

情報メディアの進歩と育児問題
スマホ育児は本当に良いことなのか？

群馬大学名誉教授 下田博次

はじめに

テレビ育児問題を整理し、スマホ育児の負の影響を考える

この冊子（パンフレット）は「子どもをネット中毒から守るためのペアレンタルコントロール」第2章 ③ の「乳幼児の中毒化リスク」の説明内容を、より詳しくした補足説明文である。この補足説明文には「スマホ育児は本当に良いことか」という副題を付けた。

この副題が、パンフレット作成の狙いを示している。周知のように、これまで小児科医師たちが中心となり「テレビを子守代りにしないで」と保護者にアピールして来た。それは乳幼児を含む子どものテレビ視聴、特に長時間の視聴が子育て教育上の害をもたらすからである。しかし今やテレビに代わるコンピュータ管理型メディアとしてのスマートフォン、タブレットを問題にしなければいけなくなってきた。

だがテレビという言葉がスマホに置き換えて「スマホを子守代りにしないで」とアピールしても説得力は弱いだろう。すでにスマホ育児という言葉が、流行語となり広がっていることからわかるように、育児の責任者である保護者達は、テレビ以上に子どもの心をとらえる威力がスマホにあることを知っている。さらにスマホ育児を支持する保護者の中には、スマホやタブレットを情報メディア技術の進歩とみなし、我が子に進歩したメディアを使わせることに喜びを感じている人たちさえいるようだ。

しかしメディア研究者として言わせてもらえば、情報メディア技術あるいは商品の改良・進化は、すべてが善ではない。テレビ、ビデオ、ゲーム機、インターネットへと多様化、進化してきた情報メディアの利用では、プラス効果と背中合わせにしてマイナス、すなわち負の効果が発生する。そのマイナス効果は最新メディアがブームのときは真剣に考えられない。青少年のケータイ利用問題の対処に関わった私の経験からすれば、ケータイ以上にスマホ時代の子育て育児問題は対応が難しい。それだけに子どもの心と頭の働きに大きな影響を与える最新情報メディアを選択する保護者のメディア理解、判断が大切になることは言うまでもない。特に幼少期の子どもにスマホ、タブレットを使わせることの是非については、米国の小児医師会も決定的判断、指針を示すのが難しいと思われる。とりわけ負の効果を数値化して示すには時間がかかる。但し米国のメディア利用監視団体（コモン・センス・メディア）の創設者であるジム・スティアCEOは「2歳以下の幼い子どものデジタル画面利用に米國小児科学会が警告している」とのネット発信をしている。このことは注目に値する。

2017年2月時点でのそのような状況下で「このメディア商品を我が子に使わせても大丈夫か」という保護者の判断が、今や自己責任的に必要になっている。メディアの進化を批判的に評価判断するという情報メディア論の原則からすれば、スマホ以前の育児道具であったテレビの負の効果、すなわち既にはっきりしている負の影響を参考にして、新しい育児ツールとしてのスマートフォン、タブレットの負の影響を推察することが保護者にとり手っ取り早い方法のひとつであろう。

そのため本冊子では、構成を2本建てとし、前半部をテレビ時代の子どもの長時間視聴問題整理にあて、後半部をスマホ、タブレット利用、とりわけ乳幼児の利用リスクの予測（リスク想定）とした。本冊子が、保護者をはじめネット時代の子育て教育にかかわる関係者のお役に立てば幸いである。

1、「幼児の生活とテレビ」調査への反響

*低年齢長時間視聴の広がり、一般化

乳幼児を「養い育てる」という意味の育児の営みに情報技術メディアが大々的に使われるようになったのはTVの時代からである。

TVという映像メディアは話し言葉、書き言葉の言語能力もない乳幼児も利用できる。すなわち視聴が可能な情報メディアであることから学童期はもとより乳幼児期の子どもたちの日常的利用が広がった。わが国のそうした趨勢のなかで親が忙しい夕方の時間帯を中心に子どものTV視聴時間が拡大し、その結果「テレビ長時間視聴の育児問題」とも言うべき問題が生まれた。そのTV時代の育児問題を振り返り問題を整理するにあたり乳幼児を含む子どもの急激なるテレビ長時間視聴の広がりについて、テレビ普及期に行われたNHKによる貴重な調査データを紹介しておこう。

カラーテレビの普及が急伸したテレビ全盛期の初頭1979年に、NHKは「幼児の生活とテレビ」と題した調査結果を発表した。首都圏の乳幼児と母親1800人を対象にしたその調査結果は、メディア研究者も驚く内容だった。調査によると生後4～7ヶ月の乳児の36%が既にテレビを見ており、見ない赤ちゃんを含めた平均視聴時間は1日に44分もあった。ちなみに1歳児では86%の子が平均2時間48分の視聴であり、2歳児の96%の子の視聴が平均3時間8分もあった。

1979年のNHKの調査では幼児期の子どものテレビ視聴が、3歳児で最も多く、99%の子が1日平均3時間15分もテレビを見ていた。子どもの視聴時間帯は親が忙しい夕方4時から6時が中心で、子どもによっては就眠直前に及んでいた。

乳幼児まで含めた日本の低年齢期の子どものテレビ長時間視聴の実態調査は、NHK以外の教育関係組織等でも行われ、その国際的にも突出した実態がメディア研究者の国際的会合や研究会でも注目を集めた。しかし日本では反響が少なく、当時のいわゆるテレビ育児ブームは、新しい時代の社会現象として注目された程度で社会的議論の対象にはならなかったと、私は判断している。但し、子どものテレビ視聴については学童期の子どもの教育という観点から、勉強時間や読書時間の減少とか視力が低下するなど親の心配が広がった。事実、テレビが白黒からカラー放送になり子供向け番組や子ども向けコマーシャル映像が増えた中で「ゼロ冊児」とか「未読児出現」などという言葉も使われるようになった。

*魔法の箱の人気と普及

そうした我が国の時代傾向の中で、70年代末から80年代初頭にかけていくつかの小学校ではテレビ視聴に関する生徒の意識調査も行われ「なぜテレビが学童期の子どもの心をとらえるのか」を探りはじめた。

その当時に子ども達を書いたアンケートの記述や作文のいくつかにメディア研究者としての私の興味を引くものが多々あった。例えば「お父さんが家にいるときはプロレスを見ている。プロレスはテレビだから見られる。僕もプロレスが好きになった。」(小学5年男子)。テレビがニュース媒体である以上に、大人の手軽な娯楽情報メディアになり人気を集めていた理由を子どもは感受していた。要するに大人が夢中になることに、子どもは興味を持ったのだ。プロレス、野球、ドラマ等TV娯楽番組のジャンルごとに愛好家、ファン層が生まれていったが、その一方でテレビのバラエティ化のなかでインターネットのネット・サーフのように気晴らしにチャンネル・スイッチする楽しみを報告した少女(小学6年)もいる。「テレビは退屈したときとか、面白くないときに、面白い気分させてくれるから好き」という感想文などがそれにあたる。子どもたちは、いわゆる無目的、気晴らし視聴のチャンネルいじりにも面白味を感じていたのだ。

テレビはインターネットのような双方向メディアではなく一方向（ワンウェイ・メディア）だが、心さみしい時にテレビを見ていると、対話相手になってくれるような錯覚をしよう子（小学4年女子）もいて「楽しくさせてくれるテレビはなんだか話し相手になってくれているように思える。」とメディアへの深層的期待感を書き綴っている。私たちメディアの研究者は、本からラジオ、テレビのような情報メディアの技術進化（高商品改良）をメディア・マジックと呼んでいるが、自分の家に入ってきたテレビ愛像機の面白さ、便利さを「魔法の箱」と表現した小学男子児童もいた。遠く離れた場所で起きている事柄を、その場で見ているような臨場感を与えてくれるテレビは、大人たちにも魔法の箱だった。

白黒テレビの普及がピークを超えた1970年代後半から80年代にかけて家庭に入ってきたカラーテレビは「家にあつてあたりまえ」の存在とみなされるようになっていく。「家に帰って、ただいまと言ってもテレビの音しかしない」という中学生の作文も現れた。日本が高度経済成長の中で、夫婦共働き家庭も増え、忙しい親の不在感をテレビが埋める光景が広がり、久しぶりの家族団欒の夕食も、全員がTVを見ながら食べる「ながら視聴」が広がった。そしてそのメディア利用の習性が90年代のケータイ時代の「ながらメール」へと引き続いた。

2、TVコマーシャル少女の出現

*米国の市民活動から

NHKが「幼児の生活とテレビ」と題した調査の結果を発表した1979年、私は米国で生まれた「市民メディア論」という学問領域に関心を持ち、その理論と実践について調査していた。市民メディア論というのは、新聞、ラジオ、テレビ等マスメディアの活用を政治権力や大資本の力の支配に任せることなく、言論の自由という思想を実現するためにも主権者としての市民の手に取り戻すことを主張し、理論化する情報メディア研究の一分野である。

この理論に基づく実践活動は、米国から西欧諸国にも広がり、70年代のインターネットの設計思想の土台にもなっていた。私はニューヨーク、サンフランシスコ、などいくつかの都市で、市民が作るローカル新聞の制作やラジオ放送から始まりCATV局のスタジオを時間借りした市民の映像制作の実態を見て回った。その時の調査では、子ども向け放送番組の制作にPTAのグループ（NPOも含む）が多くたずさわっていたことに驚かされた。

そうしたグループの中には子育て教育の視点から大手TVの配信番組の内容評価をしたり、子どものテレビ視聴全般にわたる問題提起と対策を提言しているところがいくつもあった。彼らは自律神経機能の異常など小児のテレビ視聴の悪影響を記したウインの「プラグ・イン・ドラッグ」という本やTウィリアムス、ケイ・ムーディなどメディア教育者、ジャーナリストの著作を読み、それを参考に実践活動を行っていた。

例えば幼児の心身へのTVの影響に注目したジャーナリストのケイ・ムーディーズや児童心理学者達の「幼い子どもにテレビの刺激の強い音や映像を見せてはいけない。就眠前は無論のこと昼間でも長時間見せてはいけない」などの意見をもとに次のようなテレビ時代の育児原則作りをしていた。

*TV育児の5原則

- ① 子どものテレビ視聴時間を制限し、特に幼児の就眠前の視聴は止めるべきである。
- ② 子ども（幼児）に見せるテレビ番組の内容を吟味する。
- ③ 子どもの生活の中での現実的体験、実地体験を重視し、子育てすること。
- ④ 視聴するテレビ番組に関して、可能な限り子どもの意見を聞き、親子で話し合うこと（特に学童期の子の保護者）
- ⑤ テレビ、ビデオなどの幼児の利用ではチャイルド・ケア（保護者による子どものメディア利用のサポート）が

そうした米国の市民活動を見てきた私は、先に述べたNHKの「幼児の生活とTVの実態調査」データに改めて日本の情報メディア文化の特異性を認めざるを得なかった。日本の保護者のテレビ育児は「ラック・オブ・コンプレクシオン」（無定見利用）と言われても仕方ないだろうと思った。実際に、NHKの調査データが発表された5年後の1984年に朝日新聞が、「TVコマーシャル少女の出現」という記事を流したことがある。この記事の主人公は4歳の女の子で、乳児期の早期からテレビ画面を子守代りにして育てられ、幼稚園に入る少し前くらいまで多忙で家にいない両親からテレビを与えられ続ける生活をしてきた。時期的には、NHKの調査にある乳幼児のテレビ長時間視聴が一般化した頃のことである。女兒は園に入って「言葉、会話の異常」がわかった。先生や友達から話しかけられても、耳慣れたテレビのコマーシャルの台詞を緊張した顔つきでしゃべるばかりで対話ができない。子どもとして母国語の基礎能力を習得すべきこの時期の我が子の異常に気付いた両親は、病院に行き、「情緒障害」（現在なら発達障害？）と診断されたことから医師の指導のもとに少女にテレビを見せないようにし、両親が時間を作って話しかける治療行為に入った。

乳幼児のテレビ視聴は、1歳から2歳くらいまでは定位反射の本能（おやなんだろう意識の発達）刺激で進行するが、言語の習得が本格化する4歳頃には、映像情報の意味とりが始まる。テレビ・コマーシャル少女の記事は、乳幼児の長時間定位反射刺激による慢性ストレスと幼児の言語能力獲得期の問題であったが、当時の一般的長時間視聴の風潮もあってか、さほどの社会的論議も起きず、一過性のニュース（変わった出来事）に終わった。

*小児科医会の危機意識

テレビコマーシャル少女出現記事が出た1984年は、米国の市民メディア活動のなかで乳幼児へのテレビ映像情報の影響が各種の視点から論議の対象になっていた。その主要な論点のひとつが「コマーシャル映像に関する批判」だった。幼児向けの玩具、食品などの宣伝映像が幼児期、学童期の子どもの心と頭の働きに無視できぬ影響を与え、保護者の子育て教育に差しさわりが出ているという批判である。「テレビで宣伝しているものをやたらに欲しがる」「タレントの軽薄な言葉使いをまねる」等々の保護者からの苦情である。

コマーシャルやドラマの台詞を「まねること」すなわち「模倣」は、子どもの本能と言ってもいい。テレビはそれ以前の本やラジオに比べ、子どもの模倣本能をより強く刺激する情報メディアである。子ども向けヒーローものアクション・ドラマ、アニメの主人公の真似をして高いところから飛び降りたりして怪我をするだけではない。人気のテレビドラマの主人公の真似をして友達をマンションから突き落とす事件（1976年東京）まで起きた。また映像メディアとしてのテレビは、架空と現実の事象の区別をしにくくする情報メディアの力を持っている。そのため大人でもテレビで外国の観光地の映像風景を見て、現実に行ってきたような錯覚を覚えたり、毎日見ているニュース解説番組などの出演者を知人のように思い、街中で偶然に出会っても親しげに話しかけたりする人も現れる。

1980年代に行われたいくつかのテレビ視聴アンケート調査の中に、ある幼稚園児が動物園の象を見て「テレビの象と違うと言って泣き出した」という保護者からの報告もなされた。

個人差もあるが、人間は7歳から8歳ぐらゐの間に架空と現実の区別、認識力ができる。それができていない幼児期にビデオで見た猟奇的シーンが頭に焼き付き、青年期の反社会的行為につながっていたという事例さえあるのだ。映像情報は、文字情報以上に、人間（特に幼児）の心と頭の働きに強い影響を与える。私たちメディア研究者は、文字から音声、映像へと進む情報メディア技術進化のプロセスで、乳幼児に最も大きな影響を与える映像情報の進化に関心を持ち続けている。とりわけ映像情報は、子どもの言語発達に強く影響するのである。そのことをメディア研究者や児童心理学者以上に認識しているのが小児科医達であろう。例えば1999年にアメリカ小児学会は「2歳未満の

乳幼児のテレビ視聴を制限しよう」と保護者達に提言した。提言の理由の一つに「言葉の発達の遅れへの懸念」があった。本来はアイコンタクトやアタッチメント等親子コミュニケーションから発展する子どもの言語能力獲得の営みに、テレビ、ビデオ等映像情報利用が思いがけない障害をもたらすことが時間をかけてわかってきたのだ。そうした経験から、今後テレビ、ビデオをしのぐ魅力を持つ双方向型マルチメディアとしてのスマートフォン、タブレットの育児へのマイナス・インパクト（スマホ育児の悪影響）が憂慮されるのだが、そのスマホなどコンピュータ管理型メディアの乳幼児への悪影響（特に子どものメディア漬けが広がる日本で）の見通しを述べる前に、ここでテレビ時代の育児問題を整理、総括しておこう。

3、 TV時代の育児問題

*親と子のコミュニケーションへの支障

低年齢の、特に乳児期の子どもへのテレビ、ビデオ等映像情報メディアの影響を一口に言えば、母親、父親など親と育児されるべき幼子とのコミュニケーションの営みへの支障である。

例えば乳児期の母子コミュニケーションへの妨げについてはテレビの母国米国ではテレビ普及期より指摘され、インターネット時代になりいっそう強調されるようになってきた。日本でも「乳児期にテレビやビデオをむやみに見せないように」とか「子どもと視線を合わせて」などと言う提言が、児童精神学、幼児教育学者や小児科医などからしきりに言われてきたが、ネット時代に入り「ケータイしながらお乳を飲ませないで」とも言われ始めた。

母子コミュニケーション研究の上では、「母が子に乳を飲ませる育児行為のうちに、乳児の心と頭の働きを高める感情、情愛の交流効果が発生する」とする。言うまでもなくヒトは意思や感情の交流としてのコミュニケーション相手を求める、その乳児期のコミュニケーション相手の最初に登場するのが育児の責任者である両親である。私たちは、育児行為のうちに乳幼児との意思疎通をする両親を人間メディアと規定する。人間メディアは、テレビやコンピュータ等情報技術メディアでは代替できない働きをしてきた。

*人間メディアの価値・力の認識低下

一橋大学の佐藤教授（コミュニケーション論）によれば、「赤ちゃん（胎児）は母親の胎内にいるときから外部の音に反応します。近年の研究では胎児が思いもつかないほど外界の刺激に敏感であることが明らかになってきています。」ということである。私たち情報メディアの研究者は、そのような胎児の外界（母体の外）の音の刺激への反応を「人間の情報行動の本能」「人間の情報行動の始まり」と説明する。

胎内で始まる新生児の情報行動は、音響刺激の反応から視覚本能の発揮へと続く。すなわち、生まれた直後の新生児は、活発な視覚活動を始める。新生児の目は、30センチ前後のところにあるものをおぼろげながらとらえようとする。

この30センチという距離は、ちょうど母乳を飲んでいるときに母親の顔がある位置にある。母親の顔と声を識別し、生後2か月から3か月ごろにはその子の名前を呼ぶと、声の方向に顔を向ける。さらに母親がニコリと笑いかけると、赤ちゃんも微笑むようになるという反応・行動を起こす。

この母の声かけ（刺激）に反応する刺激、応答のやりとりが、思考、感情の交換、すなわちコミュニケーションの始まりとなる。子どもは、母や父など親との微笑みの交換、つまり親からの愛情の情報刺激に反応、応答するという親子のインタラクティブ（相互作用）なやりとりの過程で、安心感や情緒的結びつきとしての愛着の心の芽を延ばし始める。そしてその他者（保護者）を信頼し、頼る心を土台として、自己の意志や感情を表現する能力や言語能力等々の

獲得意欲が高められていく。親と子の、この大切なプロセス、営みが欠けたり、貧しいことになれば、感情表現の無い笑わない子（サイレント・ベビー）となり、コミュニケーション能力の獲得阻害から社会性に欠ける人格の形成につながるリスクも発生する。

要するに人間メディアとしての父母は、授乳期の子の抱擁、アイコンタクトや幼児期の肩車、おんぶ等心身のふれあい行為、遊びなどを通じて我が子の心と頭の成長を促す大切な存在であり、TV育児という言葉には、この親と子の人間同士のコミュニケーションの重要性を感じなくさせる響きがあった。

4 乳児期への負の影響指摘整理

生後間もないころから始まる乳児のテレビ視聴では、まず視聴時間の長さ、視聴時間帯が問題視された。特に睡眠直前までの乳児のテレビ視聴は、音響と映像画面の刺激の他に情報の大量注入（情報シャワー）の負担からの注意喚起がなされた。強い画面の輝き（輝度）とハイテンポの映像画面変化による過剰な感覚器官と脳組織への刺激が、子どもの就眠を妨げたり睡眠中の興奮を引き起こす等々の問題提起がなされるようになった。そうした視聴環境から乳幼児の情緒の不安定化や昼間の不機嫌な状態が生じ、いわゆる「育てにくい子ども」のレッテルを子どもに張ったりすることへの警告もなされた。実際にテレビ全盛期の育児相談の中には「子どもの寝つきが悪くなった」とか「不機嫌な状態が続いている」等々の育児の悩みが乳幼児のテレビ視聴との関連で出てきたり、早幼期からの子ども部屋でのテレビ利用を続けてきた母親が、TVによる幼児の心と頭の働きへの負の影響を理解しないままに育児ノイローゼになったり、果ては虐待までする事例も出た。そうしたことから、犯罪心理学の大家である上智大学の福島教授（精神鑑定医）は、育児ノイローゼから我が子を殺した母親の精神鑑定での「子どもの寝起きが悪く、ミルクをやってもビデオを見せても泣き止まなかった」との供述から「子どもの気持ちをなだめて不安を減少させる道具としてテレビやビデオを利用する母親世代の出現」を憂いたほどである。

この他にも昼間、夜間を問わず乳児期の視聴では、言葉の遅れ（言語の発達阻害）や五感の発達の妨げなども指摘されたが、何といても最も注目されたのが愛着形成の妨げであろう。愛着の心の問題も、言語表現も含めた感情表現能力発達への差しさわりも、幼児の親（保護者）を相手にしたコミュニケーションでなく一方向メディアであるテレビ画面との長時間の「応答なき向き合い」が問題の種となったのだ。

5 乳幼児期のマイナス・インパクトまとめ

いわゆる乳飲み子、幼な子の時期におけるテレビの長時間視聴の負の影響の数々は、基本的には「親と子の初期コミュニケーションへの支障」から発生する。その早幼期コミュニケーションの支障が、子どもの心と頭の働きと成長に以下のようなマイナス・インパクト（負の影響）を発生させる。

- (1) 愛着の形成の妨げ・・・小児科医や児童心理研究者たちがしばしば言及するのが、人生の心の働きの土台になる愛着の発達の妨げである。自分一人では何もできない乳幼児期の子どもは、保護者からの心身の成長支援（チャイルド・ケア）を必要とする。言うまでもなく言語能力もない乳幼児は、鳴き声、ぐずり声、甘え声やしぐさなど非言語的所作を起こし、親はその所作の意味取りをし、子どもとの意思疎通を果たす。そのコミュニケーションのうちに、子どもの安全確保と心身の健全な成長を促すのである。しかし子どもの非言語的サインの意味取りがなされず、無視した状態が続くと、子どもは泣いたり笑わないサイレントベビーとなり、その後の心身の各種成長機会を失う。つまりロスタイム（成長機会損失）となる。
- (2) 愛着形成の妨げはその後の言語能力や社会性の発達に支障をきたす。
- (3) 一方向的なテレビ等情報技術メディアの乳幼児による孤独な利用がもたらす情緒障害の恐れ。

- (4) 脳科学者により情報シャワーとも言われる音と色彩、情報の過剰、大量な子供への注入が、発達途上の子ども的大脑に及ぼす悪影響（発達途上の大脑の情報処理能力への過剰負担）。
- (5) 過剰な非物質的映像情報環境の中での生活による五感の発達の妨げ。

6 児童の長時間視聴のマイナス・インパクト（まとめ）

映像情報メディアとしてのテレビが、子ども達にもたらした影響は、幼稚園から小学校児童へと連続性を保ちつつ変化していく。その年齢層へのテレビ視聴の影響は、大きく二つの観点から検討されてきた。一つはテレビのメディア機能の特徴からもたらされる負の影響であり、もうひとつはテレビ放送の番組内容（情報）による影響である。

* 錯覚をもたらすメディア機能の影響

テレビは、文字や音声情報の伝達媒体ではなく、文字や音声の情報を含めた総合的映像情報メディアであり、その機能的特徴を利用して各種のスポーツ競技場や事件ないしは災害現場での出来事を中継伝達し、視聴者に出来事に立ち会っているかのような臨場感、錯覚を与える。またテレビは現実とは異なる架空の現象、事象を映像的に現実の事象と錯覚させるほどの表現力を持つ情報メディアでもある。実際にフィクションとしての映像ドラマの情景画面やコマーシャルCM映像の画面、映像等が、しばしば錯覚効果を狙って製作、発信される。子ども達への情報的影響の問題は、そのCM映像に典型的に表れる。子ども達はCM画面の商品を欲しがり、せがむようになった。例えばカラーテレビでの商品宣伝が急増した1980年代中期から90年代初頭にかけてテレビの特撮によるCM画像、映像が問題になった。その一つがリカちゃん人形のCMだった。リカちゃん人形のCM画像が問題になったのは映画の特撮手法を使ったCMだったからである。玩具店の商品棚に置かれた人形は、ただ置かれた状態で動かないが、特撮映像の人形は生きて動いているように錯覚させることができる。米国のメディア研究者レイザは「映像メディア技術は錯覚から幻覚を強める方向に発達する」と語ったが、今やテレビ画面の映像は、特撮技術を超えたコンピュータ制御のCG画面が、主流をなすようになってきた。CGによるイメージ画面は、カメラによる実写画面より錯覚効果の強い情報となり、画面転回もより早く、デジタル音響効果の向上と相まって錯覚を超えた幻覚、ファンタジー効果を子ども達に感受させるが、その子ども達の認知的発達上の影響は「空想と現実の混同」という認知発達問題としてスマホ、タブレット時代に引き継がれつつある。

* 模倣を促すテレビ情報

TV時代の育児ではテレビの映像媒体としての機能が子どもにもたらす認知的発達上の影響とは別に、テレビの番組内容（情報）が子どもにもたらす影響も、子育て教育上の問題となった。映像、音声を含めたイメージ媒体としてのテレビは、本はもちろんラジオなど旧メディアに比べて、子どもの模倣本能を強く刺激することが問題視された。例えば、子供向けヒーロー・ドラマの主人公の真似をして危ない行為をするなどの他に、人気タレントの口真似やコマーシャルの低俗的な台詞などを子供がまねることで「子どもが下品になった」とか「汚い言葉使いをするようになった」などの保護者からの苦情が出るようになった。思春期の少年、少女でも、ドラマの主人公のナイフ等の凶器の使い方を真似たり、とりわけ少女であればビデオ映像の主人公の援助交際をまねてケータイの出会い系サイトを使うなどの事件も起きた。

* 無目的視聴、ロスタイム

この他テレビのバラエティ化、多チャンネル化の流れの中で、子ども達の無目的視聴が広がり、それによる各種の成長機会損失（ロスタイム）が問題になった。友人との対面コミュニケーション、付き合い方を学ぶ集団活動の減少やテレビの映像による代理体験に満足し、実地体験による学習機会を失うなどの問題指摘がなされるようになった。今後予想される小学生など低年齢でのスマホ、タブレットの利用時間とりわけ無目的、ダラダラ利用の増大は、現実の自然環境や人間関係からの学習機会を失うロスタイムを大きくする可能性が、テレビ以上に大きい。

7、想定されるスマホ育児の難題点

長時間視聴を含めたテレビの負の影響、とりわけ乳幼児、小学生の子ども達への悪影響は、すべてがスマホ育児の問題として引き継がれ、増幅される可能性が高い。ネット端末機としてのスマホ、タブレットは、本やテレビ以上に子ども達の模倣本能、代理体験意欲を強めるだろう。コンピュータ・システムで制御された映像（マルチメディア・インタラクティブ情報）やコンピュータによる不特定多数者との情報交換機能サービスを介した悪質な情報の利用と模倣すなわち「悪事を学習するリスク」が高い。それはiモード等ケータイ時代の思春期問題で証明済みである。このコンピュータ・シュミレーター（模倣学習機）としてのインターネットの脳と心の働きに及ぼす種々の悪影響が、幼い子どもの時期から発生する構図になってきた。さらにそうした傾向の中で、テレビ時代にはさほど認識されなかった情報メディア利用による発達障害とりわけADHDのような発達障害とその素因を基に発生する本格的ネット中毒の広がりがスマホ育児の主要リスクとして想定される。

*TV育児問題からスマホ問題に

結論を言えば、乳幼児期、小学生の子どもにスマホ、タブレットを遊び道具（最新の一人遊び玩具）として無定見に与えることは発達障害とネット中毒の素因作りとなる恐れが強いのことが徐々に分かってきた。この新たなスマホ、タブレット時代の、子育て教育上の難題を説明する前提として、これまでに説明したテレビ育児の問題を改めて列挙し、その問題の延長、発展としてのスマホ利用の危険性を総括的に説明したい。

なお、想定される問題点、リスクを乳幼児期と小学生の子どもへの悪影響に分けて説明する。

- ① 乳幼児期の子どもへの影響としてまず、テレビ画面情報の定位反射本能の刺激による長時間連続視聴の問題があった。このテレビ時代の定位反射本能刺激は、コンピュータ管理型メディアとしての液晶画面の情報表示機能を持つスマホ、タブレット利用で補強、強化される。スマホ、タブレットの画面で表示されるイメージ情報は、TV以上に速い画面展開を可能とし、そのデジタル音響、映像効果は、テレビをしのぐ「おや何だろう本能刺激力」を持つ。加えてスマホ画面でのイメージ情報は、指先または音声などの刺激（主体的データ入力操作）に反応変化し、この相互作用性が乳幼児への定位反射本能をテレビ以上に強く刺激することにより、時には過度の興奮を子どもの脳にもたらす。（特に大脳前頭葉と中脳報酬系への悪影響）
- ② 一方向メディアとしてのテレビとは異なるスマホ、タブレットの双方向性（相互作用性能）は子どもの遊び相手としてのメディアの魅力を、テレビ以上に増強し、そのコンピュータ画像との相互作用的一人遊びが乳幼児の感情表現、言語能力獲得、向上を妨げる。
- ③ 幼稚園から小学生にかけての子どもへの悪影響・・・高画質、高品質のテレビ画面長時間視聴による乳幼児から小学生にかけての認知能力発達問題として「架空と現実」「空想と現実」の区別、認識能力獲得の妨げが問題視されたが、スマホ、タブレットのようなネット端末機が子どもに提供するCG画面情報（マルチメディア・インタラク

ティブ情報)などは、俗に言う仮想現実感(バーチャル・リアリティ)をもたらし、前記の相互作用性と相まって、幼児、小学生の子どもの現実と空想の区分能力の獲得(認知能力の発達)の妨げとなる。(仮想現実失調症のおそれ)

- ④ 発達障害の素因になるおそれ。・・・これはテレビ時代からも指摘されていたリスクである。かつて幼児教育の現場から「テレビを見て育った子は、ADHDに類似した言動を示す」との報告が出ていた。そうしたことから、青少年非行犯罪研究の大家である福島章教授も、医療少年院の岡田博士もテレビとADHDの関係に注目していた。さらに言えば発達障害の原因としてのスマホ、タブレット、ゲーム機利用のリスクについては、非行犯罪研究者のみならず、脳科学者も言及を始めて久しい。情報メディア研究者としての立場から下田も、これまでのテレビ漬け子育て習慣にのっとりたゲーム機、スマホの幼少期からの過剰利用が、テレビ以上に発達障害の素因を作ると考えている。とりわけ多動、衝動、不注意の言動特徴を持つADHDの特徴、素因を持つ子どもは、テレビには無い「能動的で短時間情報変化」が楽しめる(ゲーム機以上のゲーム機と言われるスマホ、タブレット利用の)アクション・ゲーム等の魅力に取りつかれやすい。このため長時間のゲームへ憑りつかれ(依存・中毒症)の発症と発達障害の要因になることが無差別殺人事件としての寝屋川事件(2005年)をきっかけに行われた「寝屋川調査」等のデータでも判明している。ちなみにADHD発症に関連して特に小学校低学年ではゲーム利用の危険性が強調され始めた。乳幼児期のコンピュータ管理型メディアへの病的(過剰)利用は、発達途上の脳に薬物並みの快樂刻印をもたらし、そこから発生するネット中毒症治療の困難性が高まる。

⑤ ブルーライト被害のリスク

長時間のネット、ゲーム利用は発達障害のような脳の働きへの悪影響のみならずケータイ時代の電磁波問題に加えた「スマホ、タブレットのブルーライト被害」のリスクも発生する。ワシントン大学の研究チームは、ブルーライトが睡眠を促すメラトニンの分泌を抑制し、熟眠を妨げることを明らかにした。このことは顔を液晶画面に近づけてスマホ利用する幼児(熟眠を必要とする幼い子)への眼と頭の働きへの悪影響を意味する。

ちなみにブルーライトとは、パソコンやスマホ、タブレット等の液晶画面から発せられる青い光で波長が短く強いエネルギーを持ち、眼や身体への負担が大きいとされ、特に夜間の利用では睡眠障害の要因になる。厚生労働省のガイドラインでは「長時間連続の液晶画面利用に注意」が出されている。但し、これは成人向けの注意であり、脳、視神経が発達中の乳幼児のスマホ利用によるブルーライト暴露の害については特別なガイドラインも無く、乳幼児のスマホ利用リスクのひとつとなっている。つまり保護者の自己責任となる。

⑥ ネット中毒の要因リスク、

テレビ育児時代には、言うまでもなくネット中毒という病的なメディア利用問題は無かった。だがスマホ育児では、乳幼児のネット中毒化の災いが浮上してきた。わが国ではほとんど関心が無いように見えるが、発達障害の併発を伴った韓国での5歳の、米国では6歳の中毒患者の発生ニュース(韓国最大の新聞中央日報の報道記事など)が久里浜病院長の樋口氏や前記の岡田博士などからの報告で分かってきた。

情報メディア研究からすれば、この幼児期・小学生のネット中毒化の素因として。スマホ、タブレット等ネット端末普及に先立つテレビの長時間視聴、ファミコンなどのゲーム機の過剰利用が、前駆現象(下地)になっていたと考える。つまりこれまでの幼い子ども達のテレビ、ゲーム機漬け生活文化が、スマホ漬けによる子どもの心と頭の劣化、破壊問題につながりつつあると考えている。

「ペアレンタルコントロール」という言葉（用語）は、日本ではさほど知られていないと思うし、仮に言葉を知っていても「言葉の意味」を理解しなかったり、誤解している人の方が多いと思うので少々解説をする。ペアレンタルコントロールとは「子どものインターネットなどの情報メディア利用を親が管理、支援すること」であり、フィルタリングをしたり、パスワードを設定するなどの作業だけを意味しない。この言葉は、情報メディアの主流が書籍であったころから使われている概念で、子どもの心と頭の働きを向上させる情報メディアを、親が選んで与えるという営み、考え方を表している。本の時代の「良書選択、悪書排除」のスローガンを生み出した概念でもある。スマホ、タブレット時代に即して言えば、「子どもの心身の発達に良いインターネットの情報と機器を選んで与え、指導することを意味する。

この営みは「与えるときの注意」「見守り」「指導」の三段階からなるが、これは主に思春期の子供向けの手順で、乳幼児のスマホ、タブレット利用では、保護者の「情報メディア利用リスクの学び」を第1ステップとし、次に「チャイルド・ケアの実行」となる。スマホ、タブレット等コンピュータ制御型メディアの育児利用のためのチャイルド・ケアはテレビ、ビデオ利用時代のチャイルド・ケアより難しいが、基本的にはテレビ時代の親の努力、例えば米国の保護者達が乳幼児のテレビ視聴で行っていた「メディア利用の5原則」等をスマホ時代に応用したものと考えればよい。すなわち

- ① スマホ、タブレットの長時間の無目的視聴（利用）特に就眠前の利用をさせない。これに関して親は我が子の一日の利用総時間数を決める。ちなみに乳幼児期のスマホの長時間連続利用はTVより危険性が高いのでさせない。なお1日あたりの利用総時間数の定め、あるいは目安となる推奨データは無い。スマホあるいはアプリ販売業者に問い合わせても良いが、それはあくまで参考としてであり、基本的に現状では、親の自己責任となる。
- ② テレビ時代の米国におけるメディア利用のチャイルド・ケアの原則からすれば、スマホ、タブレットの連続使用時間の倍の時間をとって親子のコミュニケーション、心身の触れ合いをするべきである
- ③ 未就学児の場合、利用する情報内容を親が決める、その理由を親が子に教える。（有害情報及び中毒性の高いとされる情報利用のリスクなど）

*チャイルド・ケア無しのスマホ育児は危険

前述したチャイルド・ケアもせず無定見、放任の乳幼児のスマホ、タブレット利用は、テレビ時代を超える長時間視聴問題、特に脳および視神経への悪影響が想定される。そのリスクを避けるためのチャイルド・ケア努力すなわちスマホ育児のペアレンタルコントロール努力がスマホ時代には極めて重要になる。仮に、そうした負担（親の義務）を果たすことなく、これまでのテレビ育児と同じ無定見なスマホ育児に走るならば、我が子の学童期の発達障害とネット中毒の要因発生から思春期に至っての発達障害の悪化と、それによるネット中毒本格発症の可能性が出る。ちなみにそうなった場合の予防、治療は著しく困難になると下田は考える。目先の利便性や流行に流される安易なスマホ育児は個々の家庭にとっても社会にとっても得策ではない。