



青森市の子育てを応援しています

vol. 30  
2023.3.6 発行

# サポセン通信

サポートセンター  
つうしん

## サポちゃん 『SDGsだね!』



青森市子育てサポートセンターでは、家庭教育に関する学習機会の提供（青森市内の小中学校で行われている家庭教育学級の運営サポート、子育て講座《きらきら塾》や発達に心配のあるお子さんに関する講座《うとう塾》の企画運営）、情報収集、発信、また子育て相談の対応等を行っています。

## 日常に潜むインターネットの危険と保護者の対策

《第5回》きらきら塾 9/8開催

### 聞いてみよう、スマホ時代の子どもたち ～ネット安全利用のために～



講師：風晴 翔太さん  
(あおもりIT活用サポートセンター)

今の子どもたちのネット環境を知り、安全に利用するために親が出来ることを学び考える機会として、NPO法人あおもりIT活用サポートセンターの風晴翔太さんに講話をしていただきました。

小学生のインターネット利用率（令和3年度内閣府実態調査）は、6～9歳が89.1%・10歳以上が96%で、ゲーム機では「ゲームをする」「動画を見る」

が多く、学校から配られるタブレットGIGA端末では「勉強をする」「検索をする」と割り切って使用しているようです。

日常に潜むインターネットの危険として、①ゲーム依存 ②コンテンツ依存 ③つながり依存があり、ゲーム障害は2019年WHO世界保健機関で病気と認定されました。②コンテンツ依存は、目的もなく動画や漫画など毎日長時間見続け、自ら発信が可能のために「コメント」「いいね」「フォロワー」「再生数」などが気になり依存に陥る要因となっています。③つながり依存



は、LINEでの友達関係の悪化を恐れ相手に合わせてネットを続け、常につながっていないと不安になりやめられないという事例紹介がありました。

LINEは、文字情報だけのため受信者に誤解を与えやすく、誤理解・既読スルーや誹謗中傷などでトラブルになっています。アプリ内での高額課金や詐欺メールへの返信・SNSで個人情報流出などのトラブルについても取り上げていただきました。

また、保護者がデジタル機器でアクセスできる範囲を年齢や発達段階に応じて制限するペアレンタルコントロールと有害なウェブサイトへのアクセス制限をするフィルタリングの紹介がありました。

最後に保護者の対策として、家庭内でのルール作りが必要で「まずは、何のためにルールを作るかを一緒に考えましょう。ルール作りでは、白黒が判断できるようにすることで守れたが明確になります。また、ルールは可視化し見える場所に貼ることをおすすめします。守れなかったときは、うまく付き合っていく方法について話し合う機会を設けましょう。何より、日ごろから子どもとの信頼関係を作ることが大事です。毎日のコミュニケーションやスキンシップを大切にしてください。」と、アドバイスを頂きました。





## 先生からのお返事

子どもの安全を考えるのならルールの理解を促すよりも放課後児童会や学童保育の利用が真っ先に頭に浮かびましたが、利用できないご家庭の事情もあることを思い直し、質問文を改めて読んで思ったことは、ウチのルールとヨソのルールの存在です。

ウチとヨソのルールはたい違いです。そして子どもは魅力的なルールの方が流されがちです。でも、それぞれのご家庭で理由があってそのルールを作っているはずで、その理由を子どもが理解できるようにコツコツと伝えるほかありません。そして、学年が上がればそのルールが変わっていく見通しも伝えられると、現状のルールに多少不満があったとしても、それに沿って行動してくれるのではないかと思います。また、お友達に誘われたときに、「うん、(遊びに)行く〜!!」というのでは

なく、どう断るかを一緒に考えて準備しておくことがポイントです。

一方で子どもがウチのルールを守っていても、友達がウチのルールをなかなか理解してくれないことで親がモヤッとすることもあるでしょう。例えば家に遊びに来た友達が自分のウチのルールを押し通す場合です。「自分のウチでは、〇時まで遊んでいい」「自分のウチでは〇〇はOK等」。まず出来ることは、お友達が友達を誘うときに事前にウチのルールを伝えることです。

そして、普段からお子さんにウチのルールを守ってもらうことです。それでも友達が自分のルールを通そうとするときは、親が「遊ぶのは〇時までだよ」「この部屋だけで遊んでね」とシンプルに伝えたらどうでしょう。



## おしえて! 岩田先生!!



《岩田先生プロフィール》

臨床心理士、公認心理師。スクールカウンセラー歴16年。小・中・高に向かっています。ただ今子育て真っ最中。

### しつもん

小学校(低学年)の母です。共働きのため、放課後は子どもの安全を考えて家で過ごして欲しいとルールを決めています。同じ共働きでも自由に出かけているお友達がいて、一緒に遊びに行ってしまう心配です。家のルールを守って欲しいのですがどうしたらいいのでしょうか？

## “暮らしやすさ”を作るお手伝い

《第3回》うとう塾

7/15 開催

### 作業療法士さんに聞く

～できたを増やそう～



今回の講座は、発達に心配のある子どもたち(集中できない・指先や体の不器用さなど)の悩みの原因を理解し、ちょっとした工夫や道具を使うことで、できることを増やし生活しやすくなる方法を知る機会として、作業療法士の秋元真樹子さんにお話をいただきました。

講師：秋元 真樹子さん 作業療法士とは、医療・福祉・介護・教育現場などで日常生活に関わる活動(作業)に支援が必要な全ての人の“暮らしやすさ”を作るお手伝いをしているリハビリテーションの専門職です。作業療法は、医療・保健・福祉・教育・職業などの領域で行われる、作業(食べたり書いたり日常生活に関わるすべての活動のこと)に焦点を当てた治療・指導・支援を行います。

子どもたちへの作業療法は、教育現場で教師や療育機関と協力しながら、医療・福祉・教育の知識を活用して、運動や知的に発達の障害のある子どもの成長を支援する事を目的としています。

具体的には、必要に応じ、学校や保育園などに訪問し、一人ひとりの日

常の困りごとの原因の不器用さや感覚機能と操作機能などを専門的な視点で分析し、支援方法の工夫や苦手部分の訓練、またサポートする道具を作成し試しながらその子に合ったものを提案していくとのことでした。

苦手部分の訓練では、指先の不器用な子には紐を通す道具(写真①)を使用する訓練や、板に色分けしたシールを貼り指で指した所を目で追う道具(写真②)でのトレーニング方法などの紹介がありました。サポートする道具の紹介では、鉛筆に洗濯ばさみをはさみ書きやすくすること(写真③)やスプーンに補助の道具を付けて握りやすくする(写真④)などの工夫を実際に説明しながら話されました。

この他にも、消しゴムの練習にはペンシルタイプの消しゴムの使用、消したい所が見えるように透明な消しゴムの使用。線を上手く引けない時にはものさしに滑り止めをつけるなど、使いやすい道具の紹介がありました。

### 『うとう塾』ってなあに？

発達に心配(発達の偏りや遅れ)のある4歳～小学校中学校までの保護者や関心のある方を対象に、専門知識を持つ講師をお迎えして、年5回開く子育て講座です。

写真①



写真②



写真③



写真④



## 青森市子育てサポートセンター

【TEL・FAX】017-774-6537 (開設時以外は、留守番電話をお願いします。)

【住所】〒030-0813 青森市松原1丁目6-3 サンピア(勤労青少年ホーム) 2F

【開設日時】毎週火曜日 10:00～13:00

【E-mail】aamorishi-saposen@arion.ocn.ne.jp 【ブログ】http://blog.goo.ne.jp/saposenrarara



青森市子育てサポートセンターの運営は、私たち「青森市家庭教育サポーター連絡会」が、青森市教育委員会から家庭教育支援事業を受託して行っています。「青森市内で子育てをしている保護者のみなさんのお役に立ちたい!」という熱い思いで活動に取り組んでいます。