

# 子どものスマホ依存 心身の成長に影響は

## 瀬戸 幼稚園・保育園職員ら向け講座

子どもや子育て関係機関を対象としたスマホ依存防止講座が17日、瀬戸市川端町のやすらぎ会館で開かれた。スマホ依存で昼夜逆転の生活を送る小学生や親に暴力を振るう中学生らが増えており、「何か起きてからではなく、起きる前に」と市の子ども・若者支援センターが企画した。

市職員や幼稚園・保育園の

職員ら約60人が参加。西区を拠点に活動するNPO法人「かけはし」の代表で保健師の富岡ひとみさん(46)と副代表の坂本雅史さん(52)が講演した。

「スマホ依存防止学会」の上席アドバイザーに認定された2人は「小さいころは脳が成長する大切な時期。スマホが悪いわけでないが、長時間使うことで体の変調や発達の

遅れにつながるケースがある」などと解説した。

新型コロナウイルス禍以降、乳幼児をスマホであやすケースが増えたとして、睡眠や成長に与える悪影響についても説明した。スマホを3週間使わないことで集中力アップにつながった高校野球部の事例や親への指導方法なども紹介。参加者からは「大人も子どもも知らない」と解決しない問題「園での指導に生かしたい」との感想が聞かれた。

(古市昌克)



スマホ依存防止について話す富岡さんと坂本さん。瀬戸市川端町のやすらぎ会館で