

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

289号 小児に長時間テレビを見せると、脳（高次認知機能）の発達が遅れる！！

3回シリーズの2回目



漢方の健康堂薬局の店主 長澤昭と申します。

3月11日（金）に発生した東北地方太平洋沖地震により、被災された皆様に対し、心よりお見舞い申し上げます。

288号からは、「小児に長時間テレビを見せると、脳（高次認知機能）の発達が遅れる！！」と題して、3回シリーズでお伝えいたします。

288号 3回シリーズの1回目（6月20日発行）

1. 川島隆太教授（脳科学）らのグループの研究内容について

短編（科学のよもやま話）第205号（6月27日発行）

「テレビを見過ぎると注意力散漫になる」と米国の学会も警鐘

289号 3回シリーズの2回目（7月4日発行）

2. 日本小児科学会の緊急提言

「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」

短編（科学のよもやま話）第206号（7月11日発行）

一日3時間以上テレビを見る幼児は、発達面に悪影響が出る可能性ある

290号 3回シリーズの3回目（7月18日発行）

3. 最後に



2. 小児に長時間テレビを見せると、脳（高次認知機能）の発達が遅れる！！

3回シリーズの2回目

---

2. 日本小児科学会の緊急提言「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」

(1) 同学会の「こどもの生活環境改善委員会」が実施した調査の内容は、2003年に、乳幼児のテレビ視聴の発達への影響を検討するため、3地域（首都、中核市、農村地区）の1歳6カ月健診対象児について調査を行いました。その方法は、無記名方式による質問紙調査です。回答が得られたのは1900人（回収率平均75.2%）について分析をしました。

(2) その結果によりますと、・・・

1. 一日4時間以上（長時間視聴児）は、4時間未満の子どもに比べ1歳6カ月時点での意味のある言葉（有意語）の出現の遅れの割合が1.3倍。

2. テレビが8時間以上ついている家庭（長時間視聴家庭）で4時間以上視聴している子どもと、それ以下の子どもを比べたところ、有意語出現の遅れの率は、前者が後者の2倍と高かった。

(3) 特に、テレビ視聴時、そして日常でも、親子の会話が少ない家庭の場合には、長時間視聴している子供の場合には有意語出現が遅れる率が高くなる。

- (4) テレビ視聴時の親の関わりが少なく、かつ長時間視聴する子どもの場合は、そうでない子どもの場合より、有意語出現が遅れる率が2.7倍であった。
- (5) これらの結果から、同学会では以下のような提言をしています。

#### 提言

1. 2歳以下の子どもには、テレビ・ビデオを長時間見せないようにしましょう。内容や見方によらず、長時間視聴児は言語発達が遅れる危険性が高まります。
2. テレビはつけっぱなしにせず、見たら消しましょう。
3. 乳幼児にテレビ・ビデオを一人で見せないようにしましょう。見せるときは親も一緒に歌ったり、子どもの問いかけに応えることが大切です。
4. 授乳中や食事中はテレビをつけないようにしましょう。
5. 乳幼児にもテレビの適切な使い方を身につけさせましょう。見終わったなら消すこと。ビデオは続けて反復視聴しないこと。
6. 子ども部屋にはテレビ・ビデオを置かないようにしましょう。

以上、今週の内容でした。

—[プロフィール]—  
-----[プロフィール]—

■長澤 昭（ながさわ あきら）1952年 静岡県生まれ

1980年に薬局を創業。

2000年、毎日新聞「アミューズ」に、「漢方薬に詳しい薬局」として、  
全国わずか35店のうちの1店として取り上げられる。

2001年、約300の病名・症状別の「病気別漢方選薬システム」を完  
成させる。

現在は、当店HPにて公開中

-----  
-----  
登録／解除の方法

↓ ↓ ↓

<http://kenkodo.web.infoseek.co.jp/melmaga.html>

（E-Magazine からご購入の方はこのメルマガの一番下に解除フォーム有り）

-----  
-----  
注意・免責事項

◎一般の方向けの内容なので、厳密な医学用語は使用していません。医学  
的な専門性から考えた場合、妥当でない表現があると思いますが、なるべく  
平易な表現を使用するようにしてあります。

◎個別の健康相談を行うものではありません。

◎体の状態は個人によって異なっています。現在治療中の方はかかりつけ  
の主治医と相談をしてください。

◎ご自分の責任の範囲でご利用ください。記載内容を利用し生じた結果に  
ついて、当方では責任がとれませんのでご了承ください。

=====

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

発行者：漢方の健康堂薬局

発行責任者：長澤昭

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

「薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報」の本文は、  
著作権により保護されています。

ただ、個人的にお友達に転送することは自由です。その場合、このメルマガの一部だけを転送するのではなくて、全文を転送していただけると、うれしいです。よろしければ、お知り合いの知人、友人に教えてあげてくださいね（商用の場合を除く）。  
転載の場合はご一報ください。

=====