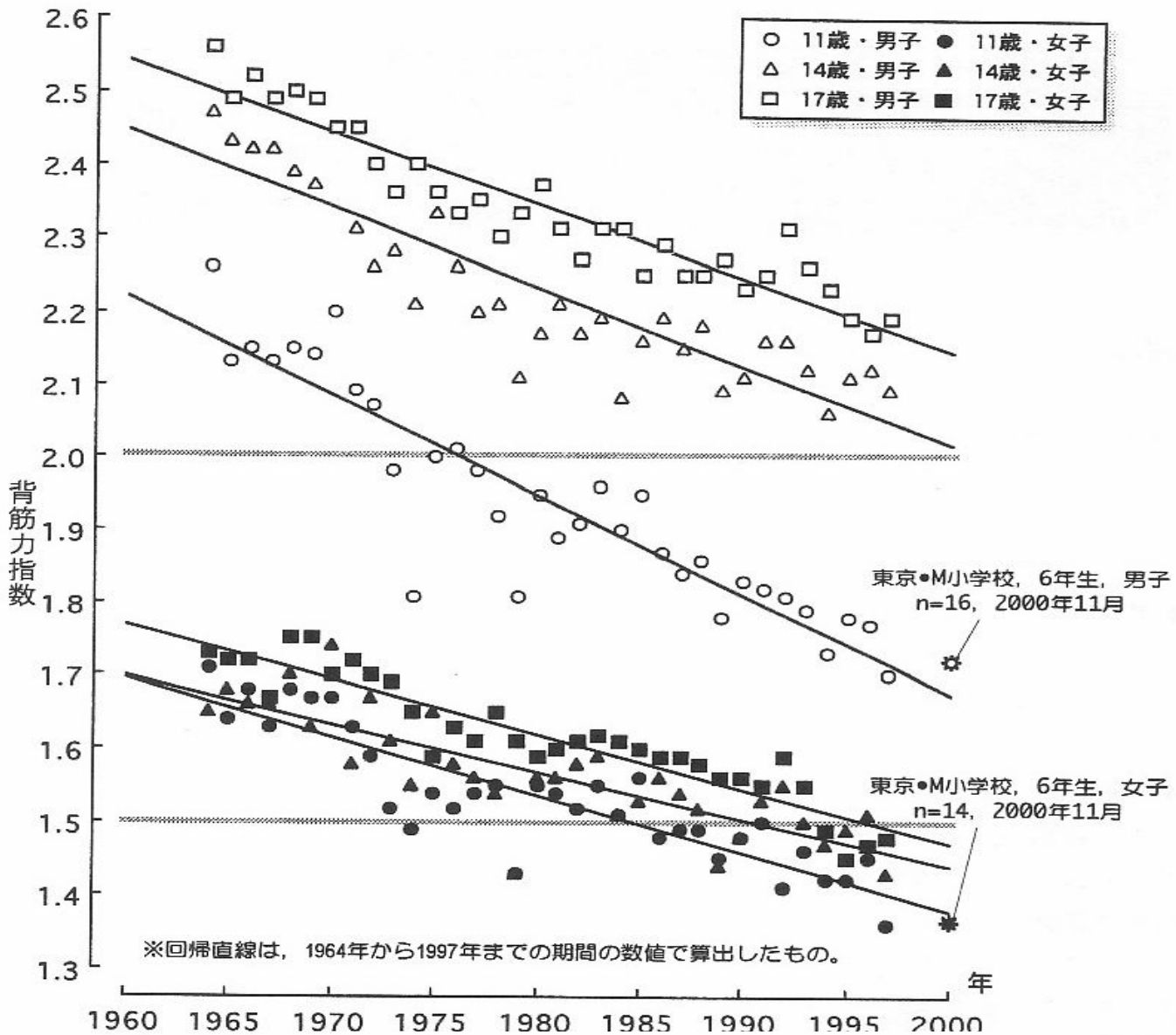



図２






スポーツテストにおける背筋力指数（背筋力／体重）の年次推移

（文部省『体力・運動能力調査報告書』から）

出典：『子どものからだと心白書2000』

## 背筋力指数

**1.0は自分を支える力**

熊本県中3

男子

1974年=2.2

2003年=1.7

女子

1974年=1.6

2003年=1.2

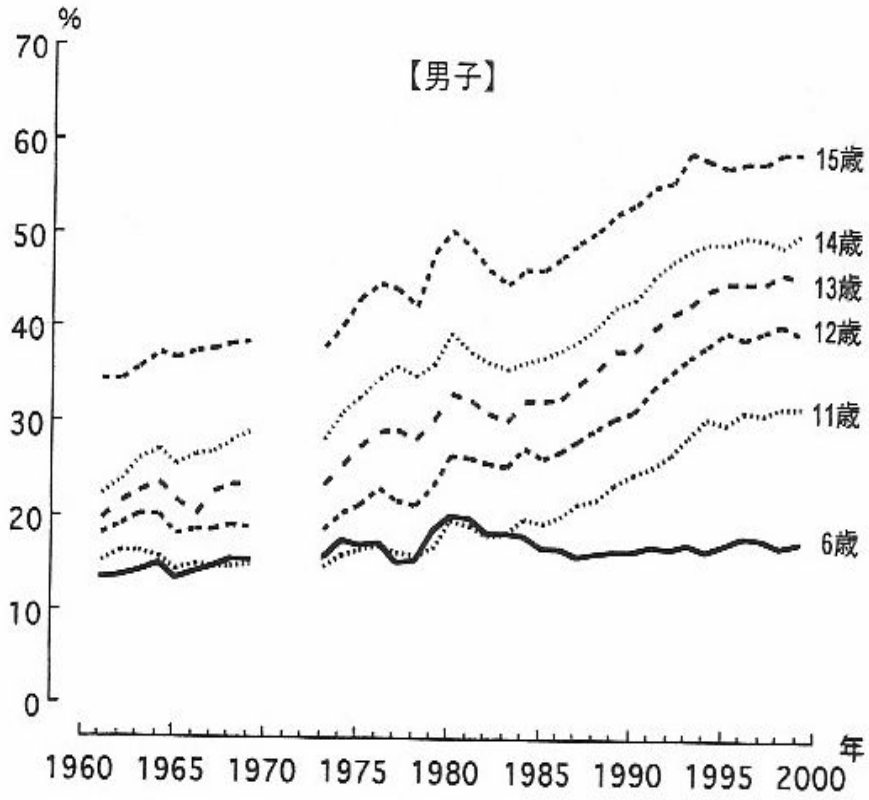
小3の平均歩数

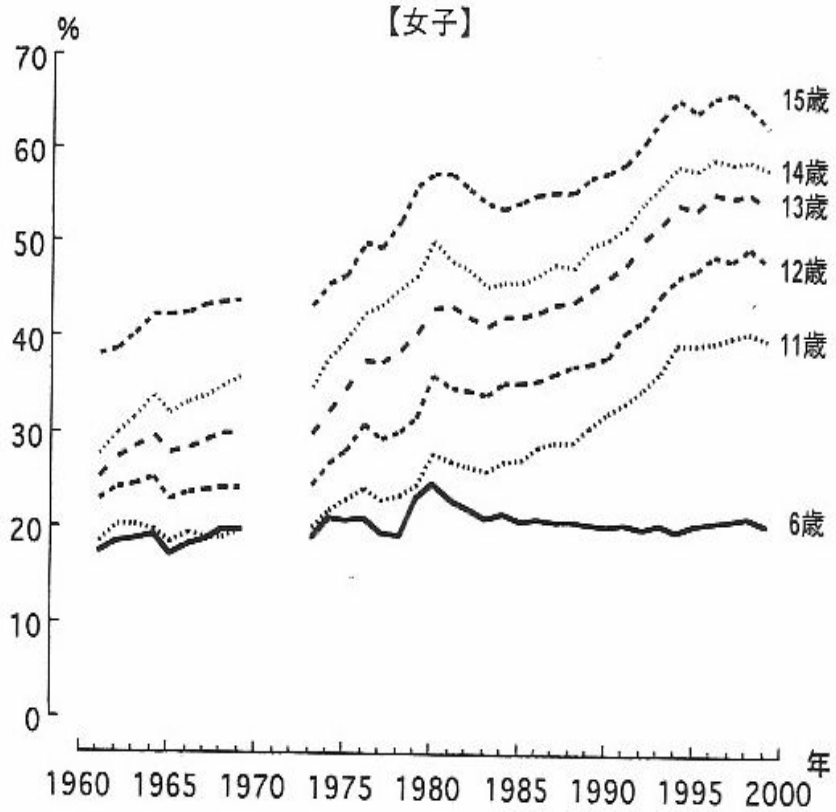
S35＝15,000歩

H13＝　4,900歩

裸眼視力の1．0未満の者の年次推移
（文部省『学校保健統計調査報告書』から）

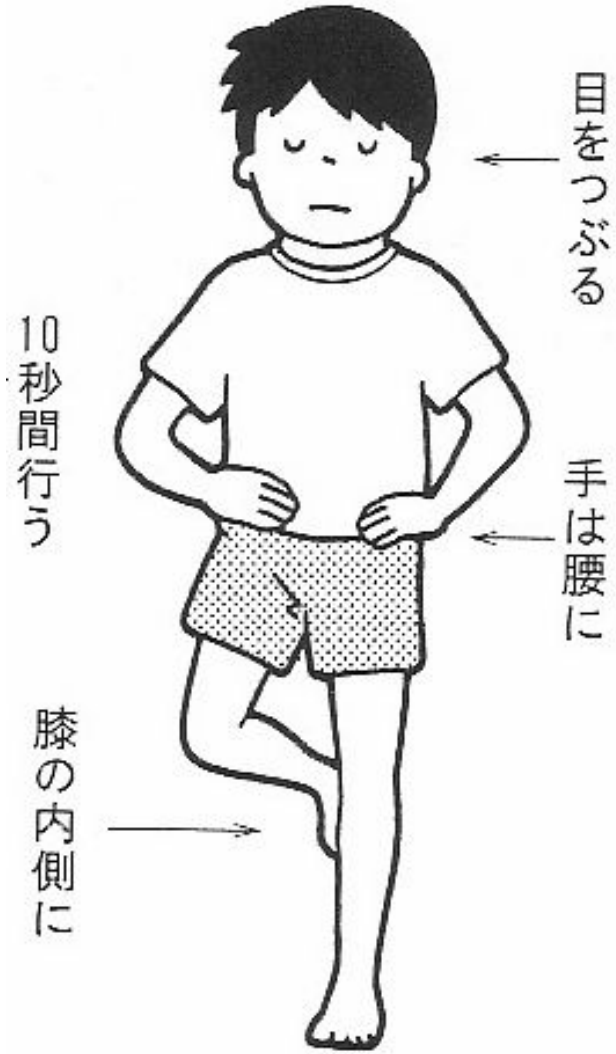
出典：『子どものからだと心白書2000』



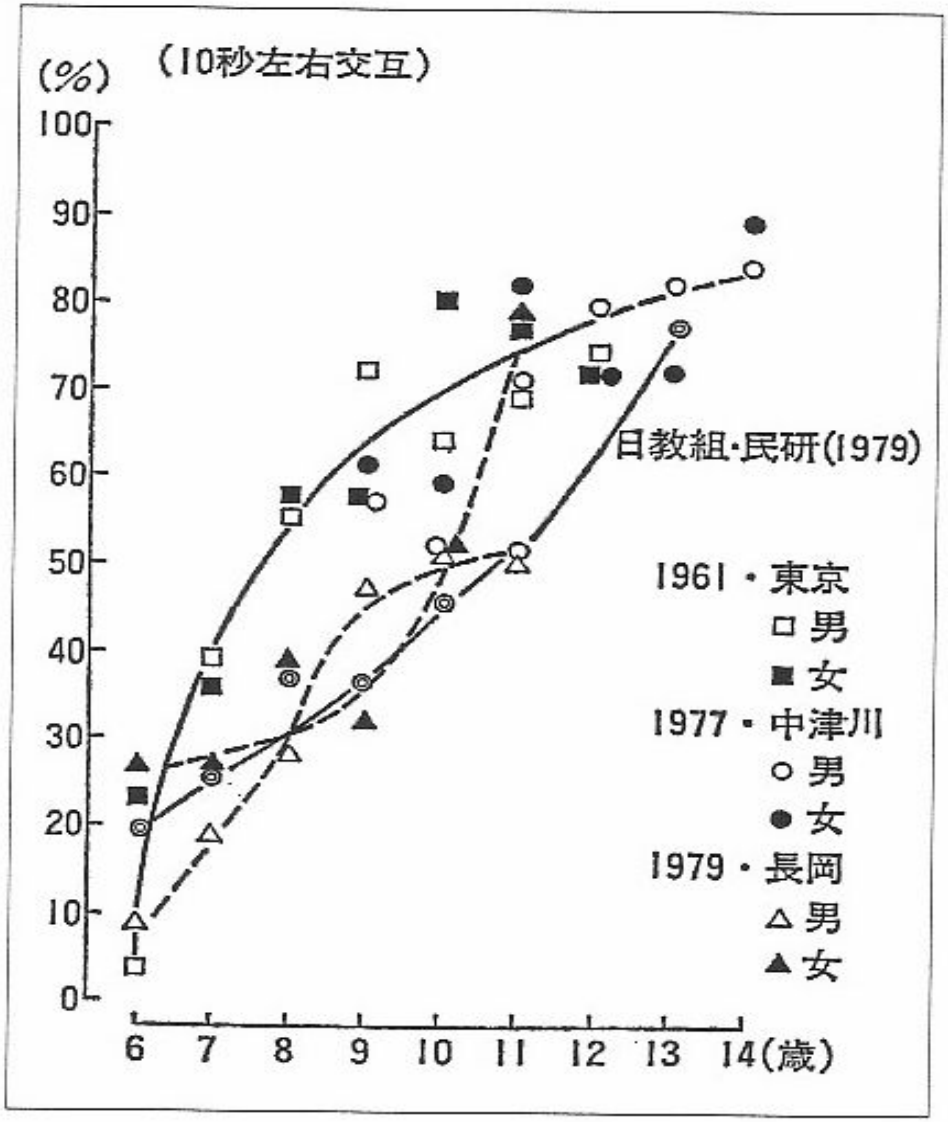




**両眼の視力差が0.3以上あるものの比率が増えている！**
**・・・平面画面を見ていることが多いから？？**

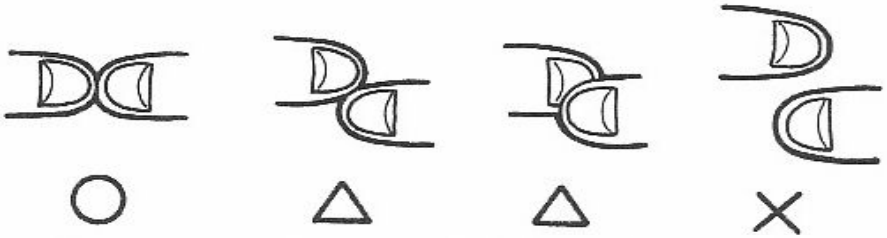
# 平衡感覚・バランス感覚は？



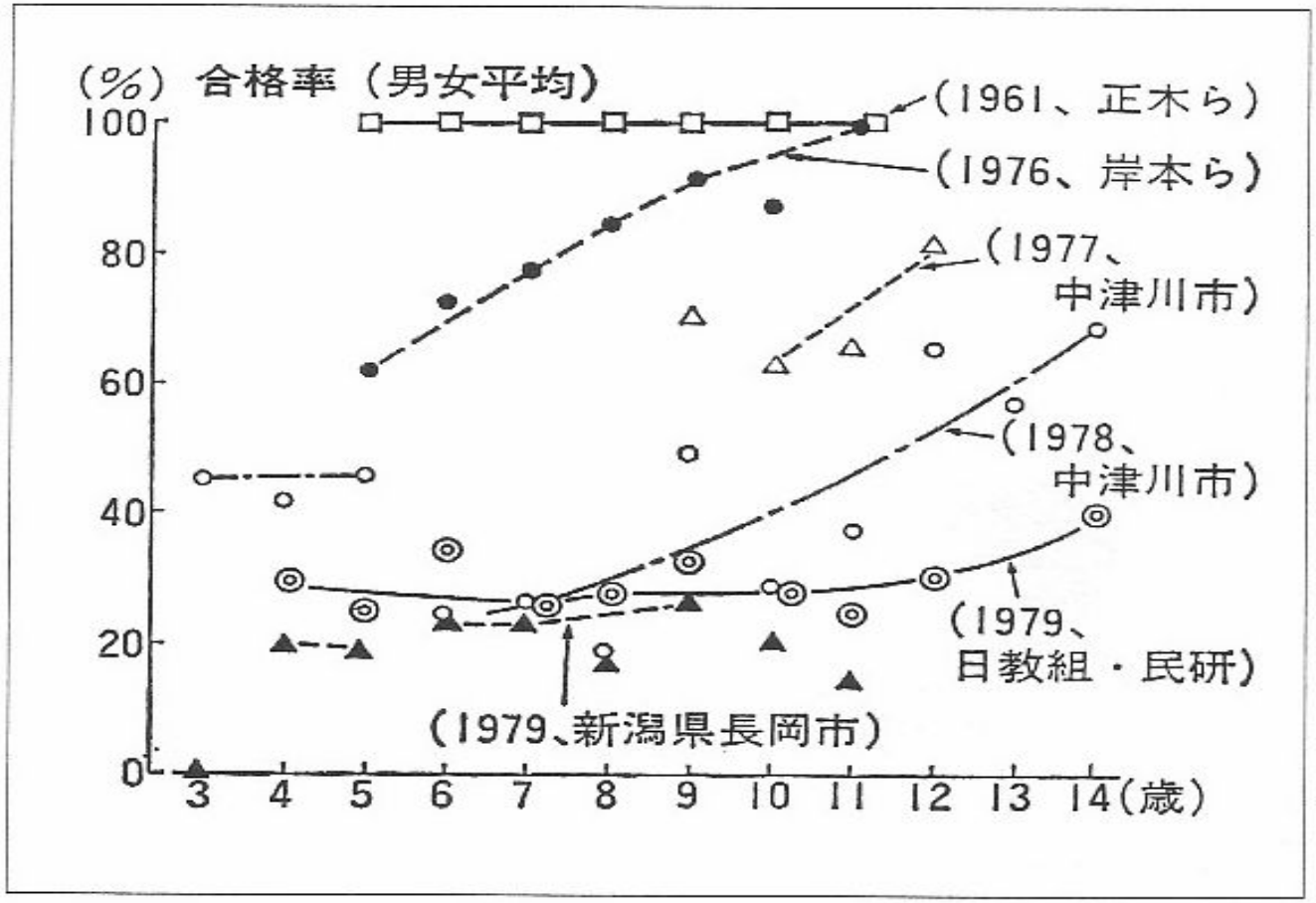

出典：「子どもと教育」84年11月臨時増刊号　No. 124




閉眼片足立ちの加齢的推移
（日教組・民研1979年の調査から）

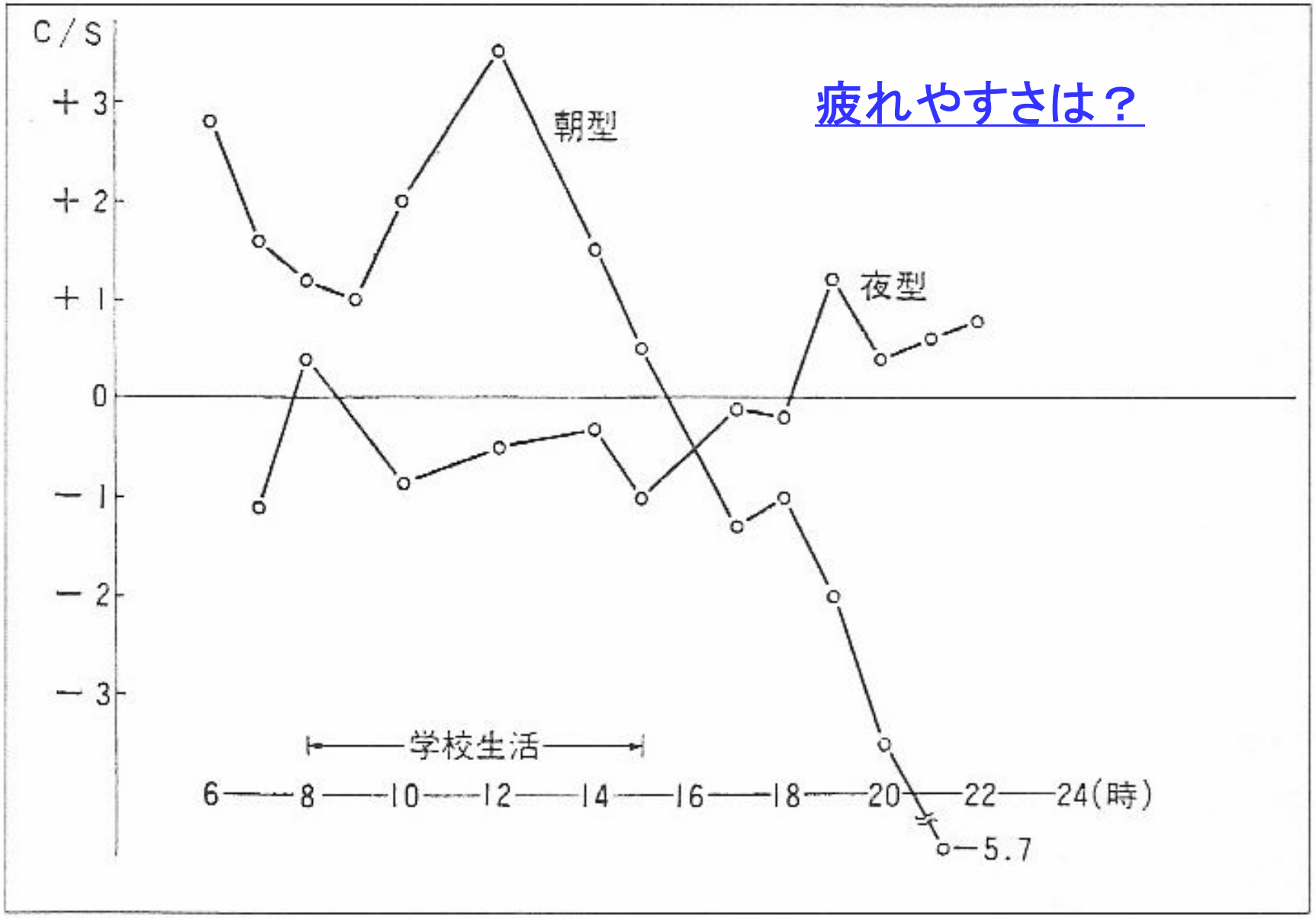



## 体勢感覚・器用さは？




閉眼接指合格率の加齢的推移

出典：「子どもと教育」84年11月臨時増刊号　No. 124



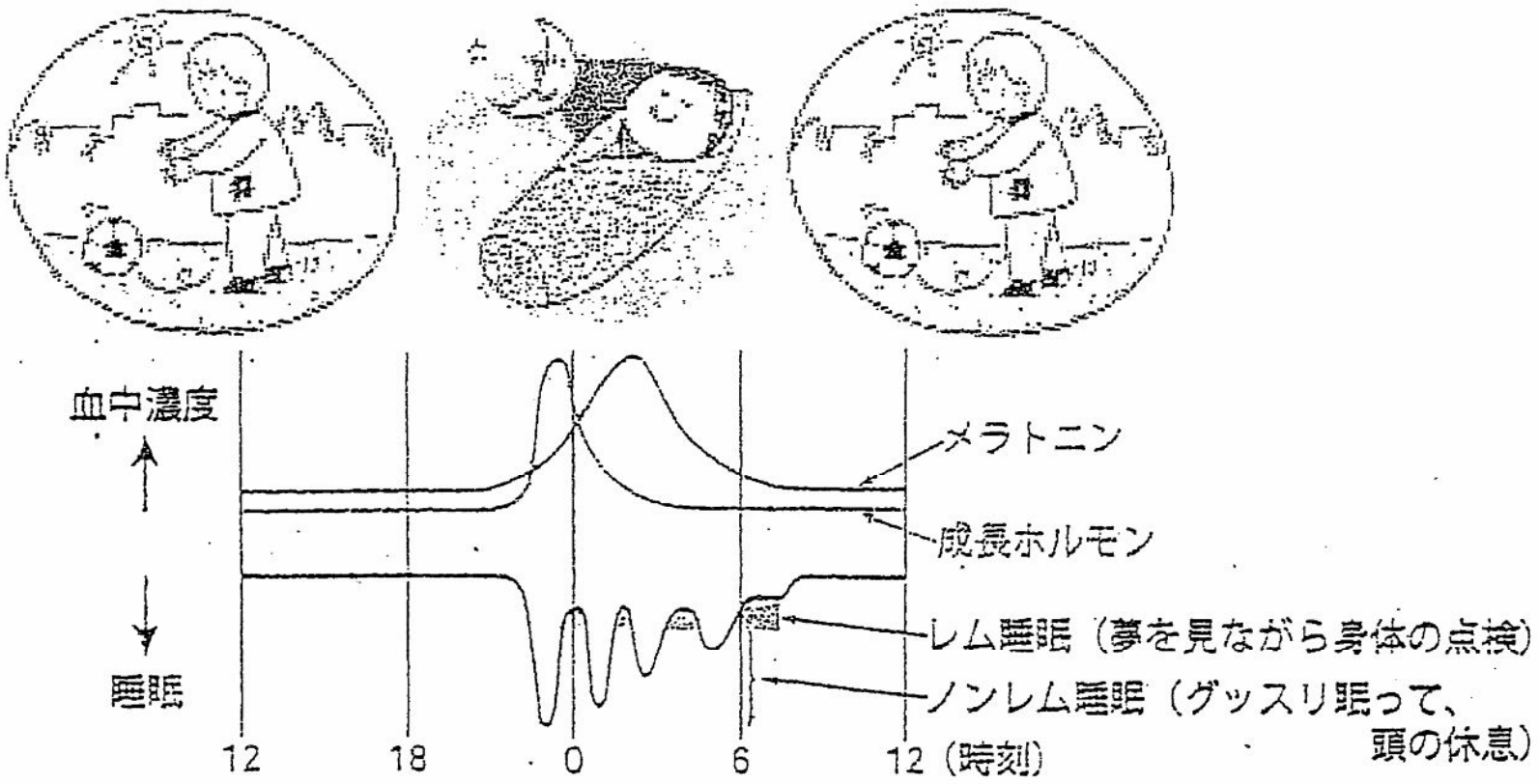

疲れやすさは？

フリッカー値の日内変動

出典：「子どもと教育」84年11月臨時増刊号　No. 124

# 睡眠リズム

http.//www.hayaoki.ne.jp




良い眠りは自律神経を育てます。

# 睡眠時間

時差ぼけ日本！？

NHKが統計を取り始めてから、成人でも
一年に一分ずつ短縮している。6時間59分（2000年）

| | 望ましい睡眠時間 | 実際の睡眠時間 |
|---|---|---|
| 3～11ヶ月 | 14～15時間 | 12.7時間 |
| 1～3歳 | 12～14 | 11.7 |
| 3～5歳 | 11～13 | 10.4 |
| 小学生 | 10～11 | 9.5 |

| 睡眠時間の変化 | 小3～4 | 10歳以上の小学生 |
|---|---|---|
| 2000年 | | 8時間43分 |
| 1996 | 9時間2分 | 8時間51分 |
| 1981 | 9時間24分 | 8時間56分 |
| 1 965 | | 9時間22分 |

一日の睡眠時間（小学生）

※2007年11月21日現在　となりの芝生編集部調べ

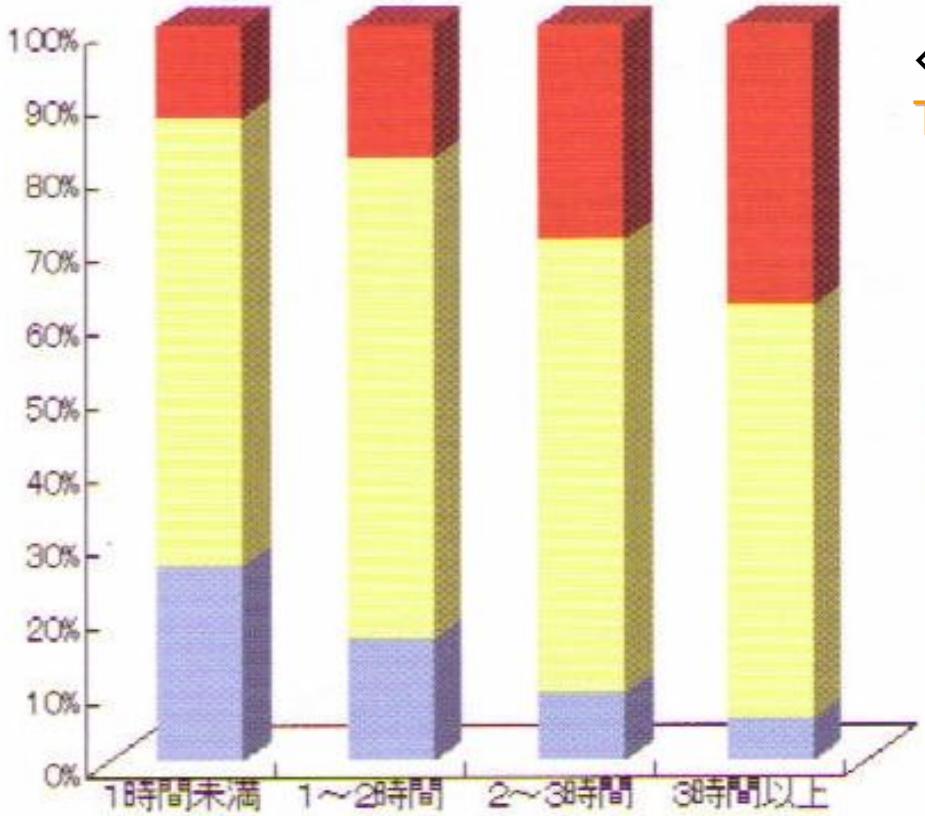
| | | |
|---|---|---|
| 1位 | 8～9時間未満 | 39.3% |
| 2 | 9～10時間未満 | 25.3% |
| 3 | 7～8時間未満 | 21.8% |
| 4 | 6～7時間未満 | 7.3% |
| 5 | 10～11時間未満 | 4.2% |

成長ホルモンは
自律神経調整ホルモン！
大人に成っても必要です。

# こどもへのメディア視聴の影響

・長時間視聴のあとは興奮状態・・寝付けない

・長時間のメディア視聴と就寝時刻には明確な相関




⇔　一日3時間以上
TVを見ている子どもの35%は
22時以降に就寝する！

［図２］３～５歳の就園児の調査からテレビ視聴時間と就寝時刻
小児保健研究63巻, 2004

# メディア漬けの学童期

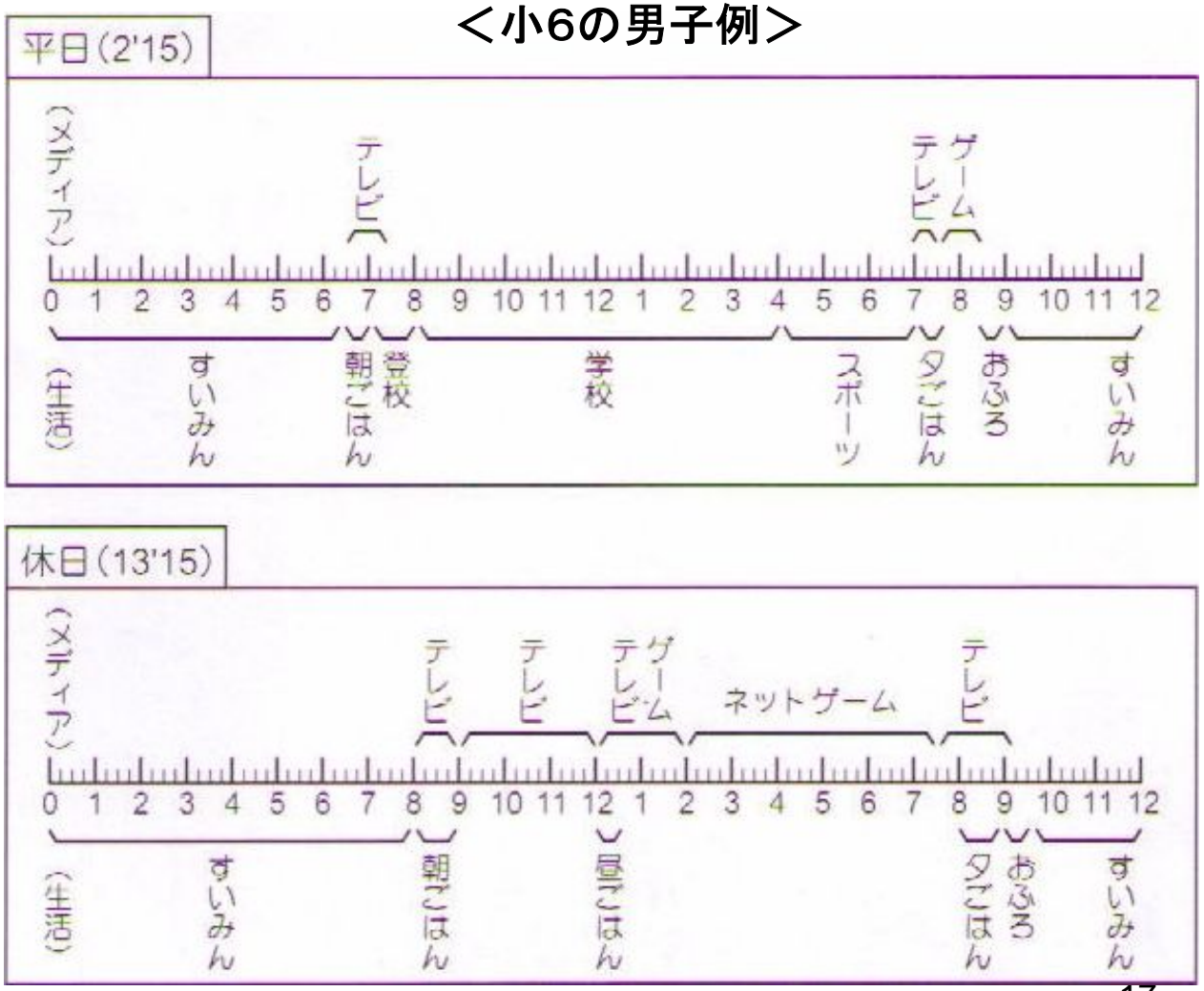
**日常に入り込んだ電子メディアは、今やTVやゲームだけではない。ケータイ遊び、メール、ビデオ、音楽視聴、コミックス等を、こなさなくてはならない。**

**＜小6の男子例＞**

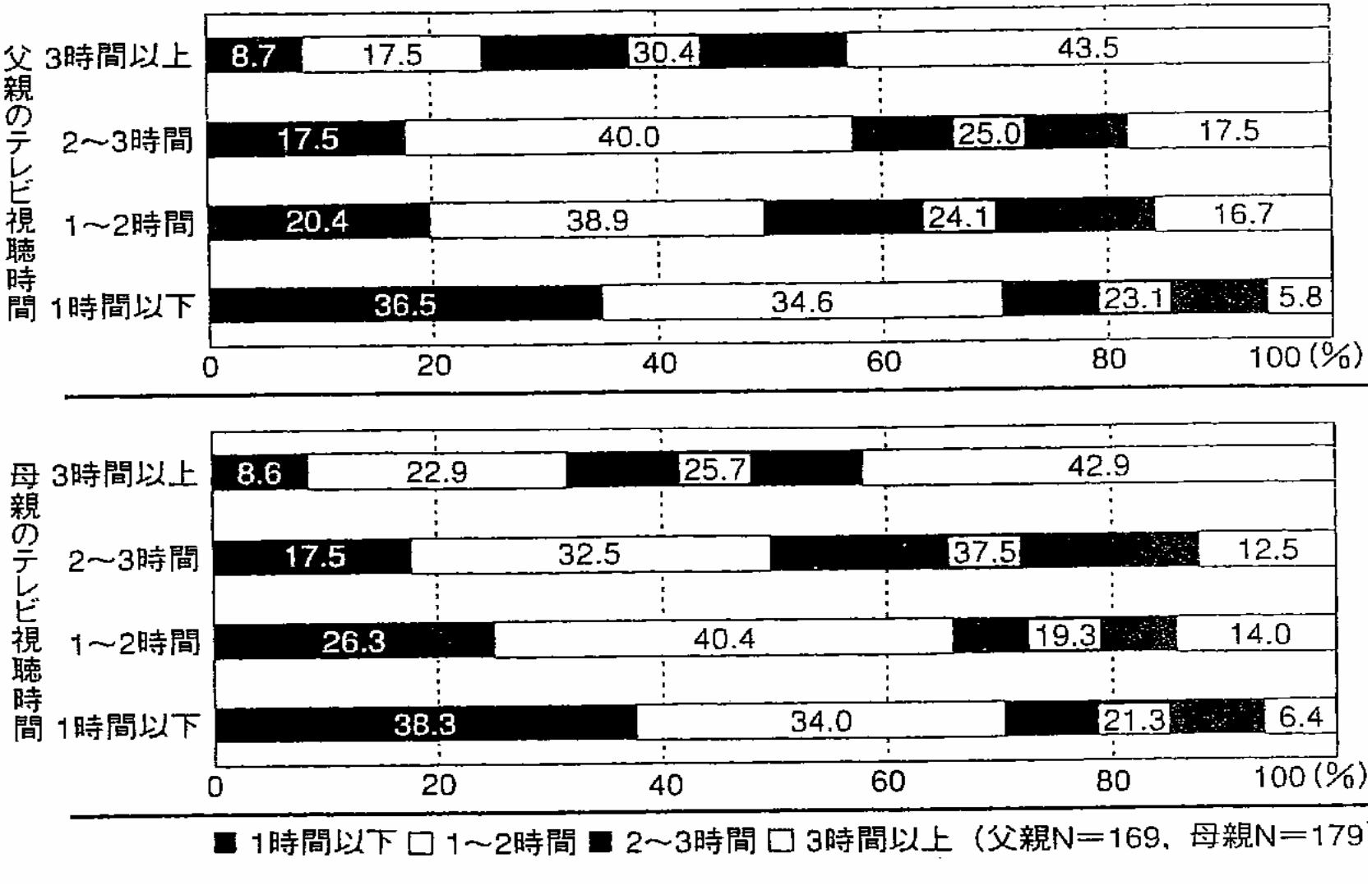
**生活時間を構成しているもの**

- 洗面・入浴など清潔や保健に必要な時間
- 睡眠・食事・排泄の時間　・移動の時間
- 外出する為の身支度(おしゃれ)の時間
- 仕事(子どもなら学校)・部活動・塾・家庭学習の時間
- 趣味や余暇・習い事の為に使う時間等・・？

**食事や睡眠時間を減らさなくては・・？！**
**時間が足りない！**



# 「親のテレビ視聴時間」と「子どもの視聴時間」
## （小中学生とその親）



# 夜更かしと肥満

## 就寝時刻が22時以降の者の割合
## （札幌市における小中学生の食事・生活調査）

| | | 木曜 | 金曜 | |
|---|---|---|---|---|
| 小2 | 肥満n=18 | 27.8 | 55.6 | % |
| | 標準n=301 | 20.9 | 42.5 | |
| 小4 | 肥満n=50 | 50.0 | 81.3 | |
| | 標準n=265 | 34.0 | 59.8 | |
| 中2 | 肥満n=29 | 100 | 100 | |
| | 標準n=279 | 97.0 | 97.7 | |

by
北海道医療大学
生命基礎科学講座
小児科
西　基

幼いほど、肥満と就寝時刻の遅延には相関がある。
一食多く食べ、多く飲んでいる。

# フードファディズム（Food Faddism）

## 食べ物が身体に与える影響を
## 良くも悪くも極端に言い立てる事

**もう一つの、**
**メディアと直接に関係する**
**食べ物の話題！**

1）健康への好影響をあおる食品の流行
　・・「それ」さえ食べ（飲め）れば万事解決！
　　例）紅茶きのこ（’75）　酢大豆（’88）　納豆（’07）

2)量の無視
　・・摂取する量や含有する『有害・有益成分』の量には言及せず、
　　「〇〇に良い・悪い」と主張

3）食品に対する不安や期待の煽動
　・・特定の食品や食事法を敵視したり、推奨・万能薬視したりする。
　　例）自然・天然・植物性・有機農法・黒砂糖などは良いが、
　　人工・動物性・農薬使用・精製度の高い食品・炭酸飲料
　　旨み調味料等は悪い

こういう事からちゃんと抜け出す方法を学ぶのが
食育！？

**2005年6月**
**「食育基本法」制定**

国民一人一人が
「食」についての意識を高め、
国民全体で「食育」の推進に取り組むことを
目指すもの

# 今、なぜ食育なのか？

＊国民の平均体重は・・昭和30年代初期の＋3kg

＊肥満は男性2%、女性3%・・・生活習慣病の普遍化

＊間違ったやせ思考の拡大・・・低栄養・貧血

・骨粗鬆症・思春期やせ症・不妊の増加

＊摂取カロリーは減少しているのにやせないのは

筋肉を使う生活をしていないから。

・・・基礎体力・筋力低下・基礎代謝率の低下

・不眠・低体温・自律神経失調等、未病状態

＊運動量が足りないと精神活動も不活発になる。

・・・鬱傾向・認知症の増加

＊etc. etc.

# 「食育」の二つの系統

主に教育関係者や栄養士によって「食教育」または「食に関する指導」の名称で取り組まれてきたもので、従来の「栄養教育」を、食生活の教育へと発展させたもの

＊対象者を主として、児童・生徒から、昨今、所謂、生活習慣病対策から、一般消費者へも拡大。

＊健康的見地からの、望ましい食習慣形成の学習

＊衛生、食文化、食のマナー、調理、さらに食材の選び方、供給源である農業等の学習を含む

主に農業関係者によって「食農教育」（食と農を通じた教育の意）の名称で取り組まれてきたもの

＊児童・生徒だけでなく、広く消費者一般を対象

＊農業と農産物に関する啓発活動の意味もある。

＊児童・生徒を対象とする場合は、教育関係者と連携することも多い

＊中心的な位置を占めるのは、学校の内外での農業体験学習

＊「食」と「農」についての理解を図る取組みとして、給食に地場農産物を使用することも行われている。

# ？？目指す「食育」はこれで達成できるの？？

例えば、

食のマナーって給食教育で身につくものなの？
学校の調理実習で、毎日の食事が
バランスの良い栄養で、作れるようになるものなの？

社会教育・消費者教育っていうけど、
農園実習をしたら、
地産地消の給食を食べたら
上手なお買い物ができるようになるものなの？

第3の食育の系統があるのでは？
本当の食育の現場は何処？

フードファディズムと食育　・・・マスメディアの無責任性

胎児期・乳期の食育　・・・共食vs 個食・孤食・固色
“背景色はノーメディアで“

食物アレルギーと食育
咀嚼機能の発達と食育
・・・伝統的な食形態の変化と伝達の機会の喪失
味覚や口腔機能の発育・発達を
無視した「除去食指導」までが出現？？

学校での食育　・・・学校医には、何ができるか？

チャイルドヘルス2009年Vol12.No1

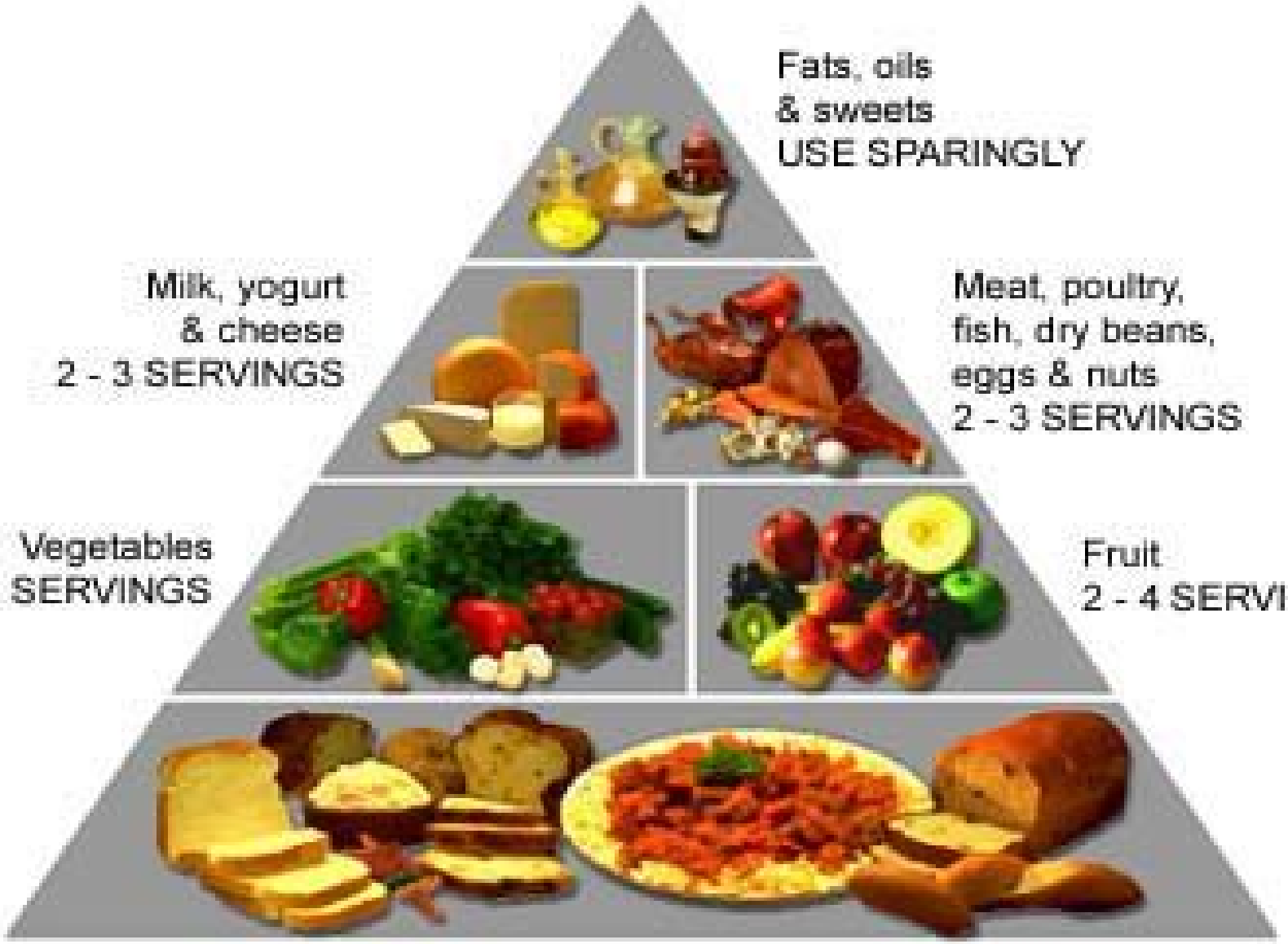
# 諸外国の「食育」事情の比較

| | 米国 | 英国 | ﾄﾞｲﾂ | ﾌﾗﾝｽ | ｲﾀﾘｱ |
|---|---|---|---|---|---|
| 開始時期 | 1980～ | 1990～ | 2003～ | （1970～）<br>1985～ | 1985～ |
| 監督官庁 | 連邦農務省及び厚生省<br>食品安全検査局及び食品・医薬品管理局 | 魚漁食糧省<br>食糧基準丁 | 連邦政府<br>消費者保護・食糧・農業省 | （農業組合⇒）<br>文化省：1989<br>国立食文化評議会CNAC<br>各省庁・EU | |
| 法律又は指針 | ＊Dietary Guidelines for Amerians<br>＊栄養表示教育法 | 国民栄養調査⇒Food Standards Act 1992 | 農業法第4条に基づく『食糧政策・農業政策年次報告書』 | （原産地呼称認定制度AOC）<br>国民教育省及び研究省公報2001 | （スローフード＝地産地消運動） |

| 背景等 | 米国 | 英国 | 日本 | ﾄﾞｲﾂ | ﾌﾗﾝｽ |
|---|---|---|---|---|---|
| 肥満<br>又は<br>脂肪過多 | 男性　20%<br>女性　25% | 17%<br>20% | 2%<br>3% | 子供20%<br>青少年33%<br>40年後には成人の50% | |
| 社会的コスト又は医療上の問題 | 虚血性心疾患による死<br>人口10万対<br>183人 | 265人 | 57人 | 食生活に起因する病気に必要な費用は医療費の1/3に相当 | 背景は<br>ﾌﾗﾝｽ固有の食文化を守る事 |
| 学校教育 | 学校給食事業及び教科活動 | Food in Schools:Fis計画 | 現状 | 学校における食生活ﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄ | 学校食堂指針（cantine) |
| 農業及び消費者教育 | 教室で農業<br>地産地消<br>食品表示拡大 | 『育てる学校』「農場へのｱｸｾｽ」<br>地場食品 | 地産地消又は産消提携は1970年代に始まった日本の活動発? | 教育ﾌｧｰﾑ・食生活相談事業・ﾈｯﾄﾜｰｸ活動 | 教育ﾌｧｰﾑ<br>森林学校<br>家族での夏のﾊﾞｶﾝｽ |

# アメリカ人のための食生活指針2000年版 (Dietary Guidelines for Americans)

① 健康的な体重を目標にする
② 毎日運動をする
③ フード・ガイド・ピラミッド*に従って食品を選択する
④ 毎日多種類の穀物、特に全粒粉を使った食品を選択する
⑤ 毎日多種類の果物や野菜を選択する
⑥ 食品を安全に保管する
⑦ 飽和脂肪酸やコレステロールの低い食事を選択し、総じて脂肪の摂取を控える
⑧ 砂糖の摂取が適度となるように飲料や食品を選択する
⑨ 塩分を摂りすぎないように食品を選択し、調理する
⑩ アルコール飲料はほどほどに飲む


Fats, oils
& sweets
USE SPARINGLY
Milk, yogurt
& cheese
2 - 3 SERVINGS
Meat, poultry,
fish, dry beans,
eggs & nuts
2 - 3 SERVINGS
Vegetables
3 - 5 SERVINGS
Fruit
2 - 4 SERVINGS
Bread, cereal, rice & pasta
6 - 11 SERVINGS

ADAM.

# 5 A DAY（ファイブ・ア・デイ）運動

**一日に最低　5種類　5カップ（両手のひら5杯分）の**
**果物・野菜を摂取しようという、児童のみならず**
**家庭を巻き込んだ食育プログラム**

- 民間企業ドール社、健康増進青果財団（BPH）、国立癌研究所などが展開
- ドール社は「ファイブ・ア・デイ運動」を学習する為のゲームソフト（小学校向けとしては初の栄養教育ソフト）を作成、無料で学校に寄付。
- BPHは、民間からの寄贈金をもとに、教師用ガイドブック、ワークシート、ポスター、家庭持ち帰り用青果物割引クーポン付きパンフレットなどを含む「食育キット」を作成。
- これを使用したクロス・マーチャンダイジングの手法が取りこまれたプログラムは、地域の量販店と連携した消費者教育となっている。

# 果実野菜無料配布事業
## 2002年農務省パイロット事業

＊事業開始後、
・学校内の売店におけるドーナツ販売量が25%減、
・自動販売機のキャンディー類の売上額が週800ドルから300ドルに激減

＊上記に伴い、児童生徒の生活にも好影響！
・生活態度の向上、
・テスト点数の向上、
・欠席率減少、
・保健室訪問回数減少等

＊現在、今後5年間でさらにこの事業を拡大するための法案が上下両院に提出されている。

# 「軽やかな子ども達— よい食事、もっと運動を」（Kinder leicht: Besser essen.Mehr bewegen）キャンペーン

＜子どもの肥満の原因＞

①食べ過ぎ。
　特に甘い、脂肪の多い食物の食べ過ぎと、果物や野菜の摂取不足。

②運動不足。子どもたちはテレビやコンピューターの前で過ごしている。

③最近の食文化。すなわち、健康な食生活についての知識、料理という文化、共に食事をとるという習慣の喪失。

＜その対策としてのワーキンググループの創設＞

①学校における食事と食文化

②家庭、幼稚園・保育園における子どもの食事

③メディアにおける子どもの食生活
　　・・あらゆるジャンルのメディア関係者が参加している！！

④子どもの食生活、食品の供給、経済界と宣伝
　　・・・経済界には何が出来るか?や、誤った食生活を正す為のキャンペーン方法を検討中！！

# ﾄﾞｲﾂの政府広報のご紹介

ネット社会の落とし穴
子ども達をどう守るか？

**2009年4月27日放送**
**第4回NHK ディベートより**

社会への情報伝達の扱いが
“な～んか違う”と感じませんか？

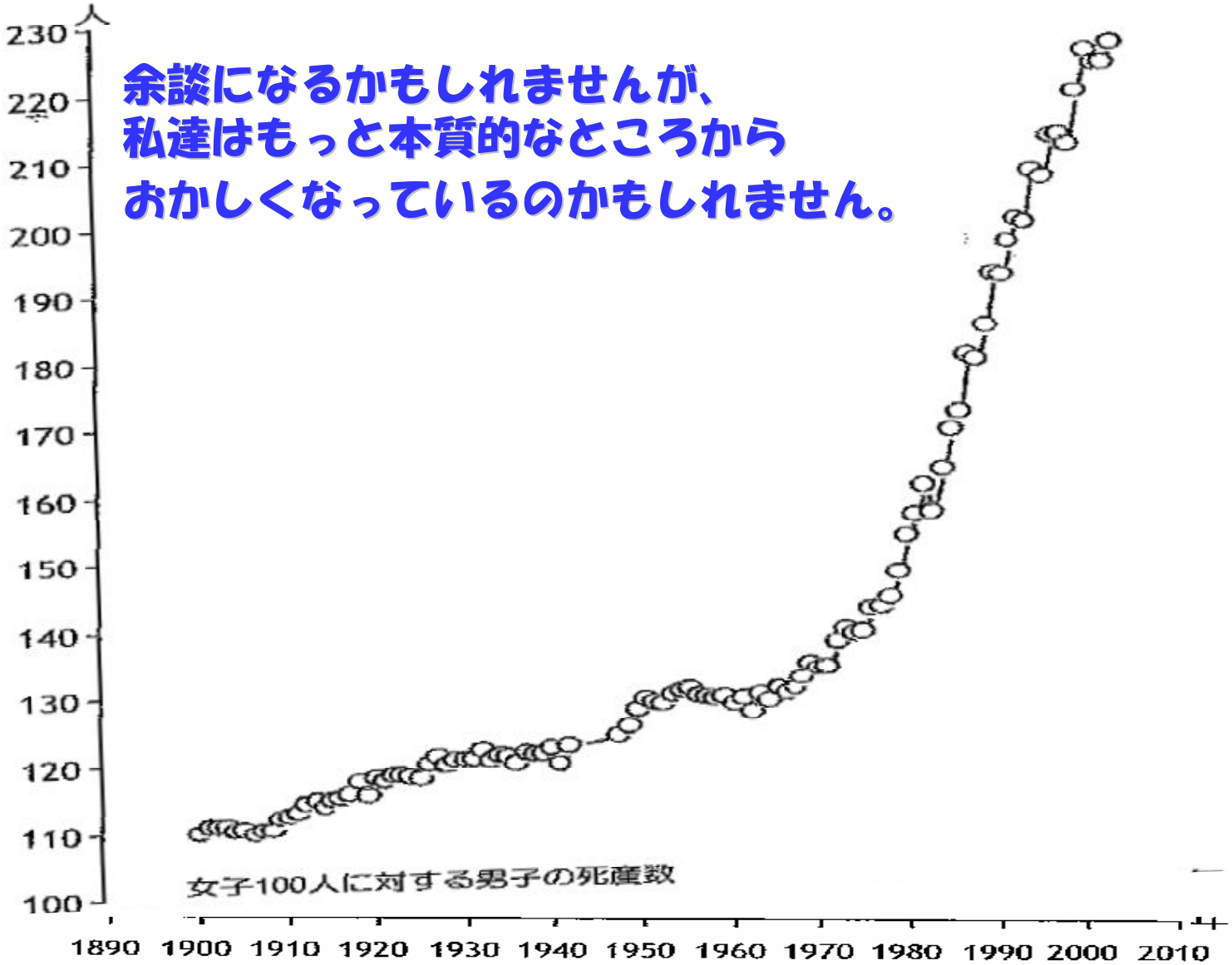
そういう諸国が日本を見ると･･

**1998年6月WHOの日本政府への勧告**

「日本の子ども達は発達上の複数の障害を起こしている」

＜日本の子どもは絶滅危惧種！？＞

とかいう事になるのかも･･･




**余談になるかもしれませんが、**
**私達はもっと本質的なところから**
**おかしくなっているのかもしれません。**

図７　死産性比の年次推移(厚生労働省『人口動態統計』から)

〔出典：子どものからだと心・連絡会議編(2006)子どものからだと心白書2006.
ブックハウス・エイチディ，p.31.〕

# 成人病胎児期発症（起源）説
## D. Baker（1986）

①妊娠中の栄養によって、
　出生児の健康、及び疾病リスクの多くが決定する。
②その素因は、遺伝子発現制御系の変化によって生じる。
③この変化は、次世代に継承される。

妊娠中の食育は、
次世代の健康の確保の為に重要
この時期の正しい食育は、
分娩後の乳児の食育に繋がっている。

# 低出生体重との関連を指摘されている疾患

| 明白なもの | 想定されているもの |
| --- | --- |
| | 慢性閉塞性肺疾患 |
| 高血圧 | うつ病 |
| 冠動脈疾患 | 統合失調症 |
| Ⅱ型糖尿病 | 行動異常 |
| 脳梗塞 | 未婚 |
| 脂質代謝異常 | 指紋 |
| 血液凝固能の亢進 | 子宮及び卵巣重量 |
| 神経発達異常 | 思春期早発症 |
| | 乳癌・前立腺癌・精巣癌 |

## カナダ等は早産児が多いのに対し、日本では満期産の低出生体重児が多いのは？？

- 「小さく産んで、大きく育てる」の勘違い？
- やせた状態での妊娠の、 遺伝子発現抑制系に悪影響？
- やせ*の母体からは、低出生体重児や早産児が多い。
- 妊娠中の「母胎体重増加量の抑制」指導過剰？

*BMI18.5未満の20歳代　1984年　12.4%
やせ願望の増加により　2001年　20~25%

**やせ願望はどうやって形成された？**
**マスメディアの影響！？**

# おっぱいから始まる「食育」
## 母親の生活の反映としての子育て環境

- 授乳は「離乳準備食」 ⇒授乳から始まる「母子（保護者）との関係性」の育ち始め
- 味覚は、妊娠12週頃から、嗅覚は、妊娠28週~32週で芽生える。 ⇒自分の母の「母乳の味」を知って、産まれて来る。
- 前・中・後乳と一回の授乳中に味が変化 ⇒母が食したものの味も、乳汁を通じて感じている。
- 乳輪を歯茎で挟んでかむ練習？ ⇒児の興味により、離乳食への移行を考える。
- ｼﾞｰﾂ!ﾓｸﾞﾓｸﾞ・・ﾖﾀﾞﾚﾀﾗ~

授乳は人間界のあらゆるコミュニケーションの始まりです。

# 幼児期前半（乳歯放出期）

## 食事の自立の為の食育支援

## ＜自食の発達を促し、歯でかむ支援の仕方＞

- 歯の萌出に応じた咀嚼機能確立の支援

⇒前歯を使って噛み取らそう

・奥歯が生え始めたら、硬い繊維質のものを開始しよう

・早食い、過食にならないように、良く噛んで食べる調理の工夫

・咀嚼機能が上手になる為の食具を遣った食べ方の獲得支援

・ゆっくりかませて薄味でも満足感が味わえるような工夫

⇒口の動きに手指の動きを併せ、手づかみで食べよう

・口の使い方に併せて道具を使わせよう

・口腔機能（咀嚼・構音・表情供出）の発達を促す食べ方の支援

⇒硬さや大きさの異なる種々の食材をゆっくり食べよう

・唇を閉じたままの咀嚼をさせよう。

毎日の食をはさんで、親子の間でどんなやり取りをしているか？が問題です。

# 咀嚼機能の発達と食育

## 昭和大学歯学部　向井義春氏の論文より

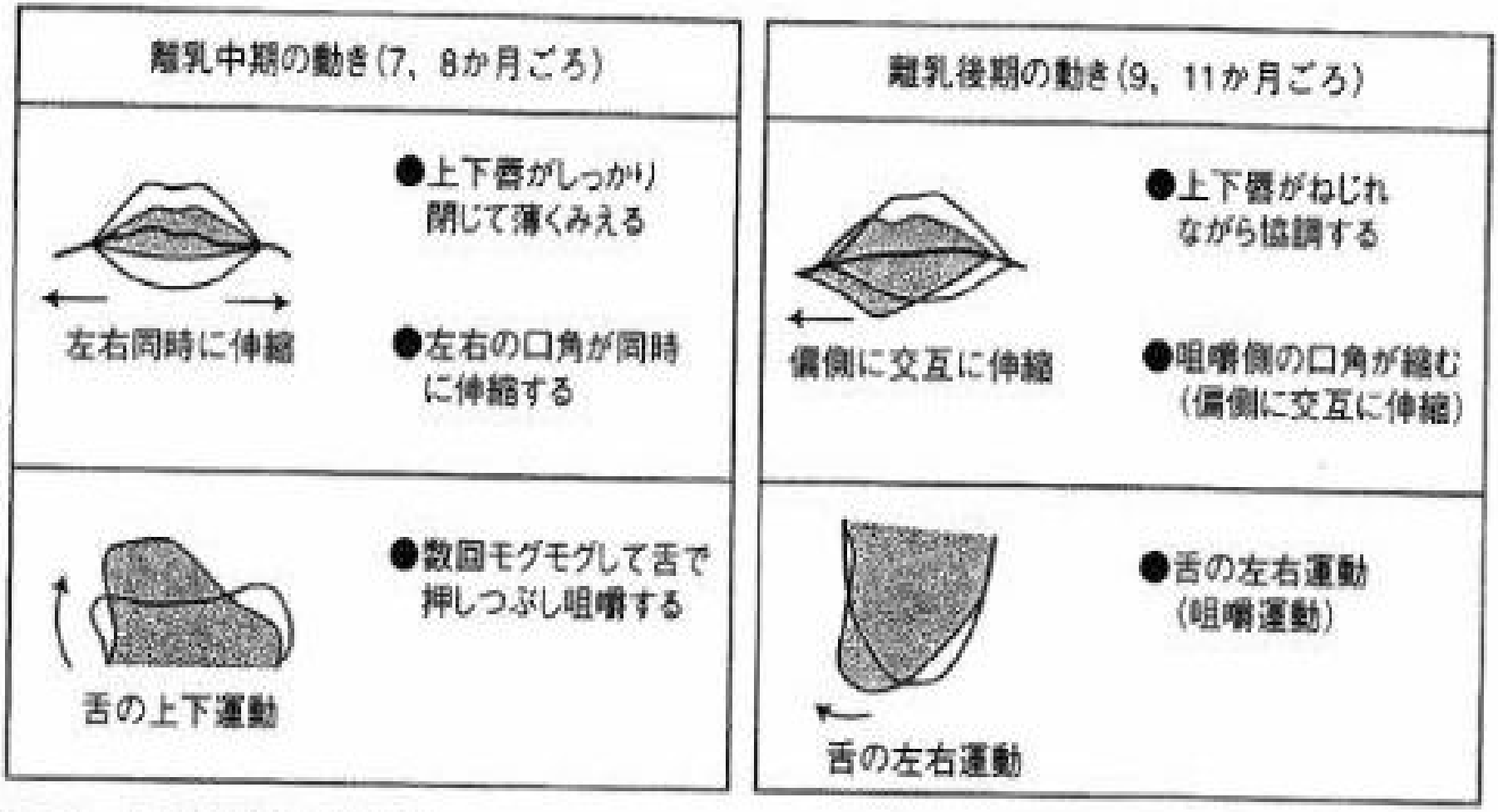



図１　咀嚼月齢の見方

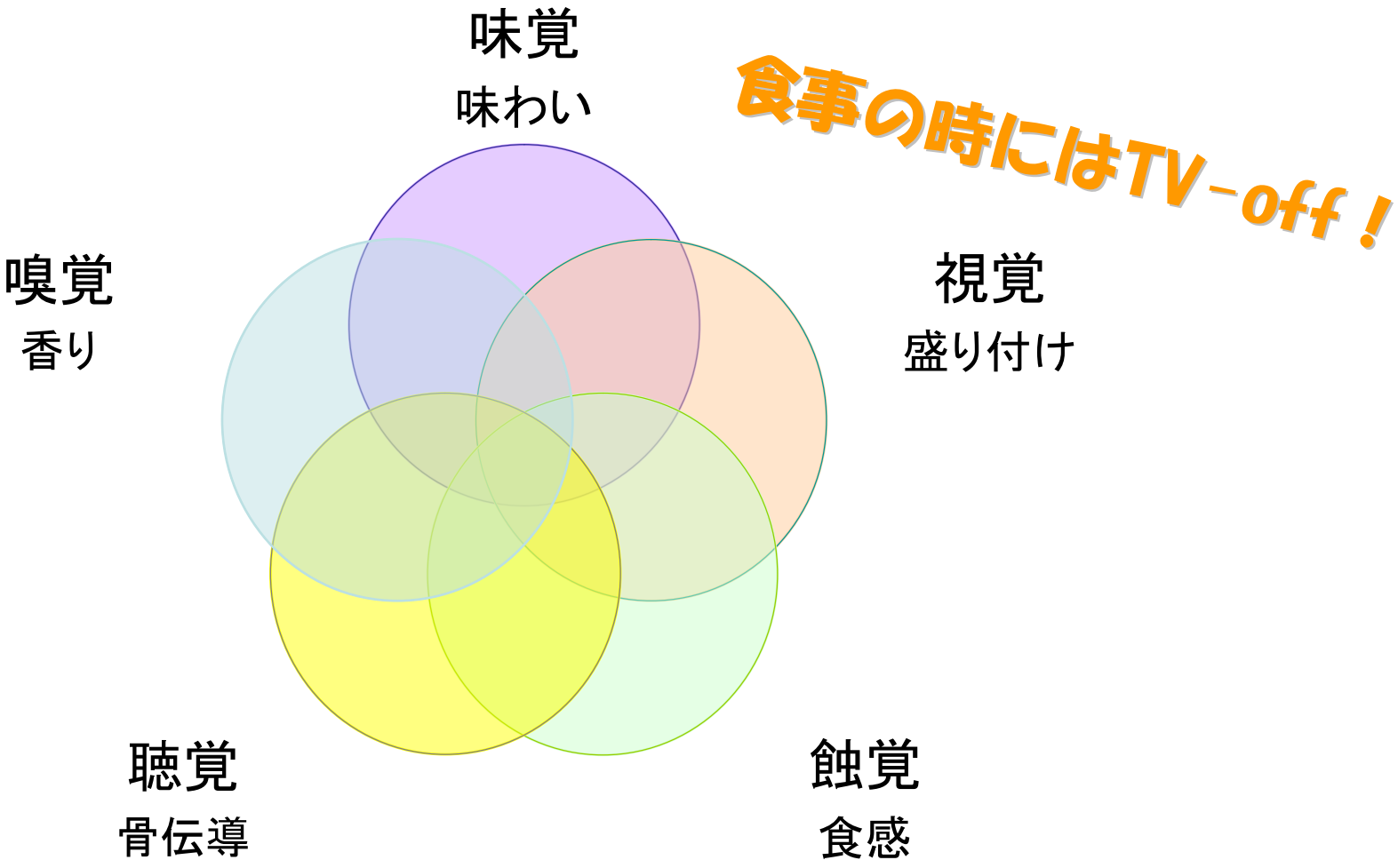
# 乳児期後半（乳歯列空症期）保育園・幼稚園児
## 集団で食べる（自律）の為の食育支援
## <食べ方のマナーとしっかり噛む習慣を身に付けよう>

- 食材に応じた噛みかた、食べ方の支援
  ⇒生え揃った乳歯を使い、しっかり咀嚼しよう
  ・食物の硬軟・大小・粘度に応じた食べ方を学ぼう
- 自律して、おいしく食べる食べ方の支援
  ⇒五感が満たされる食べ方や、両手の役割を学ぼう
  ・口の動きと強調を学ぼう
  ・食具として箸の使い方は？
- しっかり噛む習慣の形成支援
  ⇔肥満の改善・予防
  ⇒良く噛んで少量でも十分な満足感の得られるような食べ方を！
  ・早食い・丸呑み・食べすぎを防ぐ為に良く噛む習慣を身に付けよう

**親がしていること、親にしてもらった事を見て、子どもは“自然”に学んでいるのです。**

# 五感で食べよう！

## ながら食べでは育たない五感



健康な児を産む為には、 健康な妊娠を！
健康な妊娠をする為には、 健康な育ちを！
健康な育ちの為には、 健康な家庭を！

健康な家庭には、 健康な児が生まれ、育つ筈・・・！
健康に育った人は、健康な家庭を作れる筈・・・！

と信じたい・・・よね？

子育てについての「家庭の保育力」は
ドンドン小さくなっている！

ところが！

子育ては「保育園でなされている」？？
保護者の多くは、「食育は学校教育だ」と思っている。

1）保育園・幼稚園保健の重要性：せめて学校保健位の扱いを！
2）保育園・幼稚園PTAだって、組織されるべきでは？
3）必要なのは待機児童をなくすこと（親子の引き剥がしに繋がっている）ではなく、心置きなく子育てできる環境を作る事。
4）保育師の社会的身分保障の重要性
＝保育技術のレベルアップ＝優れた子育て支援

子育て=次世代育成は
個人のものでなく、社会のもの

## ベビーフードは「使わなきゃなんない！」と思っている“ママ”が増えた！

**例えば！**

＜ベビーフード多用の場合の問題点＞

① 食物を選択する能力が育たず、新鮮な食材の判断にかける。
② 食材からの味、正しい味覚、母の味を知らない。
食品の個々の味が活かせない。
③ 食材や料理の危険の認知能力、健康認知能力に欠ける。
④ 素材の真の形態、調理後の色彩変化など、また、季節感や旬も知らない、解らない。
⑤ 親子での取り組みによる心の交流が減る。
料理能力、五官の総動員能力が低い。
食卓の雰囲気等への感受性が鈍い。
⑥ 食行動とマナーと家族の団欒が疎外傾向になる。（孤食の始り）
⑦ 食材の栽培への関心が薄く、感謝にかける。
⑧ 食の世代間伝達が途絶える。

小児科 Vol.41No11 2000

## 2005年厚生労働省統計
## 2,000組の親子についての調査

朝食を週二回以上とらない乳幼児・・9.4%
全くとらない乳幼児・・2.0%

母親に朝食をとる習慣が無い場合、
約30%が、子どもに食事を与えていない！

“この親達を育てた　私達世代の「次世代育成」の失敗！？“
多層的・多重的取り組みが急務！！

「二世代育児のススメ」を読んでみて下さい。
…宮本まき子著　小児科　Vol.49 No.7 2008

生まれる前からの
生まれた瞬間からの
生育の環境が大きな役割を担っています。

先ずは家庭での保育環境や
親子の関わり合いの重要性を
再認識しましょう！

**メディア接触の制限も、食育も、**
**要は、これでしょ！**

# 個体発生は、系統発生を繰り返す。

産まれた後も、発生と発達は続いている。
何処が、何時が、完成形なのか？

脳重量は満2歳で大人の96%
2歳までに増えた脳細胞の80%が
8歳までに刈り取られる。

脳（や身体）の出来上がり方の“危険可能性”
この時期に与えられた刺激が異質なものであると
その出来上がりも異質なものになるのではないか？

＊“ヒト”がこれまで『普通に経験してきた』育ちの過程で与えられてきた情報とは異質なものが、異質な方法で与えられている。

⇒これまで私達がごく当然と考えてきた「発達すべきもの」が発達しない可能性がある。

＊発達の為に与えられている刺激が異なれば、当然、脳の発達は異なるものになる。

⇒異質な脳ができれば、身体能力・感受性・表現方法や人との交流の仕方も、これまでとは“異質な”“ヒト”が出来上がる可能性がある。

「脳の発達理論」
理化学研究所脳科学総合研究センター　松本　元氏
（子どもと発育発達　Vol.1　No.1　P34－37）

# 教育の4育

知育：知識の習得によって知能を高めることを目的とする教育。

体育：適切な運動の実践を通して身体の健全な発達を促し、運動能力や健康な生活を営む態度などを養うことを目的とする教育。また、その教科。

徳育：道徳心のある、情操豊かな人間性を養うための教育。

食育：食に関する教育。
食料の生産方法やバランスのよい摂取方法、食品の選び方、食卓や食器などの食環境を整える方法、さらに食に関する文化など、広い視野から食について教育すること。

# 教育の前に、保育、養育、療育というものがあります。

＜保育＞

1．乳幼児を保護し、育てること。

2．乳幼児の心身の正常な発達のために、幼稚園・保育所などで行われる養護を含んだ教育作用。

＜養育＞

1. 子供をそだてること。

2. 老人・孤児・病人などを保護すること。

＜療育＞

障害をもつ子供が社会的に自立することを目的とした医療と保育。

＜教育＞

1．ある人間を望ましい姿に変化させるために、身心両面にわたって、意図的、計画的に働きかけること。知識の啓発、技能の教授、人間性の涵養などを図り、その人のもつ能力を伸ばそうと試みること。

2．学校教育によって身につけた成果。

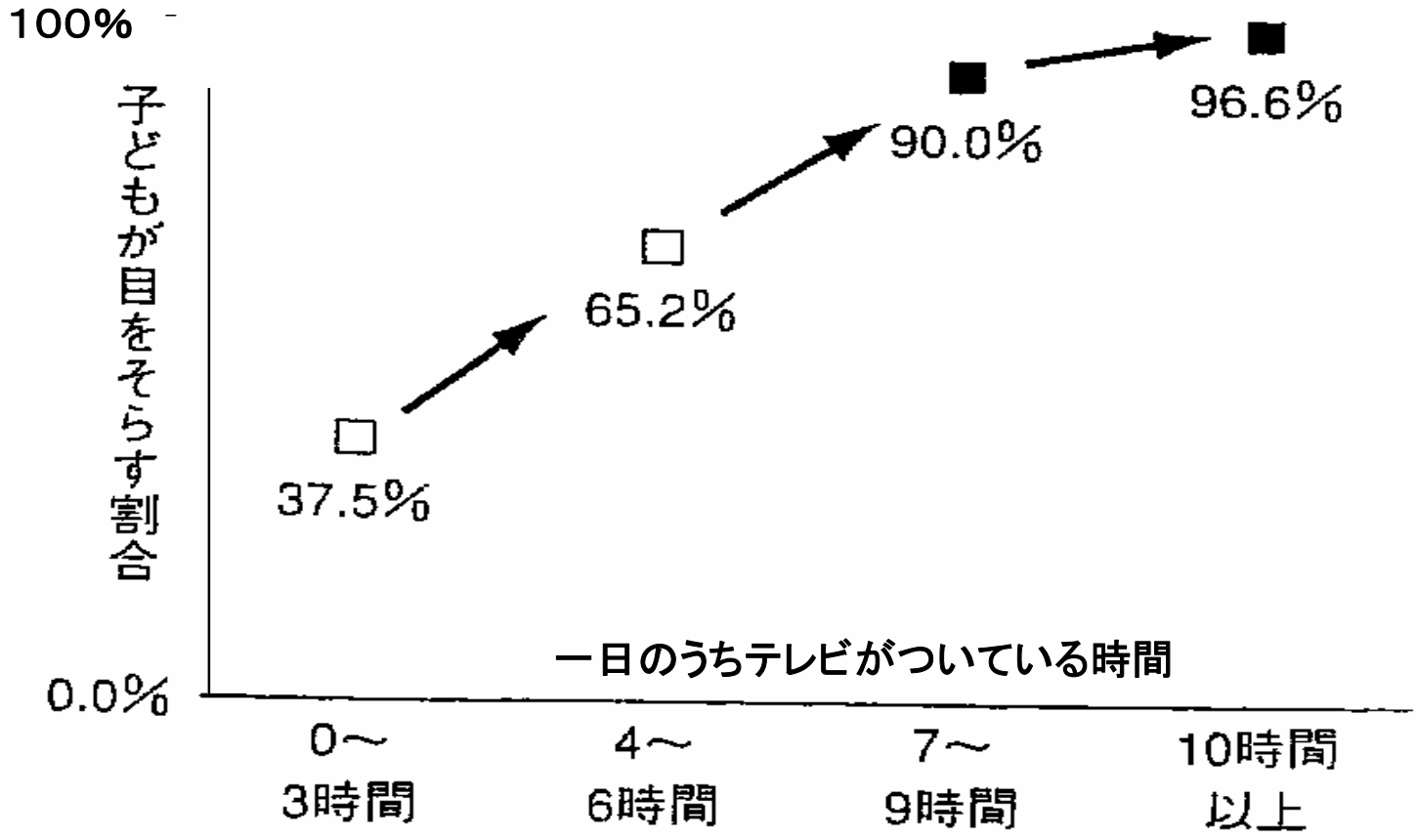
# 良い保育、養育、療育が無ければ･･？

母親の声に反応しない新生児
視線が合わない7ヶ月児
「見てみて反応の無い」10ヶ月児
ヴァーチャルと現実を錯誤する3歳児
メディアとの長時間接触が産んだ新しい形の自閉症？
小1プロブレム
朝食にヨーグルトを出している小学校（大阪）
他人の傷の痛みが解らない学童
自分の命が大切だと思えない生徒
自尊感情が無い･自分を大切に出来ない思春期
我が子を虐待しても、自省できない保護者
メディア報道に左右される意識や行動、そして事件
第3者の目がもてない大人
「子育て=次世代育成」より仕事を優先させてしまう社会

## “メディア“との過剰接触が抱える危険可能性

1）身体を使わない方向へ誘導する
2）精神生活の内容を変化させる
3）コミュニケーション能力を育てない

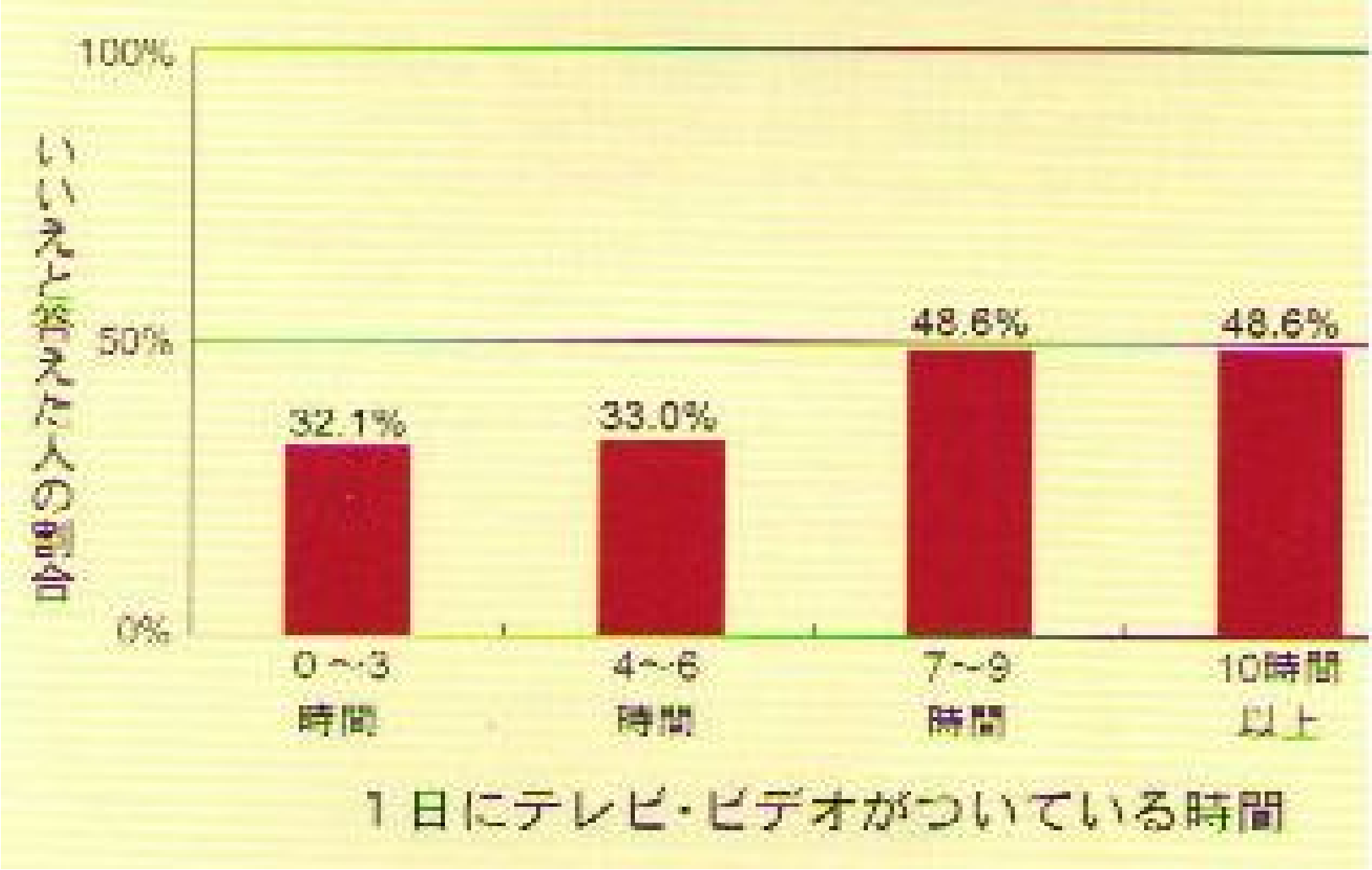
# 授乳中にテレビがついている人のうち子どもが目をそらす割合は？




＊平成19年度上半期の玉名市保健センターによる新生児訪問の際の観察では約50%の家庭で授乳中にTVがついたままになっていたとの事です。

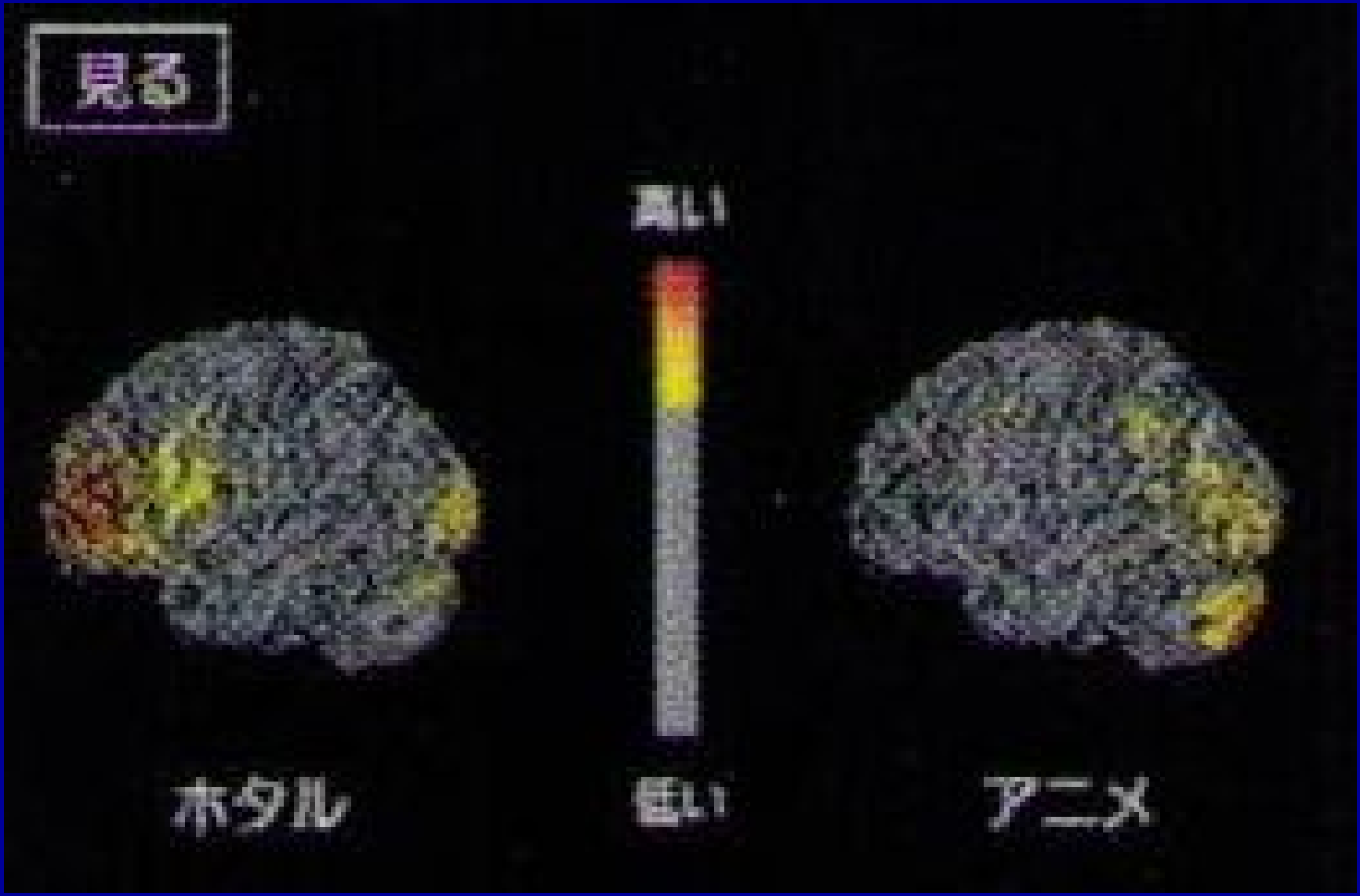
# 何かをさして問うように親を見ますか？

## 10ヶ月児 （見て見て行動）

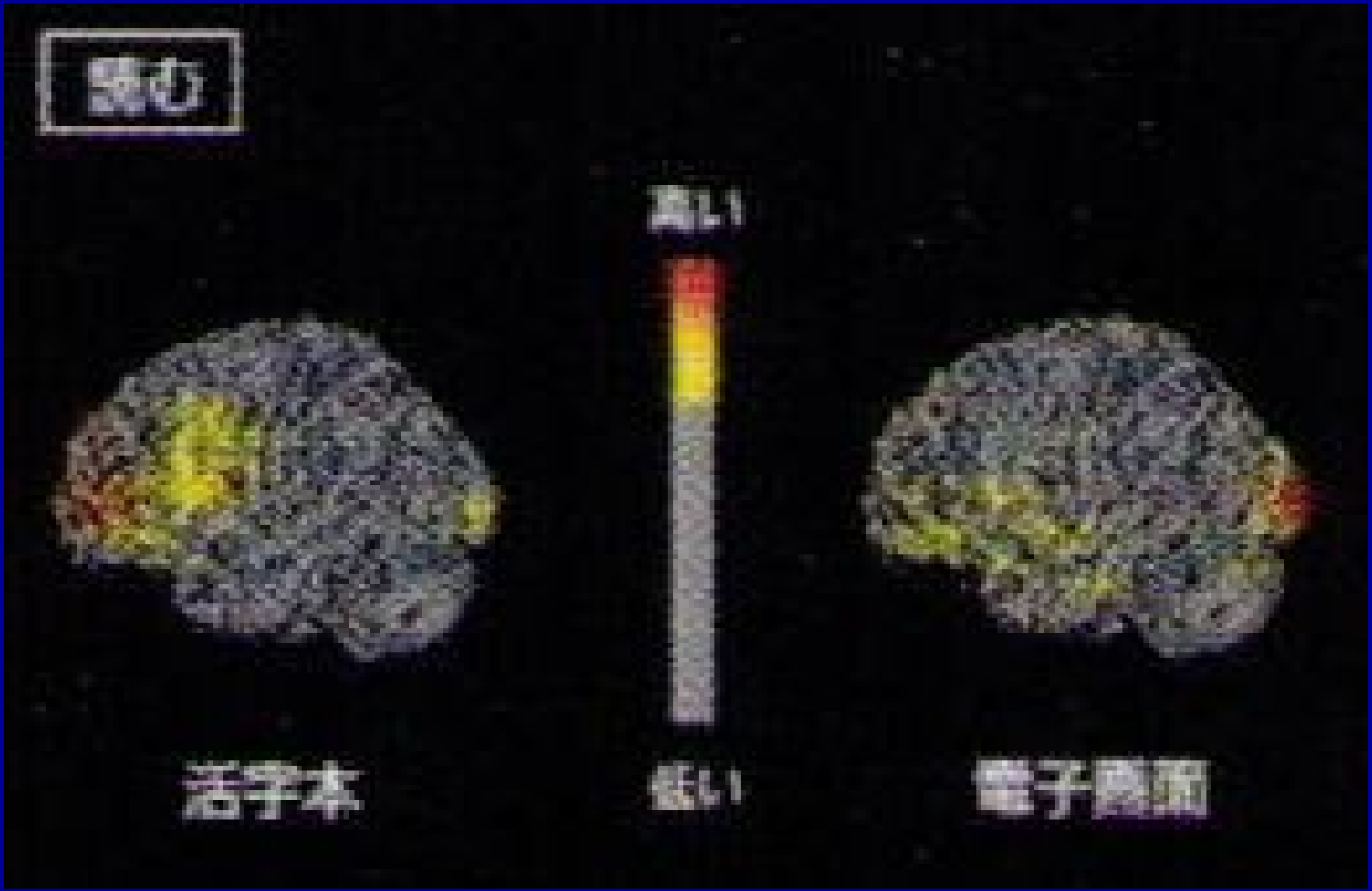


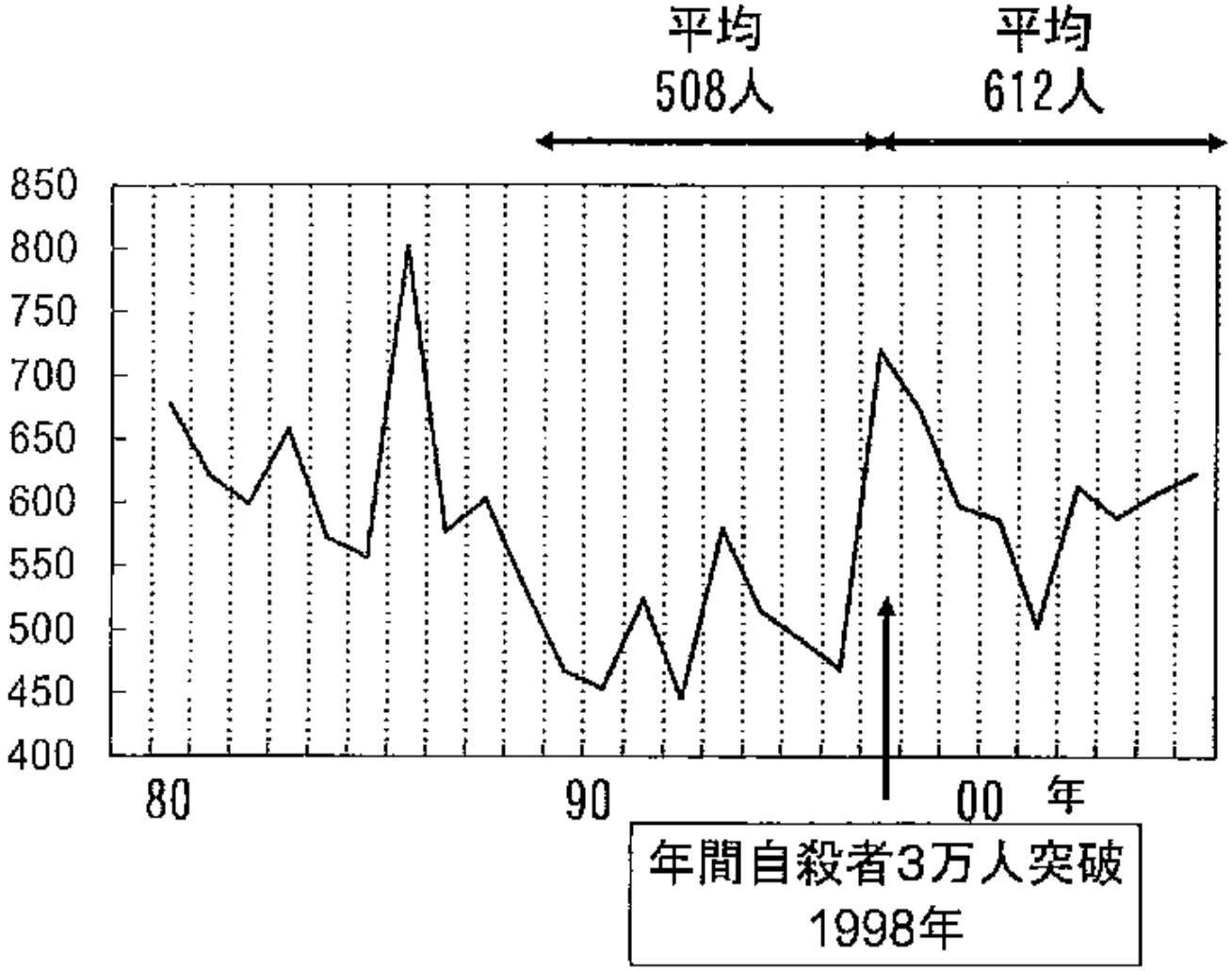

2002年NPO子どもとメディア

# 脳の働きの違い(1)　アニメvsホタル



# 脳の働きの違い(2)　活字vs画面






(警察庁生活安全局地域課:平成18年中における自殺の概要資料. 警察庁, 2007)

図 2　未成年者の自殺数の推移

**マス・メディアが誘引し、増幅する群発自殺がある。**

子どもの問題はいっぱいあるのに

**何故**

**ノーテレビ・ノーゲーム**

**なの？**

＊子供の身体的･精神的育ちに不安を感じませんか？
⇒生活のリズムを変えるしかありません。

＊「育ち」や「生活」の基本的な場は家庭です。
⇒学校は応用や発展を担う場所です。

＊あなたの家庭や、生活環境、社会生活のさまざまな場面に、
電子メディアがある為に、「失っているもの」はありませんか？
⇒メディアコントロールと言う切り口は
それを取り戻すためのきっかけで、ツールです。

＊「仕方がない。」⇒それはどういう理由で、誰の為に、ですか？

＊「TVを見ている時間しか休んでいる時間は無いんだよ。」
⇒脳科学は、決してこの時間を「脳の休憩時間だ。」とは
思っていません。強い光は脳を覚醒させます。

# 必要なものは「大人の活動」です！

子どもの「生きる力⇒人間力」

＊　自分を表現する力
＊　コミュニケーション力
＊　身体を使った遊び
＊　自発的な遊び
＊　安心できる居場所

等を作り出す為に

私たちには何が出来るでしょうか？

# 子どもと電子メディアに対するに世界のトピックス

**カナダやフランス圏**
パソコンは学校では12歳から導入
8歳くらいまでの子どもが見る番組にCMは禁止

**北欧3国**
TVのチャンネルは、国営放送主体、所謂 民放はあって1～2局と少数。
放送時間は、一日の1/4～1/3　子ども番組は夏休みを除いて、3~4時間／日
製作者、特に子ども番組の担当者はトレーニングを積んだ超エリート

**イギリス**
子どもにはケータイを持たせない“法律”を制定。

**USA圏**
子どもの心理を考えた報道の規制があり得る社会通念
多世代にわたる共通のキャラクターを持つ優良番組の存在
子どもが見てはいけない・見せたくない番組にはフィルターやロックをかけるシステム。

**世界的に、ケータイは大人のもの。**
**それにだって“ i－モード”なんかついてないのがスタンダード。**

# 子どもは成長・発達する。
# 大人は発達・成熟する。
## （エリクソンの発達心理学的理論）

- 生物には成長や発達の臨界期と呼ばれるものがあり、その時期に適切な対応をしておくことが必要

  ・・前思春期までに！！

- 幸いな事に人間には他の動物と違って高い修正能力が備わっている為、違和感に気がついた時に、その時期に合った介入を試みていけば良い。

  ・・いつになっても遅いと言う事は無い。

- 子どもの成長と大人の成熟は裏腹の事象。

  ・・新しい問題がおきたら

  大人も子どももしっかり対応すれば良い。

# 健康な次世代を育成する為に

① 日本の「子育ちの現状」について、
まず世界の子どもの現状や各国の対応も含めて
ちゃんと、事実を知ることからはじめましょう。

② 子どもの権利条約を批准した日本であるならば、
この事実を子ども自身にも伝える事が肝要です。

子どもにも、子ども自身が自分の将来をどうしたいのか、考えたり、
意見を述べたりする権利があります。 子どもは大人が思うほど
子どもではなく、きちんと考えることも、行動することも出来ます。

③ この現実に何らかの『危険可能性』を感じるなら、残念ながら、
誰かが何とかしてくれるのを待っていられる状況ではありません。
何故なら、子どもは今日も“刻一刻と育っている”からです。
今日から、貴方自身の、何らかの行動の変容が必要です。

だから、

# 部分改革の勧め

なのです。

現状に絶望せず、
さりとて過度の期待も持たず、
着実に部分改革を積み重ねれば、
未来は決して暗くない。

by渡辺一夫

（大江健三郎氏の師）

誰にでもできて、
難しいことは何もありません。

良かれと思う方向に
今日から何かを「変えてみる」。
必要なのはただそれだけです。

# 御静聴有難うございました。

子供たちのより健全な育成の為に
皆で、極々小さな「もう一歩」を！

と願っています。

如春会　浦田医院　浦田章子

# 子どもとメディア」の問題に対する提言

2004年2月8日　社団法人　日本小児科医会
「子どもとメデイア」対策委員会

## WHO　Report

自殺報道に関するルール

## PTA親子で話そうキャンペーン

挨拶運動・親子ふれあいデー等

## TV－Turn off Week

TV－Turn off Network　(USA)
～ノーテレビを楽しむ101のヒント～