

今号の トピックス

乳幼児に関する新しいエビデンスの紹介

共同代表で小児科医の田草雄一氏は THInet インストラクターMLに3回に分けて、日本や世界の医学専門誌や学会誌に報告されている、主に乳幼児とメディアにかかわる研究論文から抜粋し、スライドとして使用できるように提供しています。今回は、その第3回分の一部を読書の皆さんにもお届けします（編集部：大谷）

ぽよぽよ先生による乳幼児に関するエビデンス

THInet ではたくさんの認定インストラクターが誕生してきましたが、5年前その第1回認定講習会に私は一人の参加者として参加しました。



その後、縁あって筆頭副代表に就任し、そして田澤雄作先生のご逝去に伴い共同代表という重責を担うこととなりました。田澤先生の熱い想いを継ぎ、みなさんと一緒に本活動を充実発展させてまいりたいと強く念じております。

私どもの啓発活動の礎として最も大切なことの一つとして、エビデンスに基づき、分かりやすい啓発資料を開発していくことがあると思います。

(顔写真はポヨポヨ先生より提供)

「外遊びが幼児期のデジタル視聴の影響を弱める」スクリーンタイムと乳幼児の関係についてもエビデンスが日々発出

大阪大学と浜松医科大学の共同研究が2023年1月に米国医学会科学誌「JAMA Pediatrics」に発表されました。

これまで幼児期の長時間のデジタル視聴は神経発達に望ましくない影響を与える可能性があると言われてきました。それに対して本研究では幼児期の長時間のデジタル視聴は、その後の神経発達（コミュニケーション機能・日常生活機能）に弱い影響があるが、その影響を、十分な外遊びで減らすことができるかもしれないという結果が出されました。

そして、今後の展望として、子どものデジタル視聴を減らすべきか、さらなる研究が必要であり、子どものデジタル視聴の影響を減らす手立てを開発する必要があるとされています。

この研究報告を5枚のスライドにまとめ、啓発資料として活用できるようスライド化しました。今後も、このような啓発資料を「インストラクター学びのML」へアップしてまいります。ご活用いただければ幸いです。

2枚を下記に掲示、3枚と合わせてファイルに収めましたのでご活用下さい。

外遊びが幼児期のデジタル視聴の影響を弱める

大阪大学と浜松医科大学の共同研究
米国医学会科学誌「JAMA Pediatrics」に発表

幼児期

スクリーン
タイムが長い

その後の神経発達の影響を解析

2歳時点の毎日平均が「1時間以上」の場合
WHOガイドライン「2歳は1時間未満」推奨

Copyright 2023 田草雄一
要約：大阪大学の研究機関ウェブサイト「外遊びが幼児期のデジタル視聴による神経発達への影響を弱める」可能性を世界で初めて明らかに～幼児期のデジタル視聴対策にあらたな方向性～2023-12-24、生命科学・医学系総合小児発達学研究所准教授 土屋純志 https://research.ouka-u.ac.jp/research/2023-20230124_1 (2023. 9.24掲載)
M. Sugiyama, BA, et al. (2023). Outdoor Play as a Mitigating Factor in the Association Between Screen Time for Young Children and Neurodevelopmental Outcomes. JAMA Pediatrics. 177(12):303-310. doi:10.1001/jamapediatrics.2022.5339

外遊びが幼児期のデジタル視聴の影響を弱める

2歳

2歳8か月時点

4歳

スクリーン
タイムが長い
(1日
1時間
超)

外遊びを週6日以上

コミュニケーション機能
例：自分の意見を言える

やや
↓

日常生活機能
例：後片付け、危険の察知

低下を
大幅に
抑制

社会機能
例：ミスをおぼえる、挨拶

→