



スマホを置いておくことができますか。

【メディアとの上手な付き合い方】

- 視聴時間の目安 2歳まで：できるかぎり控えよう
- 子ども部屋・ベッドにメディアを置かない
- 食事中のメディア視聴はやめよう

【メディアを置いて遊ぼう!】

メディアより楽しい体験を！からだを使った遊び、家の中での遊び、一緒にご飯を作って食べるなど…。下のイラストのような遊びをやってみませんか。遊び方はキーワードで検索してみてください。

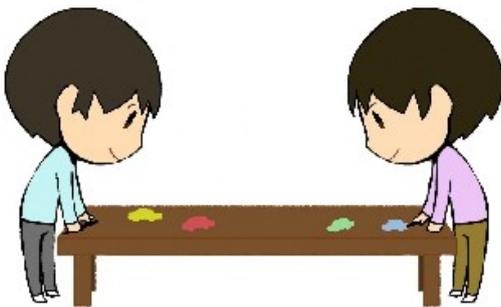
ゴム飛び



けんけんぽ



スーパーカー消しゴム



お絵描き



紙鉄砲



イラスト：ちくま 作

親子クッキング

伝承遊び・昔遊び

健全育成のための活動
プログラム

この言葉で
検索してみてください。