健康増進計画推進キャラクタ

ケンゾウレンジャー お役立ち情報

メディアとの付き合い方編

知っていますか？　2歳児問題

「2歳児問題」とは･･･増田クリニック（鹿児島市）院長増田彰則氏が提唱。
スマホを使用している**2歳児**が**4割**いる実態。そのうちの

- **半数がスマホに夢中**になっている
- **約2割が**時間が増え、やめさせようとしても**やめられない**
- やめさせようとすると3割が**イライラ**する
- 1割が**他の遊びに興味を示さない**
- 1割の親が子どものスマホのことで**困っている**
- **12%に依存症**の傾向が見られる

南九州市でも･･･

1歳6カ月以降の子どもの**半数以上**が、**1日2時間以上**、TV・スマホなどの電子機器を利用している

2歳6カ月以降の子どもの**9割以上**が、就寝時間が**21時以降**

【問い合わせ】
健康増進課　健康推進係　TEL0993-58-7221

今日からできる！

家庭でできるメディア対策

- ○**2歳まで**は、テレビ、ビデオはなるべく見せない
- ○脳の発達の視点から**5歳まで**はゲーム・スマホをさせない
- ○**学童期以降**は**30分～60分**（平日はさせないのがベスト）
- ○**家庭でルール**を作り、しっかり守らせる
- ○ベッド内にゲーム・スマホを持ち込まない
- ○家族だんらんの時間を作り、子どもとしっかり向かい合い、話を聞いてあげる（途中で切らない）
- ○**親が子どもの前でゲームやスマホに熱中しない**
- ○ネットやスマホより子どもに関心を持つ

学芸員通信 42

ミュージアム歴史講座「飯倉神社」のお知らせ

現在、開催中の企画展「薩州川辺宗廟飯倉神社　守り伝えた地域の至宝」に関する歴史講座を開催します。

文化財課職員による飯倉神社の宝物に関する講話の後、説明を受けながら企画展を見学します。ミュージアム知覧へ電話で申し込みください。なお、新型コロナウイルス感染の状況によっては中止となる場合もございます。ご了承ください。

日時＝令和3年1月17日（日）
午前10時（9時半より受け付け）
会場＝ミュージアム知覧フォーラム
定員＝20人（先着順）
申し込み・問い合わせ先＝
☎0993-83-4433
※ミュージアム知覧の入館料（300円）が必要です。

▲飯倉神社の境内(昭和12年建築)

▲外国産の貴重な陶磁器

▲御田植祭りでの猿田彦面

魚菜庵 かわばた　会席　昼膳　夜膳

なべ・卓盛コース　それぞれのコース1人前　2,500～円(税抜)

会食 3,000～円(税抜)　飲み放題プランあり

大切な節目にも真心込めたお料理でおもてなしさせて頂きます。
●法 事 ●結 納 ●歓送迎会●忘・新年会 ●各種お祝い 他

☎099-204-7866
営業時間／11:30～14:00 17:30～21:30
〒891-0144 鹿児島市下福元町7702-1

南さつま市・川辺からは、川辺峠を降りて影原交差点左です。鹿児島市内からは、225号線から川辺峠入口手前です。

ビタミン、ミネラルなど 90種類以上の栄養素を持ち健康食品のもととなる

「モリンガ」を栽培しませんか

◎収穫分は当社で買い取り！
◎農薬・化学肥料を使わず、有機栽培で！

説明会
2021年1月14日・28日 14時～金峰工場
2021年1月15日・29日 14時～知覧工場

※詳細は説明会で。まずは下記までお電話を！

高槻電器工業株式会社 アグリ事業部 知覧町永里4000-8
連絡先：知覧 090-3823-6473（山崎）金峰 080-8925-8954（上野）

【広告に関するお問い合わせ】企画課 広報統計係