

山口県の最低賃金は現行どおりです

必ずチェック最低賃金！使用者も、労働者も。

山口県最低賃金	時間額	効力発生日
	829円	R 1.10.5
特定（産業別）最低賃金	時間額	効力発生日
鉄鋼業、非鉄金属製錬・精製業、非鉄金属・同合金圧延業、非鉄金属素形材製造業	966円	R 1.12.15
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	892円	
輸送用機械器具製造業	936円	
百貨店、総合スーパー	852円	

詳しくは、山口労働局労働基準部賃金室へお問い合わせください。☎083(995)0372

11月は『児童虐待防止推進月間』

189（いちはやく）知らせて守る 子どもの未来

（全国公募により選定された作品）

- 虐待かもと思ったら。
- ご自身が出産や子育てに悩んだら。
- 子育てに悩む親がいたら。

一人で抱え込まずに、気軽にご連絡、ご相談ください！

■問い合わせ

- 児童相談所（全国共通3桁ダイヤル）
☎189（地域の児童相談所につながります）
- 福祉事務所・家庭児童相談室（福祉課内）
☎0820(77)5505

お元ですか？ こころは 保健師です

周防大島町保健師 石原 憲子

■問い合わせ

子育て世代包括支援センターOhana
☎0820(73)5511

スマホ時代の子育て

近年、インターネットの利用が急速に広まる中、子どもたちにとってもスマートフォンやインターネットが身近なものとなっています。さらに、コロナ禍において、子どもたちがスマホ等に触れる機会も多くなっているようです。保護者から、「自粛期間中にゲームをする時間が増えました」「動画をいつまでも見たがる」等の声を聞くことがあります。

「できればスマホを見せたくない」と、子どもとスマホ等のつきあい方に悩んでいる保護者もいるようです。子どもがスマホを使うことへの悪影響が取り上げられることも多く、スマホの使用に罪悪感を抱く保護者もおられます。今一度、スマホとのつきあい方を考えてみましょう。

① 大人自身のスマホの使い方振り返りましょう

大人がスマホに夢中になっていることはありませんか。子どもと話をする時は、スマホを置いて話しましょう。子どもと目を合わせ、語りかけることで子どもの安心感と親子の愛着が育まれます。

② 大人が使用時間などをコントロールしてあげましょう

「いつまで」「どれくらい」等、使用時間を大人がコントロールしてあげることが大切です。長時間の使用は目や睡眠に悪影響を及ぼすだけでなく、親子の会話や体験を共有する時間が減ってしまいます。

③ 散歩や外遊びなどでしっかり体を動かしましょう

子どもは走ったりボールなどで遊んだりすることで体の動かし方やバランスのとおり方を習得します。また、お友達と遊ぶ中で社会性や相手を思いやる心などが育ちます。

「スマホは悪影響だから使ったらダメ」ではなく、「どう使うか」が大切です。遠くに住む祖父母とテレビ電話で話すことも良いことだと思えます。安全で上手な使い方や習慣づくりを家族で一緒に確認してみましょう。

子育て世代包括支援センターOhanaは子育てに関する相談窓口です。気になることや心配なことがあればお気軽にご相談ください。