



Tokyo Gakugei University Repository

東京学芸大学リポジトリ

<http://ir.u-gakugei.ac.jp/>

Title	インターネット使用実態の調査と検討( fulltext )
Author(s)	田岡,朋子; 塚越,潤; 松尾,直博; 朝倉,隆司
Citation	東京学芸大学附属学校研究紀要, 47: 19-26
Issue Date	2020-07
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2309/159370">http://hdl.handle.net/2309/159370</a>
Publisher	東京学芸大学附属学校研究会
Rights	

# インターネット使用実態の調査と検討

東京学芸大学附属竹早小学校 田 岡 朋 子  
東京学芸大学附属竹早中学校 塚 越 潤  
東京学芸大学教育心理講座 松 尾 直 博  
東京学芸大学養護教育講座 朝 倉 隆 司

## 目 次

1. はじめに .....	20
2. 目的 .....	20
3. 方法 .....	20
4. 結果 .....	21
5. 考察 .....	24
6. 今後の課題 .....	26
参考文献 .....	26

# インターネット使用実態の調査と検討

東京学芸大学附属竹早小学校	田 岡 朋 子
東京学芸大学附属竹早中学校	塚 越 潤
東京学芸大学教育心理講座	松 尾 直 博
東京学芸大学養護教育講座	朝 倉 隆 司

## 1. はじめに

厚生労働省が2018年8月に実施した中高生のインターネット依存に関する調査では、推定で93万人が依存の疑いがあるという結果が出た。オンラインゲームや会員制交流サイト（SNS）の普及が原因と見られている。これらへの依存と、学校欠席、睡眠障害などとの関連も指摘されており、香川県では、未成年のゲーム時間を規制する県条例案が審議されている。また、2019年5月には世界保健機関（WHO）が生活に支障を来すほどオンラインゲームなどに没頭する「ゲーム障害」を国際疾病分類に加えた。

本校でも、保健室での児童生徒の話題や保護者からの相談はインターネットやオンラインゲームに関するものが増加しており、不登校、DV など家庭内の問題、いじめ等との関連が疑われるものもある。広域からの通学や習い事の多さなど、国立大学附属学校に通う児童生徒の健康課題と、インターネットやオンラインゲームはどのように関わってくるのだろうか。まずその実態を調査し、子供の健やかな学校生活を保障するための策を構築したい。

## 2. 目的

- (1) 竹早地区の児童生徒のオンラインゲームやインターネットの使用状況を把握すること
- (2) 上記（1）と児童生徒の心身へのストレス、学校生活、家庭環境、人間関係等との関連を検討すること

## 3. 方法

### (1) 研究対象

附属竹早小学校（3年生70名 4年生69名 5年生64名 6年生68名）271名

附属竹早中学校（1年生143名 2年生138名 3年生154名）435名

計706名

### (2) 調査方法

自記式質問紙および抽出型インタビュー調査

### (3) 調査項目と評価方法

#### 1) 基礎項目

オンラインゲームやインターネット（以下、「ゲーム・ネット」）に関する基礎的な質問項目として、「使用の有無」「使用時間」「使用場所」「家庭内で定めている使用上のルールの有無」等の項目を用いた。

#### 2) ストレスに関する項目

ストレス実態については、文部科学省の「子どもの心のケアのために ―災害や事件・事故発生時を中心に―」で扱っているストレスチェック表を参考に、以前火災事故時に採用した項目を加えた内容とした。

(4) 倫理的配慮

調査にあたり、対象児童生徒に対して趣旨を説明し、同意を得た。自記式質問紙は抽出インタビューを行うため記名調査となるが、分析においては集団として統計解析を行い、論文で個人名を記載することはない。この手続きにより個人が特定されないようにした。

本研究は、東京学芸大学研究倫理委員会の承認を得た。

(5) 分析方法

自記式質問紙の1) ゲーム・ネット使用に関する基礎的な項目15項目(中学校は16項目)、2) 自分に関する5項目、3) ストレスに関する項目10項目(中学校は20項目)について、分析を行った。分析ソフトは「R version 3.3.3 (2017-03-06)」を使用した。

年 級 性別: 男 女

### 情報機器使用状況調査

これは、スマートフォンやパソコン、タブレットなど情報機器の使用状況についての調査です。中学生の皆さんの情報機器の使用頻度と、使用目的の答えをお願いします。これによって使用の傾向を明らかにしたりするために使われますので、正確に、真実に答えてください。

あてはまるものに○をつけてください。

1 使用している機器はどれですか? (複数回答可)  
 パソコン・スマホ・タブレット・モバイルゲーム機・テレビゲーム機・使わない  
 「使わない」と答えた人は、質問の8の質問に答えてください。

2 使用している機器の主な利用目的は何ですか? (複数回答可)  
 動画を観る ゲームをする 調べ物をする 本やマンガを読む  
 音楽を聴く SNSに投稿する LINE インスタグラム Twitter TRTok など  
 動画の投稿 (YouTube niconico など) メール その他 ( )

3-1 平日は、何時間程度使用しますか?  
 使わない 1時間以内 1~2時間 2~3時間 3時間以上  
 日によって違う

3-2 休日は、何時間程度使用しますか?  
 使わない 1時間以内 1~2時間 2~3時間 3時間以上  
 日によって違う

4-1 平日は、どの時間帯に使用しますか? (複数回答可)  
 使わない 朝起きてすぐ 移動中 帰宅時 寝る前 深夜

4-2 休日は、どの時間帯に使用しますか? (複数回答可)  
 使わない 朝起きてすぐ 午前 午後 寝る前 深夜 1日中

5 機器を使う場所はどこですか?  
 リビング 自分の部屋 教室 思い事・部 公園 パソコンや電卓の中  
 児童館・図書館等の公共施設 その他 ( )

6-1 ネットやゲームについて、どのルールや約束がありますか?  
 はい あり  
 「ない」と答えた人は、7の質問に答えてください。

6-2 「ある」と答えた人に聞きます。以下のルールはありますか?  
 ・1日の利用時間が決まっている はい あり  
 ・利用できるサイトが決まっている はい あり  
 ・食事やイヤレで使わない はい あり  
 ・フィルタリング機能を利用する はい あり  
 ・保管場所が決まっている はい あり  
 ・検索をしない はい あり  
 ・パスワードをかける はい あり  
 その他別のルールが決められていますか? ( )

7 あなたについて教えてください  
 ・あなたは、ネットやゲームが嫌いと思いませんか? はい いいえ  
 ・友達が多いほうですか? はい いいえ  
 ・カッコイイほうですか? はい いいえ  
 ・まだで責任感がありますか? はい いいえ  
 ・一週間、スマホを触らないと不安になりますか? はい いいえ ー真面目へ

図1 竹早中学校 自記式質問紙

年 級 性別: 男 女

### ネット・ゲーム調査

この調査は、インターネットやゲームについて、お答えします。みなさんが、家でや職場で生活をするために必要に感じていると思います。思い通り、思い通りはありません。思ったとおりに書いてください。

あてはまるものに○をつけてください。

1 使用している機器はどれですか? (複数回答可)  
 パソコン・スマホ・タブレット・ゲーム機・テレビゲーム機・使わない  
 「使わない」と答えた人は、質問の8の質問に答えてください。

2 使用している電子機器は、なんのために使っています?  
 動画を観る ゲームをする 調べ物をする 本やマンガを読む  
 音楽を聴く SNSへの投稿 (LINE インスタグラム ツイッターなど)  
 動画の投稿 (YouTube など) メール その他 ( )

3-1 平日は、何時間くらい使っていますか? (複数回答可)  
 使わない 1時間以内 1時間から2時間 2時間から3時間  
 3時間以上

3-2 休日は、何時間くらい使っていますか? (複数回答可)  
 使わない 1時間以内 1時間から2時間 2時間から3時間  
 3時間以上

4-1 平日は、いつの時間帯に使っていますか? (複数回答可)  
 使わない 朝起きてすぐ 通学中 帰宅後 寝る前 深夜

4-2 休日はいつの時間帯に使っていますか? (複数回答可)  
 使わない 朝起きてすぐ 午前 午後 寝る前 深夜 1日中

5 使っている場所はどこですか?  
 リビング 自分の部屋 教室 思い事・部 通学 公園  
 児童館・図書館等の公共施設 その他 ( )

6-1 インターネットやゲームについてのおうちで約束しているルールがありますか?  
 はい あり  
 「ない」と答えた人は7へ

6-2 「ある」と答えた人に聞きます。このようルールはありますか?  
 ・1日の利用時間が決まっている はい あり  
 ・料金(お金をつかう)をしない はい あり  
 ・食事やイヤレでは、使わない はい あり  
 ・フィルタリング機能を利用する はい あり  
 ・保管場所が決まっている はい あり  
 ・出会い系サイトや迷惑なサイトを利用しない はい あり  
 ・その他 ( )

7 あなたについて聞きます  
 ・あなたは、ネットやゲームが嫌いと思いませんか? はい いいえ  
 ・友達(学校や思い事や小さい頃からの友達)が多いほうですか? はい いいえ  
 ・カッコイイほうですか? はい いいえ  
 ・まじめで責任感がありますか? はい いいえ  
 ・一週間、スマホを触らないと不安になりますか? はい いいえ

図2 竹早小学校 自記式質問紙

4. 結果

(1) 単純集計

小学校では、ゲーム・ネットの使用経験は、87%であり、中学校では97%であった。使用している電子機器については、小学生では、ゲーム機やタブレットの使用が6割を超えるのに対して、中学生では、スマートフォン(以下スマホ)の使用がほぼ8割であった。携帯電話、スマホ、タブレット、ノートPCなど自分専用の電子機器を所有した時期やきっかけについては、自記式調査紙では項目に含まれていなかったため、追加調査として、インタビュー調査を行った。その結果を以下に抜粋する。

表1 小学生：自分専用の電子機器を持ったきっかけ

3年生の時。塾に一人で行くからお母さんとの連絡用に持つことになった。(小5)
6年の夏休みくらい。今まではお母さんも一緒に友達と遊んでいたけど、友達同士だけで出かけたり、遊ぶようになったから。(小6)

表2 中学生：自分専用の電子機器を持ったきっかけ

中学校合格のお祝いにPCを買ってもらった(中1)
お父さんのお古をもらった(中2)

使用時間・使用時間帯については、平日と休日で異なり、平日は小学校・中学校ともに使用時間は「2時間以内」で「帰宅後に使用する」との回答が7割を超えた。休日では、学年が上がるにつれ、2時間以上が増える傾向が見られた。中学校では「日によって違う」の回答も多く見られた。

使用場所については、「自宅のリビング」が小学生、中学生ともに8割を占めたが、学年が上がるにつれ、自分の部屋や寝室または塾や習い事などでの使用も多くなっていた。

家庭での使用上のルールの有無については、小学生は8割、中学生では学年が上がるにつれ、ルールが無いと回答した割合が増え、中学3年生では、5割の生徒が「無い」と回答した。ルールの具体的な内容としては、「使用時間」「課金をしない」と8割の児童生徒が回答した。自記式質問紙では得られなかった「ルールについて困ったこと」や「課金について」は、追加調査としてインタビュー調査を行った。その結果は以下の通りである。

表3 小学生：ルールについて困っていること

朝ならゲームをやっていいって言われたので、朝4時に起きてやっていたら、怒られた上に、計算スキルをやってからじゃないとダメと言われた。(小5)
モンスターで課金を勝手にしたら、サファリも禁止になった(小5)

表4 中学生：ルールについて困っていること

結局守れない自分のがっかりするし、結局叱られる(中1)
親が現状をわかっていなさすぎる(中2)

表5 小学生：ゲームやネットで課金したくなる理由

モンスターとかのガチャがしたくて、10回やるのに1万円かかって、3万ぐらい使って、親に怒られた。今週限定とか言われるとついやりたくなるけど、良いものが当たらないことがわかってきたから、もうやらない。(小5)
装備とかレアなアイテムが欲しいから(小6)

表6 中学生：ゲームやネットで課金したくなる理由

とにかく期間限定のレアキャラ、レアアイテムが欲しい。ガチャで出ないとついムキになっちゃう。大人は出るまで回すとかフツーだし。(中2)
上位ランカーにあこがれて(中1)

自分に関する項目については、「ネットやゲームがないと困る」と回答した児童生徒は、小学5年生から増える傾向にあるのに対して、「一定時間スマホにふれないと不安」については、小学生、中学生ともに低い傾向が見られた。この実態から、使用時間やルールの有無などとの関連について分析を行った。

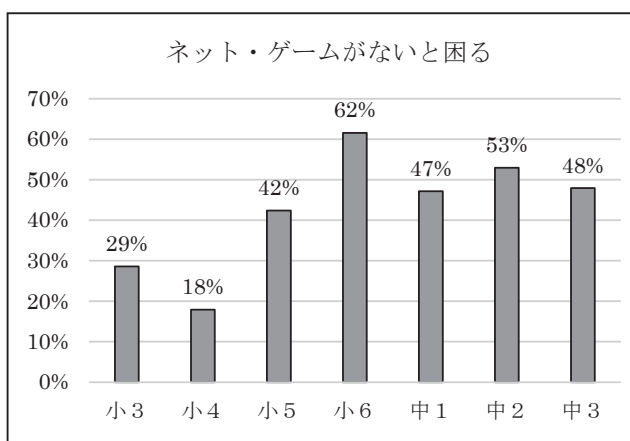


図3 単純集計「ネット・ゲームがないと困る」

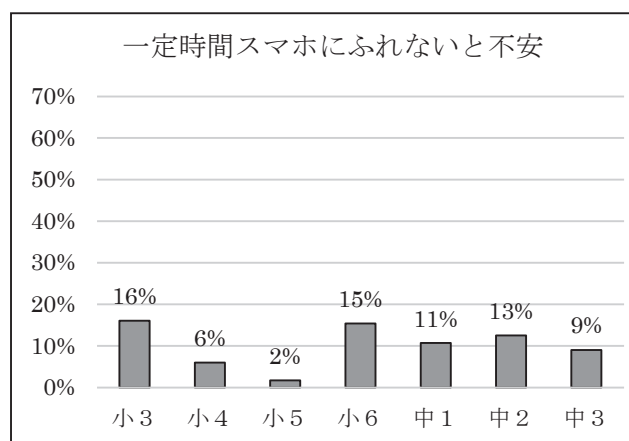


図4 単純集計「一定時間スマホにふれないと不安」

## (2) 使用時間と自分に関する項目との関係

自記式質問紙でのゲーム・ネットに関する項目15項目（中学校は16項目）中「休日の使用時間」について「使用しない」「2時間以内」「2時間以上」の3つのグループと、自分に関する項目「ゲームやネットがないと困る」「友達が多い」「カッコとなりやすい」「真面目」「スマホがないと困る」の結果の関連をクロス集計し、フィッシャーの直接確率法で検定した。また、その結果の残渣分析を行った。その結果、小学生では「使用時間2時間以内」「2時間以上」と「ゲームやネットがないと困る」、中学生では「使用時間2時間以内」「2時間以上」と「スマホがないと不安」の2項目で、有意な差がみられた。詳細については以下のとおりである。

表7 休日の使用時間と困り感の有無のクロス集計（小学生）

	困らない	困る	無回答
使用しない	70%	26%	4%
2時間以内	63%	32%	6%
2時間以上	28%	63%	9%
無回答	33%	33%	33%

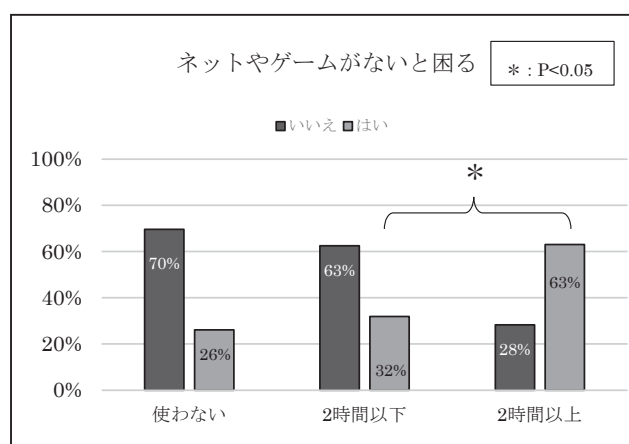


図5 休日の情報機器の使用時間と困り感の有無のクロス集計（小学生）

表8 休日の使用時間と一定時間スマホにふれていないと不安（小学生）

	不安ではない	不安	無回答
使用しない	91%	4%	4%
2時間以内	88%	6%	7%
2時間以上	72%	28%	0%
無回答	61%	6%	33%

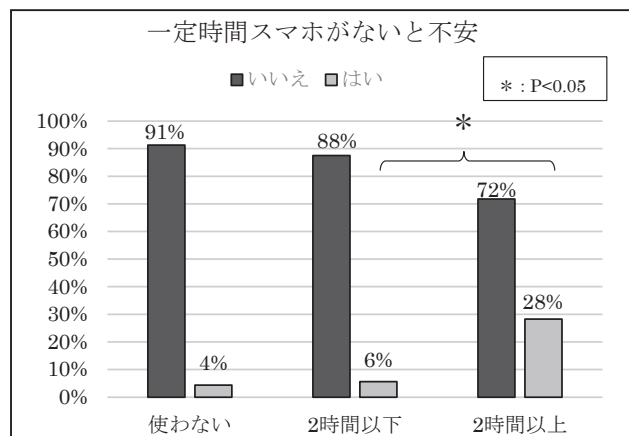


図6 休日の使用時間と不安感の有無のクロス（小学生）

表9 休日の情報機器の使用時間と一定時間スマホにふれていないと不安（中学生）

	不安ではない	不安	無回答
使用しない	100%	0%	100%
2時間以内	85%	4%	85%
2時間以上	71%	19%	71%
日による	84%	8%	84%
無回答	50%	0%	50%

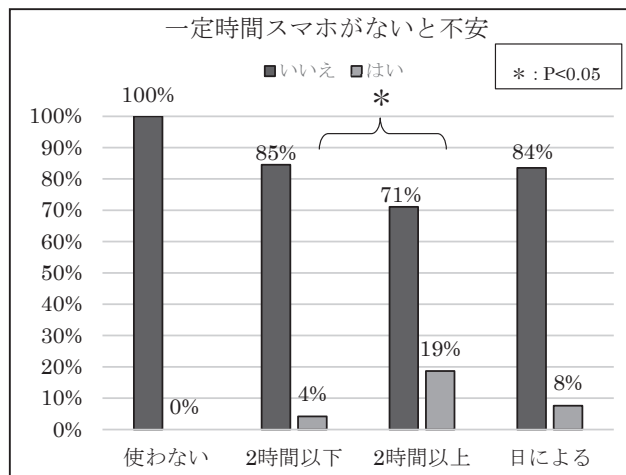


図7 休日の使用時間と不安感の有無のクロス（中学生）

### (3) ルールの有無と自分に関する項目との関係

ネット・ゲームに関する15項目（中学校は16項目）のうち、ルールに関する8項目（中学校は9項目）について、「ない」「ある」の2つのグループと、自分に関する項目をクロス集計し、フィッシャーの直接確率法で検定した。また、その結果の残差分析を行った。その結果、ルールの有無と自分に関する項目で、小学生、中学生ともに平均値について有意な差は見られなかった。

### (4) クロス集計の結果に関するインタビュー調査

クロス集計の結果から、「ゲームやインターネットがないと困る」「スマホがないと不安」に対して「はい」「いいえ」と回答した児童生徒から抽出して数名にインタビューを行った。その結果、「はい」と回答した具体的な理由、「いいえ」と回答した具体的な理由は以下のように語られた。

表10 小学生：ゲームやネットがないと困るのにスマホがなくても不安にならない理由

ゲームやネットをやるのは、放課後友達と遊べないから、オンラインゲームだとボイスチャットで会話もできるし、学校の仲間としかやらないから、誰もいなければ、ゲームもやらない。知らない人とはやらない。(小6)
塾や英会話（習い事）の友達と話をするのに使っている。スマホは、お母さんに連絡するためだから、なくても不安じゃない。(小5)

表11 中学生：スマホがないと不安になる理由

友達の会話が気になる。(中2)
乗り換えとか調べ物ができないから (中3)

表12 中学生：スマホがなくても不安にならない理由

部活とか習い事とか他にやることがあって忙しい (中2)
持っていてもどうせ使わないから (中3)

## 5. 考察

今回の質問紙調査では、「使用時間」「家庭でのルール有無」が子どもたちの心の変化に影響があるかに焦点を当てた。しかし、使用時間の多少に関わらず、「カッとなりやすい」「ぼーっとする」等の心理的ストレス反応に

関する項目との有意差は見られなかった。また、小学校においては、ルールの有無について8割以上の家庭がルールが存在することがわかったが、そのルールの拘束力やルールの中身については、家庭によってばらつきがあり、実際に子どもたちにインタビューしてみると、具体的な家庭での約束が見えてきたり、高学年では、理不尽なルールやルールの抜け道などが語られた。

また「ネットやゲームがないと困る」との回答が小中ともに5割以上であったのに対して、「スマホ等がないと不安」と答えた子どもたちは2割以下であった。小学生は、自分専用のスマホ等の所有率がまだ低いことやゲーム機の使用が多いこと、保護者所有のスマホでのSNS（LINE等）の使用にとどまっていることも要因と考えられる。また、自分専用のスマホを持っている子どもに聞くと、「兄や姉のお古」「塾や習い事で夜一人で出歩くため」「友達だけで遊びに行くため連絡手段として」所持するようになったとのことだった。

国立附属学校の特色として一般の公立校よりも広域から登校していることから、「放課後や休日の友だちとの連絡ツールがネットやゲームになってしまう」との声もあった。

小学校では、ネットやゲームの中での不特定の人物とのつながりを欲しているのではなく、学校の友だち、塾や習いごとの友だちとのコミュニケーションのためのツールとしてネットやゲームを利用していることもわかってきた。この子どもたちに聞くと、知らない人と繋がりたいとは思わない、知ってる友だちがゲーム内にいなければゲームはやらない、学校では、友だちと面白いことで遊べる。（「ハンドベースとか他にもいっぱいある。」）等の考えを持っていることがわかった。ゲーム・ネットの時間やルールの有無と、「友達の多さ」「真面目さ」などに関連が見られなかったのは、実際に子どもたちが顔を合わせている学校での生活がネットやゲームを上回る楽しさを持っているからではないかと考えられる。

中学校では、ゲームの射幸性や常習性、反復性などにより長時間没頭したり、ゲームをするために嘘をついたり、保護者の目を盗んで夜中にゲームをしたりといったケースがある。彼らは、「自分でも止められない」「気づくとゲームをしている」等、コントロールできていないことを自覚している。保護者からは「ゲームをする時間を勉強に使ってほしい」という希望が多く聞かれるが、「ゲームをしないこと」と「勉強すること」は全く別のことということをまず理解してもらうことが必要である。一方で、心身の不調が原因で休みがちな生徒からは「ゲームがやりたいわけではない。特にやることがないからゲームをしている。」という言葉が聞かれることも少なくない。実際、彼らからは「ゲームが楽しい」という感想は語られず、活動するだけの気力や体力はないけれど眠れないといった中途半端な状態で漫然とゲームをしている様子が伺える。オンラインゲームの世界の中で虚構の自分を作りたいと考える生徒も中にはいるが、往々にして現実と似た失敗をしたり、うまくいかずに次々とアカウントを変えたりといった経験をする場合も少なくない。多くの場合、小学校と同様に、学校では顔を合わせてしていることを、同じようにSNSでやりとりしたり、人前で話にくいことをネットを通じて相談したり、排他的なグループを作ったりと、学校では時間が足りなくてできないことをネット上でしている様子がある。

子どもたちはもっと、生活を楽しまたいのではないかと、という視点が今回の調査から出てきた。

「ネットやゲームしかない」のではなく「世界に楽しいことはいっぱいある」と知ること、その中から自分が楽しいと感じることを選択できるような環境を、家庭、学校ともに作っていくことで、狭い世界に子どもとゲームだけが存在することのないよう大人が配慮することが依存を予防していくことにつながるのではないだろうか。

今回、ルールに関する項目については、小学校・中学校ともに、年齢が上がるにつれて、ルールが無い傾向が見られた。インタビューでは、「ルールを決めても実際には守っていない。」などの意見もあった。保護者もまたゲーム・ネットに関心を持ち、子どもたちはどんなことを楽しいと感じているのか、どんなことに困るのかなどを本質的に捉える必要がある。そのうえで、子どもの発達段階に合わせて、根拠を示し、ルールの内容を子どもと保護者が話し合って作り、双方の合意の上でルールを守れるよう努力することが求められる。



## 6. 今後の課題

インタビュー調査から見えた、具体的な質問項目「自分専用のスマホの所有時期と理由」「守れるルール」「守れないルール」「わかってはいるが、ついやってしまうこと」などの項目の再検討と、保護者が感じているネットやゲームへの実態への調査を行い、ネットやゲームなどが原因となる家庭内トラブルや生活指導上のトラブルの予防や具体的な対策を考えたい。生まれたときからインターネットのある世界に育つ現代の子どもは、それに振り回されることなく利用し楽しく選択的に生きていける力を育てる必要がある。インタビュー調査から見てきた、子供のための多様なコミュニケーションツールの提供や、子供が心から楽しいと思えるような遊びや学びの場と時間の保障、多様性を理解する力、自分に必要なものを選択する力などを育成することが、これからの学校に求められているのではないだろうか。

## 参考文献

- 1) 文部科学省 「子どもの心のケアのために一災害や事件・事故発生時を中心に」 2010/07
- 2) 清川輝基 編著 古野陽一 山田真理子 著 「ネットに奪われる子どもたち」少年写真新聞社2014/5/27
- 3) 清川輝基 内海裕美 著 「スマホ社会の落とし穴」少年写真新聞社 2018/10/28
- 4) 樋口進 監修 「心と体を蝕む「ネット依存」から子どもたちをどう守るのか」ミネルヴァ書房2017/11/30
- 5) 雑誌「医学のあゆみ 特集 ゲーム依存」271巻6号 2019/11/8
- 6) 小幡和輝 「ゲームは人生の役に立つ。」エッセンシャル出版社 2019/5/22