

小・中学生のインターネット依存傾向

—親子関係からみるインターネット利用の現状—

藤 田 依 久 子

Internet Addiction Tendencies among Students of
Elementary and Junior High Schools :
Usage of the Internet and Parent-Child Relationships

Ikuko FUJITA

Keyword: the internet addiction, communication, Young Test,
Parent-child relationship

Abstract

The research is aimed at examining the usage of the internet among elementary and junior high school students and investigating the influence of the internet addiction on parent-child relationships. The research conducted the Internet Addiction Test developed by Young on 1,015 pairs of children from the fourth grade in elementary schools to the third grade in junior high schools with their parents to evaluate levels of the internet addiction. Simultaneously, original questions were developed and asked to evaluate the students' involvement of the internet at home. The result of the research reveals that nearly forty percent of the students show the internet addiction tendencies when focused on the individual test scores. Analyzing the average scores of

the students of each grade, tendencies of the internet addiction were identified only for those in the third grade of junior high schools. Nearly half of the students with higher levels of the internet addiction tendency are using the internet even during the meals at home, which implies decreased amount of communications in the family. Therefore, the research results suggest that the lesser amount of the communication in the family because of the internet usage is giving severe influence on the parent-child relationships.

I. は じ め に

近年、我々の生活の中でインターネットの隆盛は著しい。それに伴ったスマートフォンやタブレット端末の台頭により、パソコンに向かうことなく、インターネットを持ち運ぶことが可能となった。また、従来使用されていたガラパゴス携帯¹では、閲覧できないパソコンサイトが多く、専用サイトは簡易的なものが作成されていた。しかしスマートフォンではパソコンサイトも閲覧が可能となり、新たにスマートフォン専用サイトが作成されている。パソコンよりも身近なスマートフォンに、重点が置かれている傾向があるのではないだろうか。2014年は、パソコンの普及率が78.0%、スマートフォンの普及率は64.2%であったのに対して、2015年にはパソコンは76.8%と1.2%減少し、スマートフォンは72.0%と7.8%上昇しており、その差は13.8%から4.8%となっている（通信利用動向調査、2016）。このことから、パソコンでのインターネット利用に比べ、スマートフォンでのインターネット利用が身近なものとなっていることがみてとれる。

¹由来は、ガラパゴス諸島にあり、ガラパゴス諸島が、外部と隔離されて独自の進化を遂げてきたように、日本の携帯も独自に進化した機能があるため、その名前が付けられた。

小・中学生のインターネット依存傾向

格安スマホ²の登場など、我々にとってインターネットはより手軽に利用し、持ち運べるものとなった。そのためネットワークを介した多様なサービスへのアクセスは簡易化し、生活はより便利で豊かなものとなっている。つまり、四六時中、かつ、どこでもインターネットにアクセスすることが可能な環境となってきた。今後はさらに、インターネットの普及およびそのサービスの発展は加速していくものと考えられる。

Ⅱ. 問題の所在と目的

1. 問題の所在

インターネットの発展が加速していく中で、昨今、長時間の使用が健康に害するとして問題視されているのがインターネット依存である。パソコンが普及し始めた当初は、ガラパゴス携帯の普及は低く、インターネットは自宅やオフィスでの使用が多く、大人が依存するものといった認識がされていた。そのため、一時は注目されたインターネット依存も影を潜めた。しかし、スマートフォンが普及し、インターネットがより気軽に老若男女問わず使用できるようになった現在、使用者の低年齢化によって、インターネット依存は再度注目を集めている。神谷（2015）は、次のように述べている。「石川県は2010年に『いしかわ子ども総合条例』で保護者が小中学生に特別な場合を除き携帯電話を持たせないように努力義務を決めた。（中略）愛知県荻谷市では、児童生徒愛護会（学校、市役所、警察）とPTA連絡協議会の連名で2014年2月『携帯電話やスマートフォン等の安全な使用のお願い』を発表した。これは、主に『必要のない携帯電話やスマホを持たせない。携帯電話やスマホ等を契約する際には、親子で約束をしっかりと結び、必ずフィルタリングサービスを受ける（解除しない）。夜9時以降、お子さんから携帯電話やスマホ等を預かる。（保護者の目の届

²大手キャリアのスマートフォンと比べて、非常に安く使用できるスマートフォンを指す。その安さは、格安の料金で使用できるSIMカード（スマートフォンや携帯電話を使用して通信するために必要なカード）にあるとされている。

く場所に置く)』といった内容となっている。『このルールはありがたかった。』という生徒もいれば、『9時までならいいだろう。』とルールを逆手に取り熱中する生徒も現れ、捉え方次第という様相である。鳥取県米子市では2014年1月、『ケータイ・スマホ等に関する緊急アピール』を発表した。」このことから、青少年のインターネット依存の現状把握や対策は急務と思われる。

条例を作るなど、対策が取られているインターネット依存だが、未だに統一した定義がなく、国際的な統計もない。世界保健機関（WHO）は2018年1月、オンラインゲームやテレビゲームのやり過ぎにより日常生活が困難になる症状を新たな疾病として定義し、WHOの国際疾病分類に「Gaming disorder（ゲーム症・障害）」を加える見通しを明らかにした。2017年末の最終草案では、ゲーム症・障害を「持続または反復するゲーム行動」としている。また具体的な症状としては、ゲームをする衝動が止められない、ゲームを最優先する等が挙げられている。診断に必要な症状の継続期間は「最低12ヶ月」とされているが、幼少期は進行が早いとして、全ての症状にあてはまり、重症であれば、より短い期間でも依存症とみなす方針だという。ゲーム症・障害はゲーム依存と同じであり、インターネット依存に含まれるため、ゲーム症・障害の定義は、各国でのインターネット依存に関する診断や統計調査にも、今後役立てられていくものと思われる。鶴田ら（2014）は、インターネット依存について、「インターネットにばかり気が向いてしまったり、インターネットに自分の気持ちが左右されるなど精神的に依存してしまい、それによってインターネットを利用する時間を自分自身でコントロールできないほどインターネットに没頭し、それが極端に長い時間の利用に繋がり、心身の健康状態や日常生活に悪影響を及ぼす状態」と定義している。これらのことから、インターネット依存傾向のある人は通常の利用とは異なり、心身の健康や日常生活に悪影響を及ぼすような利用を、日常的に行なっていることが考えられる。インターネットが身近になり、インターネットがあることが当たり前となっ

た現在では、長時間のインターネット利用を軽視しがちな傾向にあるのではないだろうか。

2. 目的

インターネットの普及に伴い、ネットを介しての人間関係が形成され、現実社会での人間関係が希薄となっているという見解もある。現実社会と比較し、インターネットの中で形成される社会の方が生きやすいというものだ。溝部（2014）は、「ネット依存の人にとってリアルな、現実よりバーチャルの方が居心地が良くなるという。それまではリア充とってリアルの方を重視していたが、バーチャルの方が重要になってくるという状況に変わる。この状況になれば、リアルに戻る時にはリアルにログインというような言い方をする子がいるくらいで、バーチャルの世界中心の生活になっていく」と述べている。インターネットは現実とは違い、関係を作ることも、関係を断つことも簡単にできる。現実で友人と仲違いをしたときは、今後も会う可能性が十分にあり、相手との関係性もあって簡単に関係を断つことはできない。しかし、インターネットでのみ交流のある友人と仲違いをしたときは、相手と会うこともなく、ブロック機能などを用いて簡単に関係を断つことができる。現実とは違い、自らの選択でのみ関係を作り、肯定的に受け入れてくれる関係によって孤独感を満たし、インターネットに依存していくのだろうか。

松田（2005）は、その因果関係はむしろ逆である、と次のように述べている。「『ケータイ以前』は、いつ誰が自分を『思い起こしたか』は、察しようがなかったし、記録にも残らなかった。しかし、ケータイを頻繁に利用する人間関係の中では、『受信がなかった』ことは『たまたま』なのか、『意図的に』選ばれなかったのかわからない。いずれであっても『選ばれなかった』ことだけがはっきりと記録として残るため、孤独感に繋がる。ケータイを持つからこそ、孤独感を感じるのだ。」ここから考えると、インターネットに依存するのは現実社会での人間関係に固執しているからで

もあり、現実社会との「繋がり」を求めてインターネットを利用することが、結果としてインターネット依存を引き起こしているとも考えられる。

そこで若者のインターネット依存状況に目を向け、その現状を把握することや、最も身近な存在と考えられる家族との関係などに着目した。本稿では、インターネット依存が親子関係に与える影響に焦点を当て、そこから垣間見える小・中学生のインターネット利用の現状を把握することを目的として検討を行った。

Ⅲ. 調査内容

1. 調査概要

(1) 調査対象者

小学4, 5, 6年生と中学1, 2, 3年生, その保護者(ペアリング) 1,015ペア(男性475名, 女性524名, 小学4年生70名, 小学5年生57名, 小学6年生104名, 中学1年生205名, 中学2年生292名, 中学3年生274名, 父親100名, 母親882名, その他8名, 未回答25名)

(2) 調査地域

A県, B県, C県, D県, その他の都道府県の一部

(3) 調査時期

2014年9月～2015年1月

(4) 調査方法

ネット依存に関しては、キンバリー・ヤングの開発したヤングテストを使用した。ヤングテストは20項目の質問からなるテストであり、世界各国でインターネット依存の調査に多く採用されている。これに、独自に作成したインターネットの使用状況に関する質問項目を29項目追加し、合計49項目の質問からなるアンケートとした。また独自の質問項目では生徒と保護者で、質問を変更し作成した。生徒は生徒自身の、保護者は保護者から見た生徒のインターネット使用状況を調査するためである。質問を記載したアンケート用紙を作成し、学校内にて配布、自宅にて記入を依頼

し回答を得た。

2. 調査結果

今回用いたヤングテストでは、40点以上が「インターネット依存傾向あり」と診断される。生徒へのアンケートの結果、平均スコアは小学4年生が30.6点、小学5年生が30.0点、小学6年生が30.8点、中学1年生が37.0点、中学2年生が39.7点、中学3年生が40.0点となり、インターネット依存傾向は中学3年生のみにみられた (Figure 1)。またこの結果から、中学校に上がる前の小学6年生と上がった後の中学1年生とでは、平均スコアに約6点もの差があることがわかった。男女の平均スコアでは、男子全体で37.0点、女子全体で37.1点となった。このことから、男女での有意差は認められなかった (t検定)。そして小中学生を合わせた生徒全体の平均スコアは、37.9点であった。

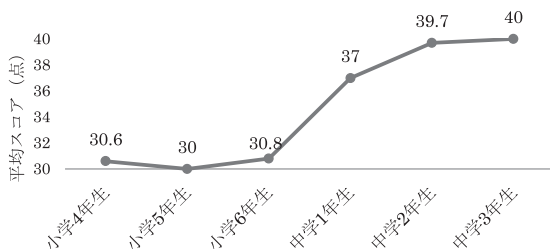


Figure 1 ヤングテスト平均スコア

また個人でのスコアに着目すると、インターネット依存傾向が低いとされる39点以下の生徒は590人、インターネット依存傾向ありとされる40点以上の生徒は397人となり、インターネット依存傾向のある生徒は全体の4割を占める結果となった (Figure 2)。

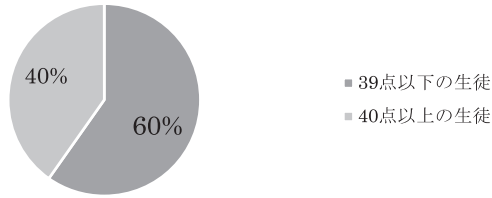


Figure 2 ヤングテスト個人スコア割合

インターネットの平日と休日の平均利用時間において、インターネット依存傾向の低い生徒は平日 1.1 時間と休日 2.0 時間であったのに対し、インターネット依存傾向ありの生徒は平日 2.8 時間と休日 4.3 時間であった (Figure 3)。平日では 1.7 時間、休日では 2.3 時間の差がみられた。また、子どものネット利用時間を見積もった保護者のアンケート結果は、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は平日 2.1 時間と休日 3.3 時間、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は平日 1.4 時間と休日 2.6 時間となった。インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は傾向の低い生徒の保護者に比べ、子どものインターネット利用時間を実際よりも過少に見積もっていることがわかった。

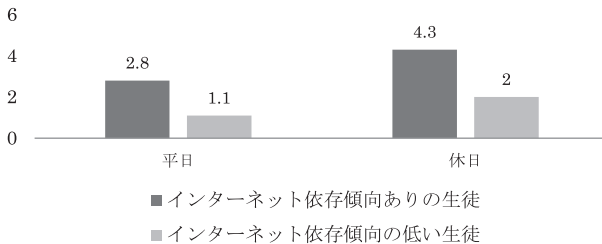


Figure 3 インターネット平均利用時間

小・中学生のインターネット依存傾向

保護者のアンケート結果から、フィルタリング機能³に関してインターネット依存傾向ありの生徒の保護者は51%使用し、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は49%使用していることがわかった。それに関連したインターネットの利用時間に関する質問では、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は37%が制限を設けており、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は39%が制限を設けていた。

家庭内でのインターネット利用について、勉強や習い事に影響があると感じているのはインターネット依存傾向ありの生徒の保護者が52%、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は32%であった (Figure 4)。

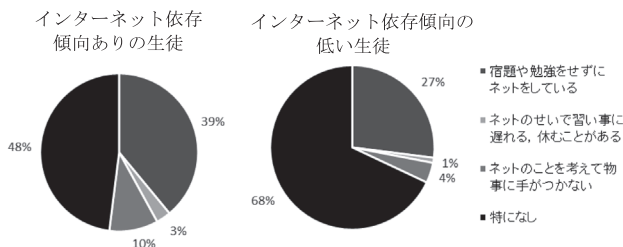


Figure 4 勉強や習い事への影響

また、子供が親に隠れてインターネットを使っているのを見かけたことがあると回答したのは、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は34%、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は22%となった (Figure 5)。

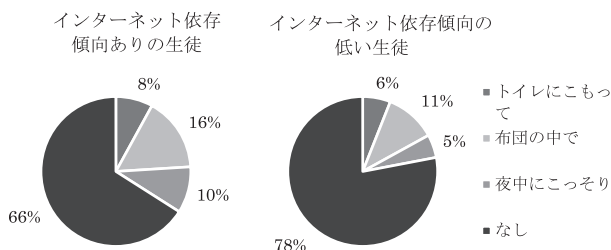


Figure 5 隠れてのネット使用

³パソコンや携帯電話などのインターネットに接続可能な機器において、サイトの閲覧や使用できる時間帯を制限するサービスを指す。

家族が多く揃うと思われる食事中のインターネット利用は、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は45%、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は30%あると回答した（Figure 6）。

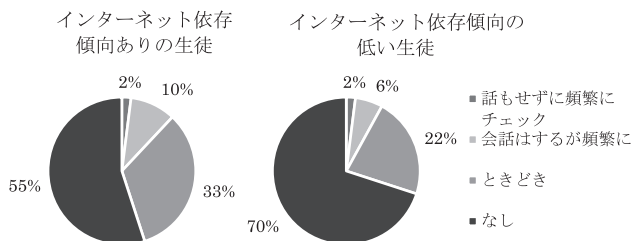


Figure 6 食事中のネット利用

重要な認識である子どものインターネット依存に関しては、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は38%、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は61%がないと回答しており、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は約4割が認識していないという結果になった（Figure 7）。

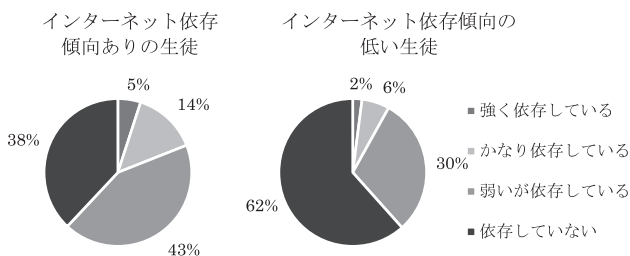


Figure 7 子どもの依存傾向の認識

それに関連して、子どものインターネット利用による夜更かしの認識は、インターネット依存傾向ありの保護者は49%、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は27%と22%もの差がみられた（Figure 8）。

小・中学生のインターネット依存傾向

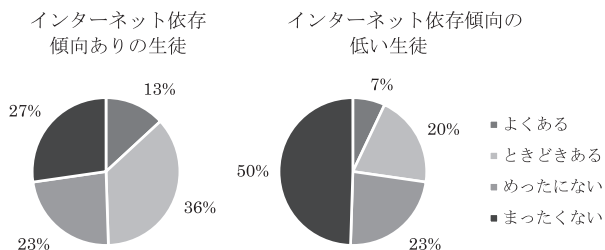


Figure 8 ネット利用での夜更かし

インターネット利用に関して、インターネット依存傾向の有無にかかわらず最も利用の多いアプリケーションを聞いたところ、LINEが343人、Twitterが57人、ゲームが335人、YouTubeが360人であった（Figure 9）。

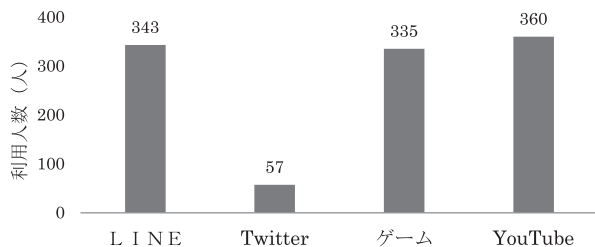


Figure 9 最も利用するアプリ

IV. 考 察

本稿では、インターネット依存が家族関係に与える影響に焦点を当て、そこから垣間見える小・中学生のインターネット利用の現状を把握し考察した。

本調査では、ヤングテストの診断基準に沿って、40点以上でインターネット依存傾向あり、39点以下はインターネット依存傾向が低いと示した。その結果、多くの生徒にインターネット依存傾向があることがわかった。インターネット依存傾向は、個人スコアに着目すると約4割の生徒に

みられた。学年別の平均スコアでは、中学3年生にのみインターネット依存傾向がみられた。このことから、平均スコアはインターネット依存傾向がなくとも、各学年にはインターネット依存傾向ありの生徒が存在することがわかった。インターネット依存傾向にばらつきがあることが、インターネット依存傾向のある生徒数と各学年の平均スコアとの関係に影響を及ぼしていると考えられる。また、平均スコアは40点に達さずとも、小学生と中学生とでは、中学校入学前と後で約6点もの差がみられ、周囲の環境に影響を受けるものと思われた。近年、両親の共働きが増えており、子どもの身の安全を守るためにスマートフォンを持たせる家庭が多くある。以前はキッズ携帯といって、電話やメールを始め、インターネットの使用に制限が設けられたものを持たせていた。しかし今では、大人と同様の機能を備えたスマートフォンを所持させることが多い。そのため、フィルタリング機能を用いて制限を設けている保護者は少なくはない。しかしながら子どもたちが多く利用するとされた、SNS (social networking service) に制限を設ける保護者は少ない。子どもたちはゲームなどのアプリケーションはもちろん、周囲と繋がる等のツールとしてインターネットを利用する傾向にあり、そのため対応がしきれていない現状にあるのではないだろうか。

インターネットの平均利用時間に関して、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は実際の使用時間より少し多く見積もっていたのに対し、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は、実際の利用時間よりも過少に見積もっていた。生徒の実際の使用時間は、インターネット依存傾向ありの生徒と低い生徒とで、平日、休日ともに約2時間の差がみられた。インターネット依存傾向ありの生徒は、時間があればスマートフォンの電源を入れ、連絡の有無などを確認しており、その時間間隔が短く、常にスマートフォンをみているという感覚があり、このような差が生まれたのではないかと考えられる。生徒の実際のインターネット利用時間と、保護者からみた見積もりで差があったことは、子どもが隠れてインターネットを

小・中学生のインターネット依存傾向

利用していることに気づいていても、それがどの程度の時間なのか、はっきりと把握しきれていないからではないだろうか。インターネット依存傾向ありの生徒は、約半数が食事中にインターネットを使用しており、学校以外の時間は基本的にインターネットを使っているとも思われる。そのため、インターネット依存傾向ありの生徒の半数以上が、勉強や習い事に影響をきたしているのではないだろうか。それに加えて、インターネット利用による夜更かしがインターネット依存傾向の低い生徒は5割であるのに対し、インターネット依存傾向ありの生徒は約7割もあった。このことが、日常生活のリズムを乱し、生活習慣に大きく影響を及ぼしていると考えられる。

子どものインターネット依存に影響を及ぼすと考えられる保護者の、子どものインターネット依存傾向の認識に関してはインターネット依存傾向ありの生徒の保護者は約6割が依存していると認識しており、約4割は依存していないと認識していた。子どものインターネット利用時間を過少に見積もっていたことから、子どものインターネット依存に対して、気にはしていてもそこまでの危機感を持つまでには至っておらず、インターネット依存に対しての認識を現在よりも深め、その危険性をさらに知っていく必要があるのではないだろうか。正確な知識と正確な認識を持つことが、子どものインターネット依存に少なからず影響を与えていくものと思われる。

V. お わ り に

今回の調査から、多くの子どもたちがインターネット依存傾向にあることがわかった。調査結果において、インターネット依存傾向のある生徒は1日3～4時間インターネットを利用していた。この部分に注視すると、多くの人は1日に3～4時間なら誰でも利用していると、危機感を抱かないだろう。ここで考えたいのは、子どもたちの生活時間だ。下校時刻は大体だが公立の小学校は15時30分、公立の中学校では16時30分ほどだと

する。就寝時間を小学生は21時、中学生は23時とし、帰宅に30分ほどかかると仮定する。そうすると自由時間は、小学生は5時間、中学生は6時間となる。そのわずかな自由時間の中で、約半分をインターネット利用に費やしていることになる。つまり、習い事や部活動、食事や入浴を考えると自由時間の半分以上をインターネット利用にあてていると推測される。インターネットが普及し始めた頃、まだ子どもたちは学校で約束をしたり家に誘いに行くなどして、直接友人を誘い遊んでいた。それが今では、SNSなどで友人を誘い、同じ空間か別々の空間でネットを介した通信対戦などで遊ぶことも多くなった。ネットゲームは友人関係という身近な場所だけでなく、国際サッカー連盟(FIFA)主催の世界大会が開かれたり、五輪への採用が検討される等、そのコミュニティは国境を越えて広く普及している。インターネットを介してのコミュニケーションが主流になりつつある。現代の友人関係のありかたも、インターネット依存に影響があるのではないだろうか。

また友人関係だけではなく、子どものインターネット依存傾向の有無と、家族関係とは大きく影響し合っていると考えられる。家族は友人よりも長期間、子どもと共に過ごす時間が多い。子どものインターネット依存傾向に対して、保護者がどの程度正確に把握しているのか、家族が多く揃うと考えられる食事にはどの程度コミュニケーションがとられているのか。インターネット利用時間では、インターネット依存傾向ありの生徒の保護者は実際よりも過少に見積もっており、食事中のコミュニケーションも半数ほどがインターネットを使用している状況にあった。一方で、インターネット依存傾向の低い生徒の保護者は、インターネット利用時間は実際より少し多めに見積もり、食事中のコミュニケーションも約7割がインターネットを利用していないという結果である。そのため、インターネット依存傾向ありの生徒は、家族間でのコミュニケーションが比較的低いことが考えられる。家族間でのコミュニケーションの有無が、子どものインターネット依存傾向に影響を与えているのではないだろうか。それに加え、保

小・中学生のインターネット依存傾向

保護者のインターネット依存に対する認識に関しても、言葉は知っていてもあまり危機感を抱いておらず、その意味や危険性が浸透していないように思う。インターネット依存とは何であるのか、インターネット依存の状態や危険性について、知ることのできる機会を増やしていく必要があるのではないだろうか。保護者が子どもの現状を知るために、フィルタリング機能だけを用いるのではなく、データ使用量に注視する等、保護者の認識が正しいものとなることで、より現状を把握できるのではないだろうか。

今後は、さらに家族間でのコミュニケーションの頻度によって、ネット依存傾向に違いがあるのか、また保護者との関係性が子どものインターネット依存とどのように関係しているのかについて、稿を改めて比較検討を試みたい。

謝 辞

本稿における調査では、(一社)ネット依存から子どもを守る会の皆様をはじめ、裴英洙氏、内藤祥氏、横須賀浩二氏、また参加いただいた被験者の皆様に多大なるご協力をいただきました。ここに心からの感謝の意を表します。

引 用 文 献

1. 神谷良夫. (2015) 小中学生におけるデジタルメディア・コントロールの必要性. 愛知学泉大学・短期大学紀要, 50: 41-47. pp. 46-47
2. 鶴田利郎, 野嶋栄一郎. (2015) インターネット依存の改善とインターネット環境への適応を促す単元開発の試み. 日本教育工学会研究報告集, 15(5): 123-126. P.124
3. 溝部宏二. (2014) 不登校・ひきこもり・インターネット依存に家族が出来ること. 追手門学院大学地域支援心理研究センター紀要, 11:30-48. P.37
4. 松田美佐. (2005) 若者の友人関係とケータイ. 母性衛生, 46(1): 13-15. P.15

参 考 文 献

1. 神戸義人, 横田春樹, 山本侑子, 沼田美和, 大沢愛美, 成澤勉, 横須賀浩二, 内藤祥, 裴英洙. (2016) 健診受診者におけるインターネット依存の現状. 総合健診, 43(5): 576-583.
2. 小坂守孝. (2016) 大学生における「過度のインターネット利用」の測定に関する一考察. 北翔大学教育文化学部研究紀要, 1: 55-63.
3. 中山秀紀. (2015) 若者のインターネット依存. 心身医学, 55(12): 1343-1352.
4. 中山秀紀. (2016) メディア・ネット依存. 外来小児科, 19(3): 352-356.
5. 小野淳. (2016) 携帯電話の利用とインターネット依存傾向や友人関係との関連. 千里金蘭大学紀要, 13: 1-5.
6. 総務省. (2016) 通信利用動向調査.
7. 王霞, 和田正人. (2014) 中国と日本の大学生のインターネット依存傾向. 東京学芸大学紀要, 65(2): 437-458.
8. 山脇彩, 小倉正義, 濱田祥子, 本城秀次, 金子一史. (2012) 女子中学生におけるインターネット利用の現状とインターネット依存とメンタルヘルス上の問題との関連. 心理発達科学, 59: 53-60.