

# 外あそび環境の整備のための要望書

## 別紙資料

別紙1：補足データ・情報

別紙2：事例

別紙3：子どもの健全な成長のための外あそびを推進する会  
ワーキンググループについて

## 別紙1：補足データ・情報

1. 「子どもの成長のための外あそび推進ガイド」の内容について  
「理論編」「外あそびの実践編」「資料編」の三編で構成

### 理論編

- ① 子どもが健全に育っていくために必要な「三間（サンマ）」と「外あそび」の重要性について
- ② 子どもたちの問題を改善するために  
「運動」の大切さを導入したキャンペーン「食べて、動いて、よく寝よう!」運動を、園と家庭、地域が連携し推進することが必要である。
- ③ 指導者は、子どもの発達プロセスを知り、一人ひとりの子どもの発達を考え、あそびを提供していくことが大切である。
- ④ 子どもにとっての外あそびの役割と効果について
- ⑤ 外あそび推進スペシャリストに期待すること  
運動指導に関する研修会に積極的に参加し、実践につなげていく必要性について示す。
- ⑥ 公園利用の促進  
公園遊具の意義と役割および全国の「身近な公園」での事例をもとに、公園利用の現状と課題を示す。
- ⑦ 子どものケガの手当て・対応と安全管理について  
大きな事故やケガをしないような安全を考慮した準備と環境整備にも努める。  
事故時、適切な判断と処置ができるように、応急処置の基本について、外あそび推進スペシャリストは学ぶこと。
- ⑧ コロナ禍における外あそびと、それら実施上の留意事項について

### 外あそびの実践編

幼児期から小学生時期のあそびについて、具体的にあそびを紹介

### 資料編

コロナ禍において行える安全な運動、外あそび、安全な公園の利用法

## 2. 放課後事業に関する補足情報

### 2.1 放課後事業の現状

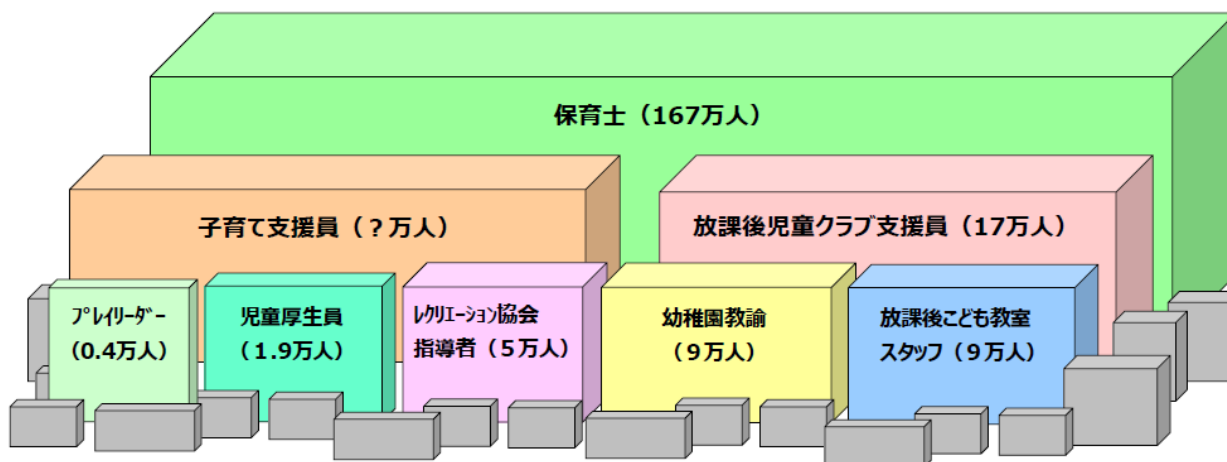
放課後子ども教室に関しては、毎日実施されているところは少なく、月に1回、少ないところは年に1回しか開催されていない現状がある。また、配分される予算が少ないため、職員はボランティアによる実施が多く、職員の離職率が高いことも加わって、持続的な運営自体が危うい実情である。職員の離職率が高いため、研修やトレーニングにも十分なリソースが割かれておらず、人材や施設にノウハウが蓄積されにくい問題もある。

## 2.2 外あそびを支える人材マップ

外あそびを支える人材マップ（有力人材の絞り込み）

指導対象年齢	職種・資格	人数 (推計値)	所管	内容	外あそび人材確保の可能性（継続的）	評価	備考
6-12歳	放課後子ども教室スタッフ	9万人	文部科学省	放課後子ども教室の運営に参画する管理者・指導者	予算があれば可能性あり、場所は学校校庭活用	◎	放課後子ども教室（18,301ヶ所）
6-12歳	放課後児童クラブ支援員	17万人	厚生労働省・都道府県	放課後児童クラブ職員	予算があれば可能性あり、場所は学校校庭活用	◎	放課後児童クラブ（26,625ヶ所）
6-18歳	児童の遊びを指導するもの（児童厚生員）	1.9万人	厚生労働省	児童館の職員で、あそびの指導及びソーシャルワーカー	予算があれば可能性あり、場所の課題あり	○	4,398ヶ所
0-12歳	冒険あそび場 関係者・プレイリーダー	0.4万人	日本冒険遊び場づくり協会	冒険遊び場づくりを通じて豊かな社会の実現を目指す	連携による情報提供、人材育成の協働を検討	○	約400ヶ所
3-6歳	幼稚園教諭	9万人	文部科学省	幼稚園の先生	業務多忙、外あそび研修による意識向上	○	
0-6歳	保育士	167万人	厚生労働省	保育	潜在保育士多数、保育中の外あそび推進は可能	○	
0-6歳	子育て支援員	?万人	都道府県・市町	保育補助	連携による情報提供、人材育成の協働を検討	○	保育士とは違い民間資格
全世代	日本レクレーション協会（レクエーションインストラクター含む）	5万人	日本レクレーション協会・各県傘下協会	スポーツやゲーム、歌、集団遊びなどの指導	連携による情報提供、人材育成の協働を検討	○	

その他 学校運営協議会委員、PTA、スポーツ推進員、総合型地域スポーツクラブ、ジュニアスポーツ指導員、子ども劇場、スポーツ少年団、ボーイスカウト、ガールスカウト、おやじの会、日本青年会議所などの関係者



## 3. 園庭開放の現状

幼稚園や保育所、認定こども園は、管轄や教育・保育内容の基準、教育・保育時間の違い、園設備や園庭の状況、地域柄などによって、園庭を開放する頻度（曜日や日にち、時間帯など）に大きな差がある。また、園庭開放を園児募集の一環として位置付けている園も多く、利用者のニーズに合っていない現状がある。

- 人数や時間、遊具の対象年齢による制限がある。
- 園庭に屋外トイレが設置されていない施設も多い。
- 土曜日や日曜日に園庭を開放するためには、職員の休日出勤問題による人手不足にも直面する。
- 安全面を考慮すると、園職員もしくは園庭を管理する人材の立ち合いが必須であり、園の本来のカリキュラムや人員配置の変更、週末の時間外出勤などがあげられる。時間外出勤の手当では、補助金対象ではないため、園にも職員にも大きな負担となっている。また、園や職員の負担を軽減するために、園庭を管理する人材を確保する必要があるが、人材確保には費用がかかる。

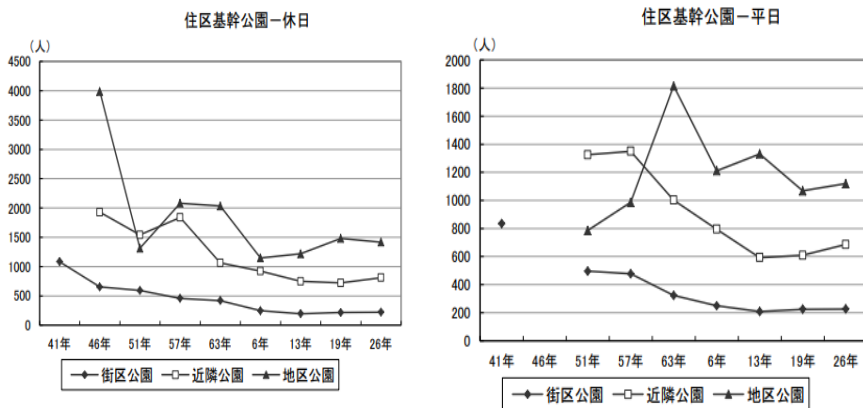
- 園庭利用中のケガや事故においては、園が加入している保険で対応していることも多いが、保険の加入における取り決めは曖昧である。また、在園児以外の利用者の対応については、園が新たに保険へ加入する必要がある。例：行事参加者（レクリエーション）傷害保険など

#### 4. 街区公園に関するデータ・情報

##### 4.1 利用状況と必要な対応

- 昭和から、街区公園の利用が減少傾向にある
- 街区公園は、休日と平日の利用者数に、差はほとんどみられない
- 休日は、近隣公園・地区公園の利用がそれぞれ1.2倍、1.3倍になっていることから、変化を求めて少し離れた、遊具が充実し、施設も整備された公園を利用する傾向にある

（平成26年度都市公園利用実態調査（国土交通省））



図表 3-1-1 公園種別ごとの入退園者数

		単位:人				
		休日		平日		
公園種別	入園者数	退園者数	入園者数	退園者数		
	街区基幹公園	総数	11,536	10,733	11,992	11,430
平均		222	206	226	216	
近隣公園		総数	38,102	34,993	32,931	30,921
	平均	811	745	686	644	
地区公園	総数	60,969	56,946	48,125	45,092	
	平均	1,418	1,324	1,119	1,049	
都市基幹公園	運動公園	総数	163,147	161,718	104,179	99,662
	平均	4,798	4,756	3,064	2,931	
総合公園	総数	192,229	180,698	113,913	110,597	
	平均	4,090	3,845	2,424	2,353	
広域公園	総数	132,893	127,955	53,958	50,658	
	平均	4,746	4,557	1,927	1,809	
国営公園	総数	204,265	185,120	87,245	85,780	
	平均	12,016	10,889	5,132	5,046	
合計	総数	803,141	757,803	452,343	434,140	
	平均	2,997	2,828	1,675	1,608	

※総数は各公園の合計人数、平均は公園1ヶ所当たりの平均人数

##### 4.2 公園管理で必要な対応

子どもの健全な成長のための外あそび推進の会が行った調査（令和3年）では、幼児を持つ保護者が必要だと思う公園管理において、遊具の点検や清掃が最も多かった。

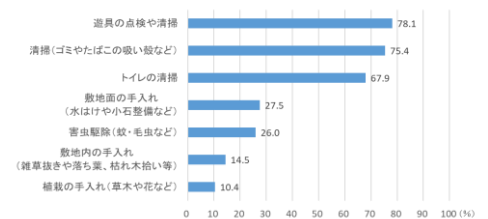


図 必要だと思う公園の管理 (N=966)

##### <安全管理されていない公園事例>



### 4.3 都市改正法

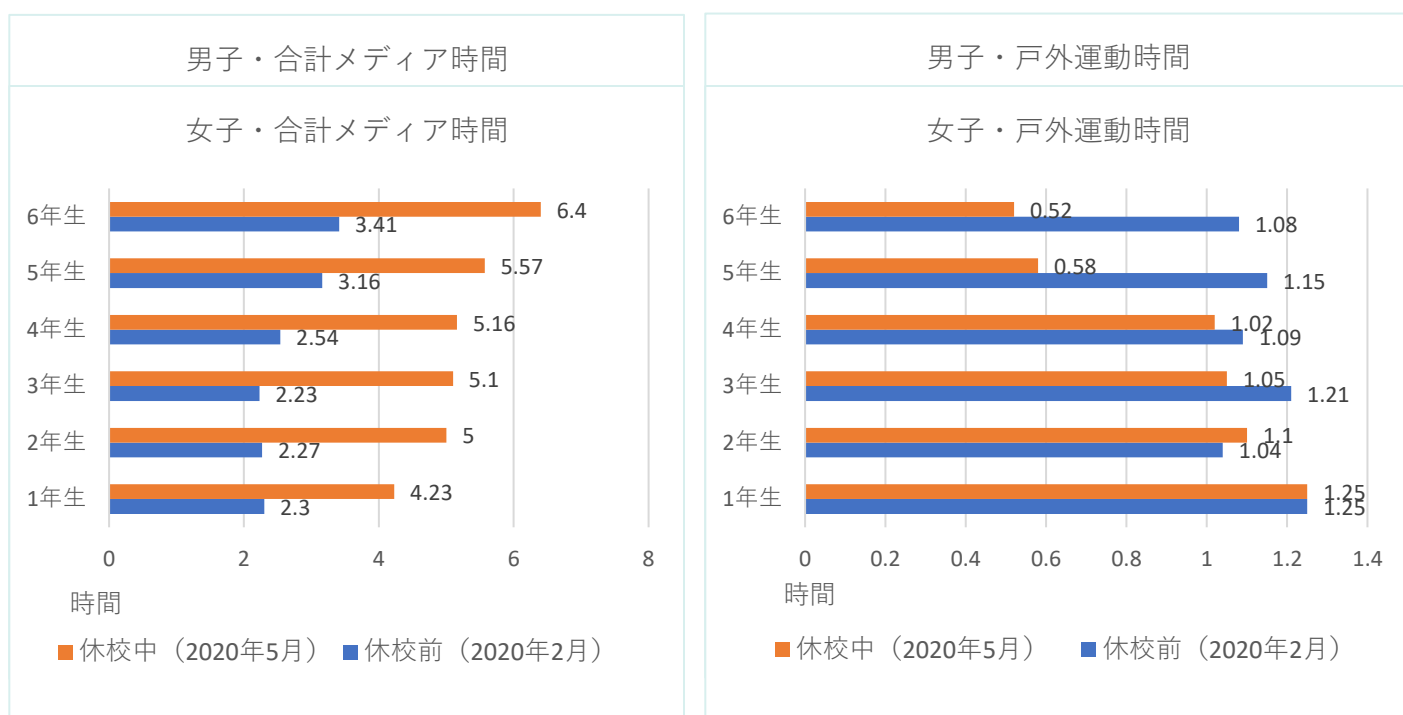
2017（平成 29）年に改正された都市公園法の中で、都市公園の利便の向上に必要な協議を行う目的で協議会制度を創設し、地域の実情や都市公園の特性を踏まえ、地域住民の同意を得ながら整備・管理活用を進めることが望ましいとされた。〔都市公園法運用指針（第 4 版）2018（平成 30）年〕

しかし、2020（令和 2）年 3 月 31 日時点で、協議会は、全国に 91、都道府県別では、上位から兵庫県 12、大阪府 11、神奈川県 9 の順で、未設置県は 14 ある。その設置された 91 協議会のうち、協議内容は、「多様な主体が連携した地域のにぎわい創出のためのイベント実施に向けた情報共有や調整」が 62 を占め、「ボールあそびや地域の多様な公園利用ニーズに応じた公園ごとのルール」といった日常的な運営を扱う協議会は 17 しかない。

## 5. デジタルデバイスの利用と外あそびに関するデータ

### 5.1 子どものデジタルデバイス利用の現状

早稲田大学前橋明研究室が行った調査結果より、新型コロナウイルス感染症パンデミックによる休校前の 2020 年 2 月と、臨時休校があった 2020 年 5 月の小学生のメディア利用時間および戸外での運動時間を比較したところ、男子・女子ともに、メディア利用時間が戸外運動時間に比べて何倍も長いことが分かった。パンデミック中においては、さらにメディア時間がどの学年でも約 2 倍に増え、戸外運動時間も、比例して長くはなっていないものの、メディア時間に比べて圧倒的に少なかった。



- 合計メディア時間は、テレビ、ビデオ、スマートフォン、タブレットでの動画視聴時間やゲーム時間の合計  
(例：6.37=6時間37分)
- 埼玉県所沢市の公立学校3校の生徒 男子：777人 女子：736人

## 5.2 デバイスの過度な利用による影響と外あそびの効能からだへの影響

### ① からだへの影響

#### ● 目

デバイス使用時間の増加と屋外で過ごす時間の著しい減少は、近視を発症させるリスクを高める。一方、1日2時間の外あそびは、近視の発症や進行を抑制し、子どもの近視リスクを低下させる。

#### ● 骨格

長時間のデバイス使用は、姿勢に影響し、子どもの頭部や頸部屈曲を引き起こす可能性がある。一方、屋外での身体運動は、循環器系や筋骨格系の発達、自律神経機能の亢進を促す。

### ② 脳への影響

#### ● 言語の発達

長時間のデバイス使用により、言語発達の遅れのリスクが上がる。米國小児学会は、2017年の年次学会において、デバイスの利用30分ごとに、表現面での言語発達が遅れるリスクが49%上がるという調査結果を報告した。一方、仲間との外あそびは、五感を最大限に刺激し、仲間への言語表現を通じて言語発達を促す。

#### ● 認知能力・実行機能

幼児期におけるデバイスの長時間利用は、読解力をはじめとする認知能力の発達を遅らせ、その後の実行機能発達にもネガティブな影響をもたらす可能性がある。シンガポールの The Center of Holistic Initiatives for Learning and Development (CHILD)は、認知機能への影響を示すエビデンスから、18か月未満の子どもには受動的なデバイス使用はさせるべきではなく、18～36ヶ月の子どもでは、親が見ていない中での受動的なデバイス使用は1日一時間未満とすべきであるとしている。一方、ワクワクして熱中する外あそびは、子どもたちのエネルギーをしっかりと発散して情緒を安定させ、さらに時間の流れや空間を把握することから、認知能力や実行機能の発達を促すものである。

#### ● 依存性

過度もしくは病的なインターネット依存には、執着や、気分のムラ、耐性の発達への影響、引きこもり、機能障害など、薬剤依存やギャンブル依存と共通する特徴がある。野外活動、自然体験活動は、ネット依存の克服・治療に有効である。

### ③ こころへの影響

#### ● 非認知能力

長時間のデバイス利用は、幼児・児童の社会順応性や行動に問題がある可能性を示唆している。中国の研究では、3歳児における比較で、デバイス使用時間が急速に増加したグループは、増加が緩やかなグループに比べて、社会順応性に問題がある割合が3倍多く、行動に問題がある割合が、2.4倍多かった。一方、ルールのない自由なあそびは、前頭葉の発達を促し、社会適応、学業において重要な感情のコントロールや計画性、問題解決能力を高める。また、幼少期の運動は、知覚・感情的発達を促すことから、外あそびは、コミュニケーション力や認識力、他者のニーズを理解する力など、社会性の発達に極めて重要である。

- 幸福度

1日2時間以上のデバイス利用時間がある子どもは、人生の満足度や楽観性が低い可能性がある。一方、1日2時間以下のデバイス使用者は、2時間以上のデバイス使用者と比較して、幸福度が高かった。さらに自然や屋外でのレクリエーション活動を行うと、エネルギーの回復、ストレスや不安の解消、幸福度の向上につながり、集中力や効率性が高まる。また、運動頻度が多い人ほど、メンタルヘルスが良好な傾向があることが分かっている。

#### ④ 生活習慣への影響

- 睡眠

長時間のデバイス使用により、睡眠の量や質が低下するため、翌日の覚醒に影響し、注意力が低下する。乳幼児期におけるデバイス使用の習慣は、就学時期以降の行動面での発達や生活習慣にネガティブな影響を与える。一方、太陽光を浴びることで、子どもの体内時計が調整され、睡眠不足が解消されるため、生活リズムの悪循環が改善する。健全な生活リズムと外あそびの実践は、自律神経の発達を促し、体調・情緒を安定させる。

- 栄養

デバイスの過度な使用は、睡眠や栄養状態に悪影響を与え、健康を脅かすリスクとなりうる。一方、太陽光に当たることで生成されるビタミンDは、たんぱく質の働きを活性化し、カルシウム・リンの吸収を促進するため、正常な骨格と歯の発育を促す。

- 運動時間

幼児期における過度なデバイス使用により、座って行う行為の時間が長くなるため、軽度の身体運動時間が短くなり、数年後も、中強度の身体運動時間が短くなるという研究結果がある。つまり、幼児期におけるデバイス使用時間は、身体運動時間に置き換わる可能性がある。一方、脳・神経機能の発達が著しい幼児期に、外あそびや運動を積極的に行うことは、その後の運動能力発達の基盤となり、幼児期以降の身体能力の向上に繋がる。

出典：

- Association between digital smart device use and myopia: a systematic review and meta-analysis, *Lancet Digital Health* 2021;3:e806–18
- Are digital devices a new risk factor for myopia?, Published Online October 5, 2021
- S2589-7500(21)00231-4 季成叶 | 我国中小学生视力不良和疑似近视流行现状
- ZHANG Yean, SHANG Chendi, CHEN Binxu, DU Kai, HUANG Xiaoyan. A review of domestic and international studies on the effects of e-gaming and video game behavior on the visual health of children and adolescent
- Association between digital smart device use and myopia: a systematic review and meta-analysis, *The Lancet Digital Health*, 2021: October 05, Joshua Foreman, PhD
- The Relationship Between Screen and Outdoor Time With Rates of Myopia in Spanish Children, *Frontiers in Public Health*, 14 October 2020, Cristina Alvarez-Peregrina
- Myopia incidence and lifestyle changes among school children during the COVID-19 pandemic: a population-based prospective study, *British Journal of Ophthalmology* 2021: August
- Effects of smartphone screen viewing duration and body position on head and neck posture in elementary school children, *the National Library of Medicine*, . 2022;35(1):185-193. doi: 10.3233/BMR-200334.
- An analysis of the correlation between physical activity and myopia in elementary and middle school students, YANG Dongling, *教育生物学杂志*. 2016,4(01)
- How does spending time outdoors protect against myopia? A review, *British Journal of Ophthalmology* 2020; 104:593-599. Gareth Lingham
- Update and guidance on management of myopia. European Society of Ophthalmology in cooperation with International Myopia Institute, *European Journal of Ophthalmology*, 2021: March 05
- Why children need to play outside – now more than ever! *Outdoor Play Canada*, 2022 (BC Aboriginal Childcare Society)
- Handheld screen time linked with speech delays in young children, *American Academy of Pediatrics*, May 2017
- Brain health consequences of digital technology use. Gary W. Small. *Dialogues Clin Neurosci*. 2020 Jun; 22 (2) 179-187.
- The research on the effects of screen exposure on early childhood development, ZHAO Jin, 上海交通大学
- Impact of screen viewing during early years on cognitive development. Centre for Holistic Initiatives for Learning and Development. (2021, July).
- The Effects of Physical and Outdoor Play on Young Children’s Development; Center for Early Childhood Education (CECE), Eastern Connecticut State University, Dr. Jeffrey Trawick-Smith, 2015
- Play = Learning: How Play Motivates and Enhances Children's Cognitive and Social-Emotional Growth. Dorothy G. Singer, Roberta Michnick Golinkoff, and Kathy Hirsh-Pasek, Oxford Scholarship Online 2006
- 6 reasons children need to play outside, Harvard Health Publishing, 2020
- ネット依存対策キャンプ実施運営マニュアル (国立青少年教育振興機構)
- Gary W. Small. Brain health consequences of digital technology use. *Dialogues Clin Neurosci*. 2020 Jun; 22 (2) 179-187.
- The research on the effects of screen exposure on early childhood development, ZHAO Jin, 上海交通大学
- Screen time and extracurricular activities as risk and protective factors for mental health in adolescence: Eva Oberle, A population-level study. *Prev Med*. 2020 Dec;141:106291
- Yogman, M. et al. 2018, 'The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children,' *Pediatrics* 142 (3)
- 'Physical Activity and Cognitive Functioning of Children: A Systematic Review,' *Int J Environ Res Public Health* 15(4): 800. Outdoor Play: A Window on Social-Cognitive Development. Bidzan-Cluma, L; Lipowska, M. 2018, *Dimensions of Early Childhood*, v23 n1 p27-31 Fall 1994
- スポーツ庁「平成 30 年度体力・運動能力調査結果」
- Evening use of light-emitting eReaders negatively affects sleep, circadian timing, and next-morning alertness. Anne-Marie Chang, *PNAS*. December 22, 2014; 112 (4) 1232-1237
- Association Between Portable Screen-Based Media Device Access or Use and Sleep Outcomes, A Systematic Review and Meta-analysis. Ben Carter, PhD, *JAMA Pediatr*. 2016;170(12):1202-1208.
- The research on the correlation between language development and screen exposure for the children aged 1 to 3 years, XIAO Danxia, LI Hong. *Chinese Journal of Child Health* . 2021,29(02)
- The Relationship Among Screen Use, Sleep, and Emotional/Behavioral Difficulties in Preschool Children with Neurodevelopmental Disorders. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 40(7), 519–529.
- Excessive screen use and gaming considerations during #COVID19, WHO 2020
- Associations between early-life screen viewing and 24 hour movement behaviours: findings from a longitudinal birth cohort study. Chen, B., Bernard, *The Lancet Child & Adolescent Health*, (2020). 4(3), 201–209.
- The Sleep Judge “4 Reasons Why You Need Morning Sunlight To Sleep Better” Lin, Y; 2018, 'Bi-directional association between sleep and outdoor active play among 10–13 year olds,' *BMC Public Health* 18(1)
- 河合雅彦、2017、「【紫外線の健康影響-その功罪を考える-】紫外線とビタミン D ビタミン D 欠乏性くる病が増えている（解説/特集）」、*環境と健康* 30 巻 2 号
- スポーツ庁「平成 30 年度体力・運動能力調査結果」



## 別紙2：事例

### 1. 校庭開放利用の好事例

#### 1) 大阪府吹田市「[太陽の広場](#)」

- 地域住民が見守りボランティア「フレンド」さんやブロックアドバイザーを配置し、平日の放課後の自由開放を市内全36小学校で実施（児童は放課後帰宅せずに、そのまま遊べる環境・仕組みを完備）。
- トラブル対応を含めた見守り人材（フレンドさん）向け研修の実施。
- 連絡会議を通じて、フレンドさん、学校（校長・教頭）、学童保育保育指導員、青少年室の職員が月1回交流し、円滑な使用についての意見交換を実施。
- 市が事業予算を、毎年、確保し、運営を継続。

#### 2) 東京都昭島市「[元気アップタイム](#)」

- 昭島市教育委員会（市教委）の支援の下、市内の全市立小学校において、放課後に校庭で行う運動あそびの時間「元気アップタイム」を週1～2回、設置。「時間・空間・仲間」という3つの「間」を大切に、という考えに基づき、意図的にこの3つの「間」を設定。子どもの利用料は無料。
- 子どもたちの体力向上・健全育成の取組のために市教委が作成した、「元気アップガイドブック」が提唱する運動あそびをプレイリーダーが活用し、あそびの場を支援。
- プレイリーダーは、子どもたちの特性をよく知る学習支援員や小学校教員志望の大学生などが務め、安全を見守る「ウォッチャー」、子どもと遊ぶ「プレイヤー」、子ども同士の関係を調整する「コーディネーター」、あそびをさらに面白くする「ファシリテーター」など多面的な役割を担っている。プレイリーダーへの手当ては、現在はスポーツ庁委託事業から支払われており、委託事業終了後は、東京都市長会の事業を通じて予算を確保する予定。

### 2. 公園利用促進の好事例

#### 大阪府箕面市：「[公園施設長寿命化計画](#)」

- 地域ニーズ・特性に応じて3つに公園を分類
- 限られた財源を有効活用するため、規模・開設年度などから点数化し、高いものから集中投資
- 児童・幼児に対するアンケート結果をもとに、人気の高い遊具を選定し、民間を活用して整備

分類 i	幼児が安心して遊べる公園	・ 幼児が安心して楽しめる遊具がある ・ 育児世代のコミュニティが広がる
分類 ii	小中学生の体力向上のための公園	・ 遊具が充実している ・ 友達や親子で球技を楽しめる広場がある
分類 iii	多世代が交流できる公園	・ 樹木の緑や水辺を感じ読書や会話を楽しめる ・ ウォーキングなど健康増進に利用される

### 3. 新たな外あそび環境の好事例

#### ▶ コミュニティガーデン

1970年代前半、不況で荒廃した都市部の再興を目的にアメリカで発祥したコミュニティガーデンは、「緑の効能」が注目され、ニューヨークやサンフランシスコなどの大都市で1000箇所以上に設置され、食、緑、地域コミュニティの拠点として取り組みが活発化している。また地域内の生ゴミを活用して堆肥をつくることで、ゴミの資源化やゼロウェイストにも繋がる。

- 子どもは、家庭的な穏やかな環境の中で、適度な運動をしながら、ゴミを資源として再利用する視点や食材の栽培、火を使った調理といった「育てる・作る・食べる」体験から人が自然循環を育むことを実感し、自律性、協調性、積極性の育成にもつながる。
- 現代社会で生きづらい若者の就労支援の場、加工品の消費が多い地域での対策、環境教育の場としても活用されており、地域コミュニティの関係改善、身体的および精神的な健康の改善、子どもの居場所にもなっている。
- 日本では、民間企業の建設予定地を使った、福岡市のアイランドシティ・コミュニティガーデンがある。福岡市、NPO、企業、住民の連携で立ち上げられ、隣接する広場も開放し、コンポストの設置、収穫した野菜の調理場などに活用されている。他の地域でも、ニーズが拡大している。

#### ▶ みちあそび

- 住宅地の道路を、数時間住民主導で歩行者天国として開放し、「子ども」「みち」「あそび」を通じて、地域で人と人が出会える取り組みであり、大人も子どもも住みよい街を考えるきっかけを生み出すものである。
- 異年齢・多世代の人たちとの出会いが数多く生まれ、人間関係やコミュニケーションの大切さを学ぶ機会となり、高齢者と子どもの分断をなくすことができる。
- 地域が活気づくため、「自分たちのまちを自分たちで楽しくしたい」という感性をもつ人たちが増え、地域に活気が生まれる。
- 三鷹駅前通り商店街では、月1回の第4日曜日に道路を封鎖して行われるマルシェの時を利用して、交差点の一角をご近所みちあそびの場として開放

### 4. 国が外あそびを推奨しているまたは、義務付けている海外事例

#### 【台湾】

1980年代から教育省、健康省の主導で開始した、「台湾学生視力ケアプログラム（Taiwan Student Vision Care Program TAVCP）」において、2010年教育省スポーツ庁が、1日2時間以上の外あそびの推奨をTSVCPに組み込んだTien Tien 120 Outdoor Programを実践。2013年、スポーツ庁長官は、体育の時間を活用した1日2時間の外あそびが、近視の新たな発症を半分に抑えるという調査結果を発表した。

## 【中国】

2019年、北京は、2030年までに6歳以下/小学生/中学生/高校生の子どもの近視を、それぞれ3%/38%/60%/70%以下に抑える等、子どもの近視予防のための新目標を設定し、10の具体的な施策として下記を策定した。電子機器を使った授業時間の制限、小学生には書き物の宿題を課さない、小学校入学前の子供の電子機器の使用時間制限（1時間以内）、8歳以下の子供はテレビゲーム禁止、小学生は一日1時間・幼稚園児は2時間以上の外あそびをさせる、目に良い栄養のある食事、一定以上の睡眠時間の確保など。

## 【シンガポール】

2001年に、国を挙げた「国家近視予防プログラム」がスタート。生徒、保護者、教師を対象とする啓発活動や学校での定期的な視力検査を実施。それまで主流であった目を酷使する精密作業の制限に代わり、子どもの外あそびを推奨し、デバイス使用の削減を推奨。プログラム実施の結果、小学生の近視の割合は、2004年の37.7%から2015年31.6%に減少した。

## 【オーストラリア】

政府・医療関係者・NGO等のパートナーシップの下で目の健康を推進するため「National framework for action to promote eye health and prevent avoidable blindness and vision loss（目の健康を促進し予防可能な失明を避けるための国家的枠組み）」を採択。目の健康および生活習慣に関する広報活動、子供の視力検査、遠隔地・貧困層でも治療が受けられるシステムの確立、研究・調査の促進などを定める。

また、政府保健省は、乳児（12か月未満）はデバイスの視聴を避け、12～24か月の乳児、幼児は1時間未満、学齢期の青少年は2時間未満（エンターテイメント番組）を推奨。

## 【ニュージーランド】

保健省は、乳児はデバイスの視聴を避け、幼児は1時間未満、学齢期の青少年は2時間未満（レクリエーションとして）推奨。CSEP(カナダ)のガイドラインを採用。

## 【ドイツ】

連邦保健省は、乳児はデバイスの視聴を避け、幼児は30分、学齢期の青少年は1時間（小学生）2時間（青年）を推奨。2歳未満児には、テレビを背景画像として使うことも含め、映像を全く見せないこととする。

出典：

- <http://aes.amegroups.com/article/view/4010/html#B21>
- <https://www.chinadaily.com.cn/a/201911/08/WS5dc4fea2a310cf3e35576381.html>
- <https://www.aao.org/eye-health/tips-prevention/computer-usage>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31680176/>
- [https://www.health.gov.au/health-topics/eye-health?utm\\_source=health.gov.au&utm\\_medium=callout-auto-custom&utm\\_campaign=digital\\_transformation](https://www.health.gov.au/health-topics/eye-health?utm_source=health.gov.au&utm_medium=callout-auto-custom&utm_campaign=digital_transformation)
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/Where-We-Stand-TV-Viewing-Time.aspx>
- [Gottschalk, F.\(2019\), "Impacts of technology use on children: Exploring literature on the brain, cognition and well-being", OECD Education Working Papers, No.195, OECD Publishing, Paris](https://www.oecd.org/education/working-papers/2019/09/impacts-of-technology-use-on-children-exploring-literature-on-the-brain-cognition-and-well-being/)
- 『デジタル時代に向けた幼児教育・保育 人生初期の学びと育ちを支援する』アンドレアス・シェライヒャー(2020)

別紙3：子どもの健全な成長のための外あそびを推進する会ワーキンググループについて

ワーキンググループの議論テーマ

1. 包括的ガイドブックの作成
2. 外あそびをサポートする人材の養成・確保
3. デジタルデバイスの適度な利用と外あそびの重要性
4. 校庭開放利用の促進
5. 園庭利用の促進
6. 公園利用の促進
7. 新たなあそびの環境整備
8. 地域に根付いた意識改革（行政・地域住民、保護者・保育士・教育者）

ワーキンググループメンバーリスト

	所属	役職	氏名
1	根っ子育て Link 株式会社	代表	阿部玲子
2	京都ノートルダム女子大学	教授	石井浩子
3	小平市立小平第十二小学校	主任教諭	板口真吾
4	前橋研究室	議員	井上博隆
5	社会福祉法人心育会	代表	鵜飼真理子
6	株式会社ジャクパ	取締役	梶 真人
7	正雀ひかり園	園長	國領美佐子
8	新渡戸文化短期大学	准教授	小山玲子
9	法泉寺保育園	園長	佐々木幸枝
10	はたの保育園	園長	笹間奈緒美
11	えひめこどもの城	園長	敷村一元
12	一般社団法人日本プレイワーク協会	代表理事	嶋村仁志
13	ローカルフードサイクリング株式会社	代表取締役	平由以子
14	株式会社ジャクパ	専務取締役	高島 勝
15	NPO 法人三重県生涯スポーツ協会	理事長	竹田昌平
16	株式会社 Deportare Partners	代表	為末 大
17	(福)和修会 つるまち海の風こども園	保育士	塚本亮太
18	谷口学園幼保連携型認定こども園文の里幼稚園	副園長	野村卓哉
19	放課後 NPO アフタースクール	代表理事	平岩国泰
20	筑波大学	准教授	平岡孝浩
21	玉成保育専門学校	教員	廣瀬 団
22	新渡戸文化短期大学	講師	藤田倫子
23	早稲田大学	教授	前橋 明
24	植草学園短期大学こども未来学科	教授	松原敬子
25	MORIUMIUS	フィールドディレクター	油井元太郎
26	株式会社ジャクエツ	常務取締役	吉田 薫
27	Glocal Government Relationz 株式会社	代表取締役	吉田雄人
28	(福)和修会 つるまち海の風こども園	園長	若林仁子