スマートフォン等に頼らない子育ての方法の一つとして、つくば中央研修センター長　清國祐二氏が、親子の関わりを深める「親子体幹遊び」を実演を交えて紹介しています。その中で、具体的な動きや声かけのポイントについても分りやすく伝えています。

香川大学医学部助教　鈴木裕美氏が、安定した親子関係の土台づくりのために子どもが求める３つのこと「愛してほしい」「見てほしい」「認めてほしい」を満たすための方法を紹介しています。また、子どもの自制心や積極性を育むための保護者の関わり方についてもアドバイスしています。

ゲーム障害（症）の特徴や子どもとスマートフォンの関わりについて、三光病院院長　海野順氏が、専門家の立場から保護者の疑問に答えるとともに、親子でスマートフォン等の使い方や使用のメリット・デメリットについて話し合うことの重要性について紹介しています。

動画教材内容

