

プレスリリース用 簡易報告書について

伊藤科研PT大規模調査学習会
2024年2月11日（土）

THInet共同代表 伊藤賢一（群馬大学）

報告の流れ

第1章 単純集計のポイント

第1節 児童生徒のネット利用状況

第2節 健康状態（自覚症状）

第3節 ネット依存度（Kスケール）

第2章 調査結果から見える長時間利用の影響

第1節 長時間利用と健康状態

第2節 ネット依存度と健康状態

第3章 学習目的のネット利用でも健康に影響

第1節 学習のためのネット利用

第2節 健康状態を説明するもの

まとめ

第1章 単純集計の ポイント

調査の概要

目的：ネットの利用状況（目的別利用時間、利用している機器、ネットサービス等）と健康被害の実態を調べること

方法：協力校の実態に応じて、紙の調査票か、web（Googleフォーム）を選択

調査期間：2021年12月～2022年1月

有効回答数：小学生 10,685

中学生 9,304

高校生 7,643 計27,632

協力校の所在地

学校種	県別協力校数		
小学校	青森県16校 栃木県 4校 福岡県20校	秋田県2校 埼玉県8校 鹿児島県25校	福島県 6校 島根県14校
中学校	青森県20校 栃木県 4校 福岡県 9校	秋田県1校 埼玉県4校 鹿児島県15校	福島県 6校 島根県11校
高等学校	青森県24校 群馬県10校	秋田県1校 宮崎県1校	栃木県 2校 鹿児島県3校

学年と性別

	女子	男子	答えたくない	合計
小学1年生	718	696	11	1425
小学2年生	725	740	4	1469
小学3年生	711	708	17	1436
小学4年生	1045	971	23	2039
小学5年生	1036	1000	27	2063
小学6年生	1065	1008	40	2113
中学1年生	1658	1643	93	3394
中学2年生	1435	1342	82	2859
中学3年生	1441	1366	96	2903
高校1年生	1516	1382	93	2991
高校2年生	1343	1065	72	2480
高校3年生	1154	832	59	2045
合計	13847	12753	617	27217

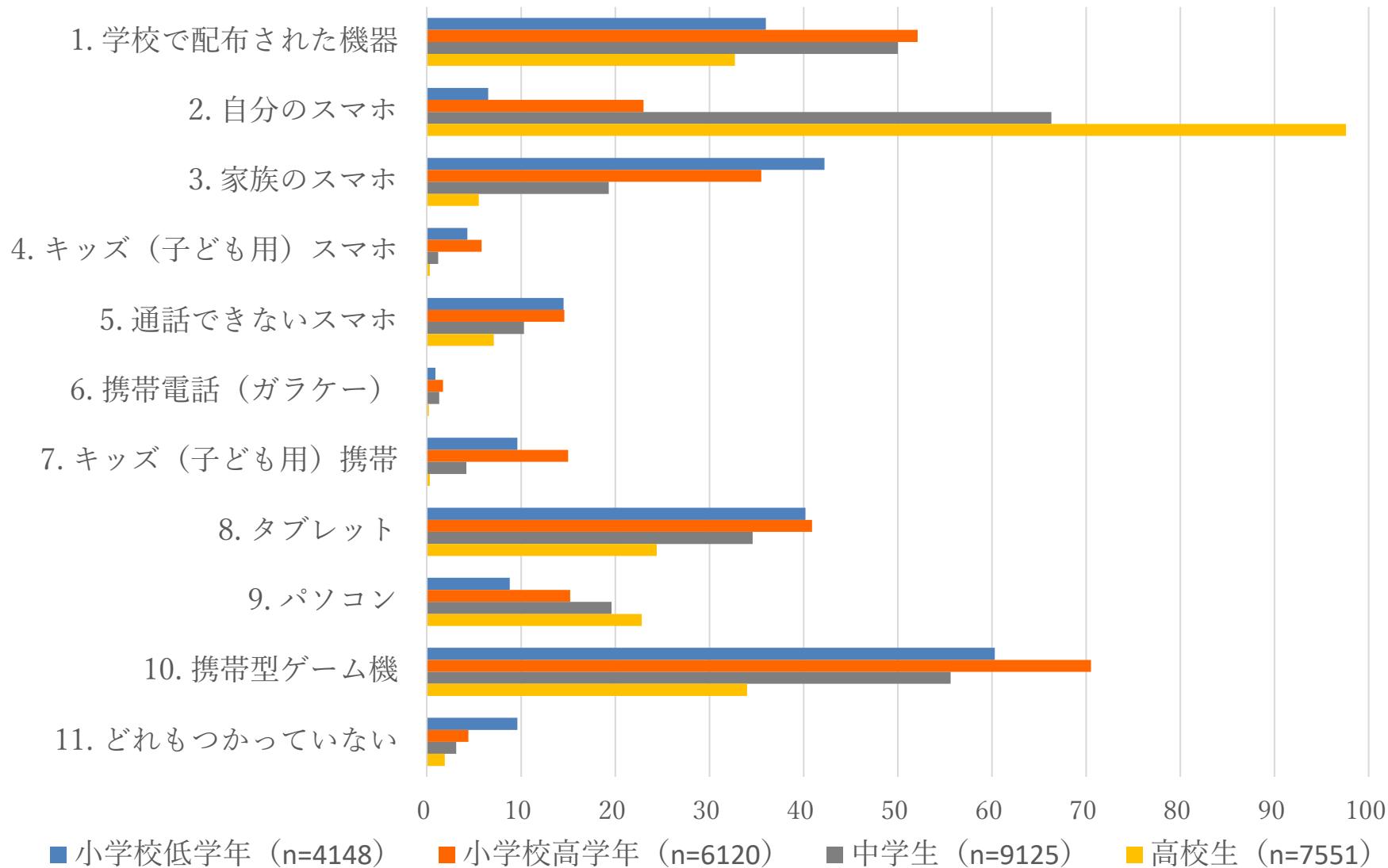
第1節 児童生徒の ネット利用状況

児童生徒のネット利用状況

Q. 普段使っているネット機器（いくつでも）

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
1. 学校で配布された機器	1495	36.0	3191	52.1	4566	50.0	2467	32.7
2. 自分のスマホ	269	6.5	1406	23.0	6047	66.3	7371	97.6
3. 家族のスマホ	1749	42.2	2175	35.5	1763	19.3	414	5.5
4. キッズ（子ども用）スマホ	178	4.3	353	5.8	110	1.2	22	0.3
5. 通話できないスマホ	600	14.5	894	14.6	944	10.3	534	7.1
6. 携帯電話（ガラケー）	39	0.9	104	1.7	115	1.3	14	0.2
7. キッズ（子ども用）携帯	400	9.6	915	15.0	384	4.2	25	0.3
8. タブレット	1666	40.2	2503	40.9	3155	34.6	1843	24.4
9. パソコン	366	8.8	932	15.2	1789	19.6	1719	22.8
10. 携帯型ゲーム機	2502	60.3	4317	70.5	5072	55.6	2567	34.0
11. どれもつかっていない	400	9.6	270	4.4	281	3.1	140	1.9

児童生徒のネット利用状況

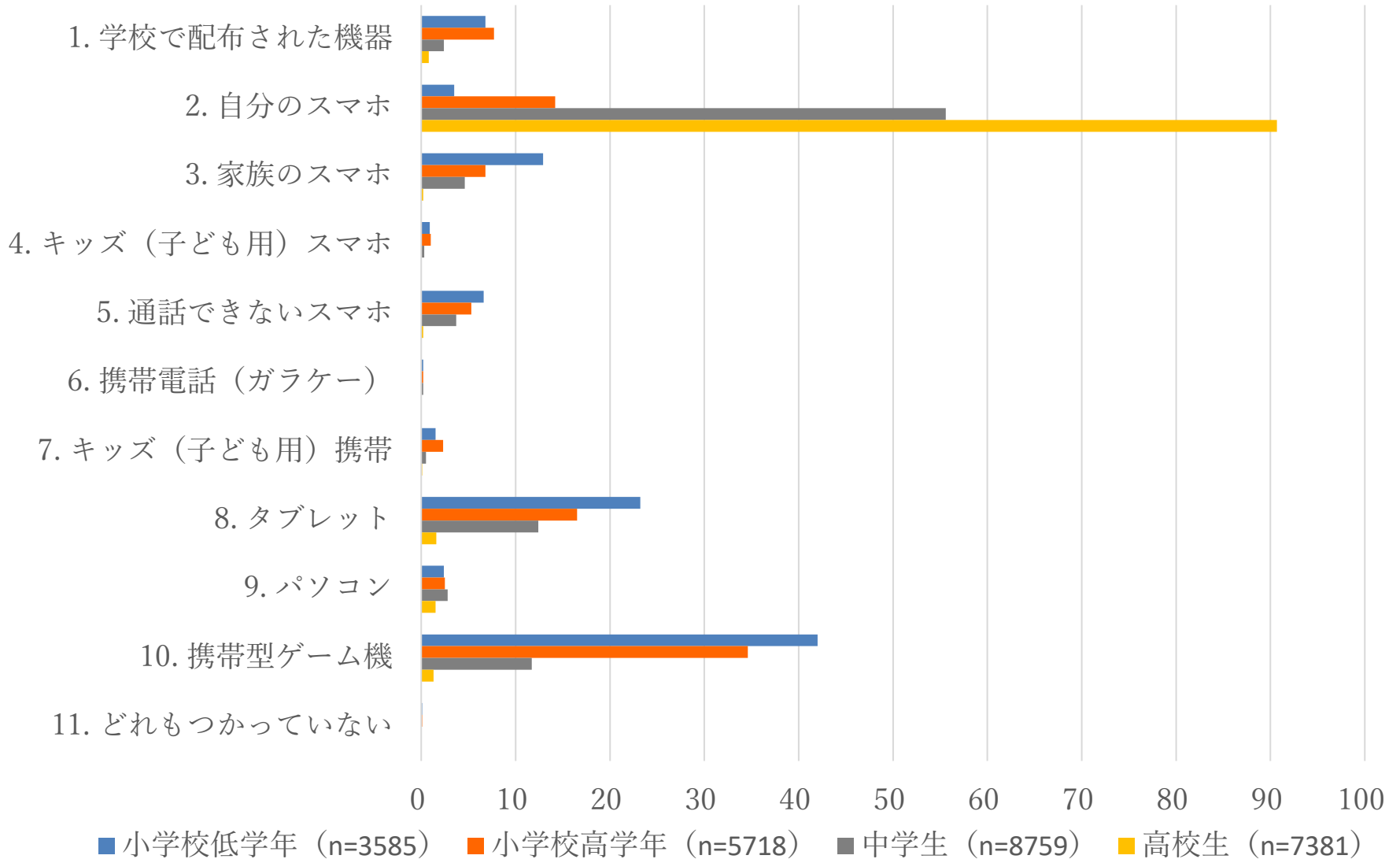


児童生徒のネット利用状況

Q. その中で一番よく使うもの

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
1. 学校で配布された機器	244	6.8	483	7.7	226	2.4	62	0.8
2. 自分のスマホ	124	3.5	891	14.2	5169	55.6	6935	90.7
3. 家族のスマホ	462	12.9	425	6.8	429	4.6	14	0.2
4. キッズ（子ども用）スマホ	33	0.9	65	1.0	24	0.3	3	0.0
5. 通話できないスマホ	237	6.6	330	5.3	344	3.7	19	0.2
6. 携帯電話（ガラケー）	7	0.2	11	0.2	14	0.2	3	0.0
7. キッズ（子ども用）携帯	54	1.5	144	2.3	42	0.5	4	0.1
8. タブレット	830	23.2	1038	16.5	1156	12.4	124	1.6
9. パソコン	85	2.4	154	2.5	264	2.8	116	1.5
10. 携帯型ゲーム機	1505	42.0	2171	34.6	1088	11.7	101	1.3
11. どれもつかっていない	4	0.1	6	0.1	3	0.0	0	0
合計	3585	82.2	5718	91.1	8759	94.1	7381	96.6
欠損値	775	17.8	561	8.9	545	5.9	262	3.4

児童生徒のネット利用状況

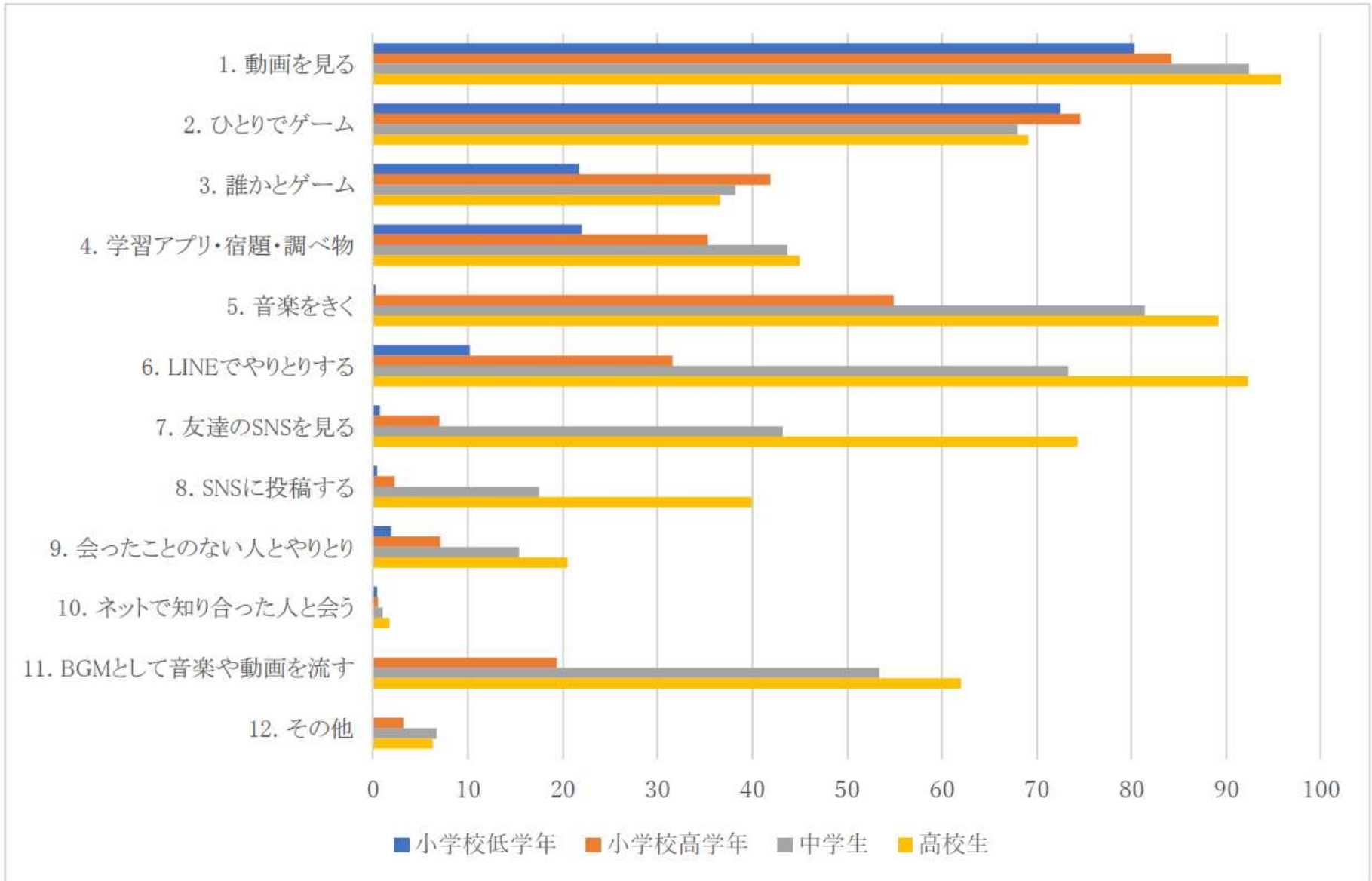


児童生徒のネット利用状況

Q. ネット機器を使って最近1週間にしたこと

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
1. 動画を見る	2931	80.3	4885	84.2	8202	92.4	7155	95.8
2. ひとりでゲーム	2645	72.5	4330	74.6	6034	68.0	5159	69.1
3. 誰かとゲーム	793	21.7	2431	41.9	3396	38.2	2735	36.6
4. 学習アプリ・宿題・調べ物	803	22.0	2049	35.3	3884	43.7	3361	45.0
5. 音楽をきく	1020	27.9	3186	54.9	7229	81.4	6665	89.2
6. LINE でやりとりする	374	10.2	1833	31.6	6507	73.3	6897	92.3
7. 友達の SNS を見る	27	0.7	409	7.0	3834	43.2	5546	74.3
8. SNS に投稿する	16	0.4	134	2.3	1558	17.5	2985	40.0
9. 会ったことのない人とやりとり	71	1.9	414	7.1	1364	15.4	1531	20.5
10. ネットで知り合った人と会う	14	0.4	27	0.5	92	1.0	125	1.7
11. BGM として音楽や動画を流す			1126	19.4	4738	53.4	4634	62.0
12. その他			185	3.2	598	6.7	467	6.3

児童生徒のネット利用状況



児童生徒のネット利用状況

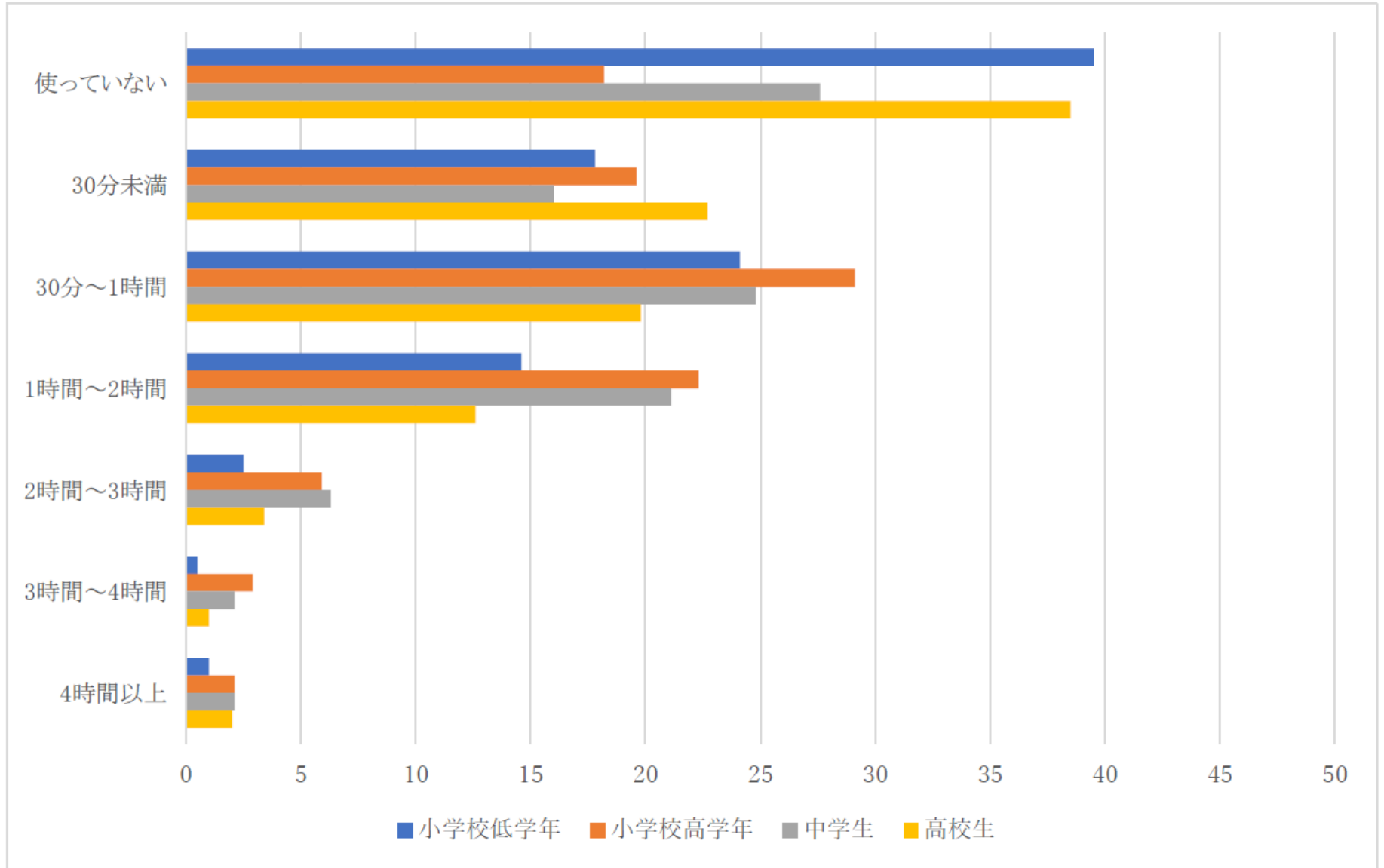
- 小学生（特に低学年）では、自分のスマホより家族のスマホと答える割合が高い。中高生になると、「自分のスマホ」が増える。携帯型ゲーム機は、学齢が上がるに連れて、使わなくなる傾向がある。
- 小学校では、携帯型ゲーム機が一番よく使われている。中高生になると、圧倒的に「自分のスマホ」が多いことがわかる。学校で配付された機器に関しては、普段使っているのは3～5割程度で推移するが、あまり使われていない。
- どの学齢においても、「動画が見る」が多い（80～90%）、「LINEでやりとりする」「友達のSNSを見る」「SNSに投稿する」といった他者とやりとりするコンテンツは学齢があがるにつれ、増えていく傾向がある。LINE推奨年齢は12歳以上だが、小学校低学年で10.2%、高学年で31.6%が利用している。

児童生徒のネット利用状況

Q. 平日・学校での学習のためのネット利用時間

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
使っていない	832	39.5	874	18.2	2419	27.6	2729	38.5
30分未満	374	17.8	943	19.6	1400	16.0	1608	22.7
30分～1時間	507	24.1	1400	29.1	2172	24.8	1402	19.8
1時間～2時間	307	14.6	1073	22.3	1855	21.1	889	12.6
2時間～3時間	52	2.5	285	5.9	557	6.3	243	3.4
3時間～4時間	10	0.5	138	2.9	186	2.1	69	1.0
4時間以上	22	1.0	101	2.1	186	2.1	142	2.0
合計	2104	100.0	4814	100.0	8775	100.0	7082	100.0
システム欠損値	2256		1465		529		561	

児童生徒のネット利用状況

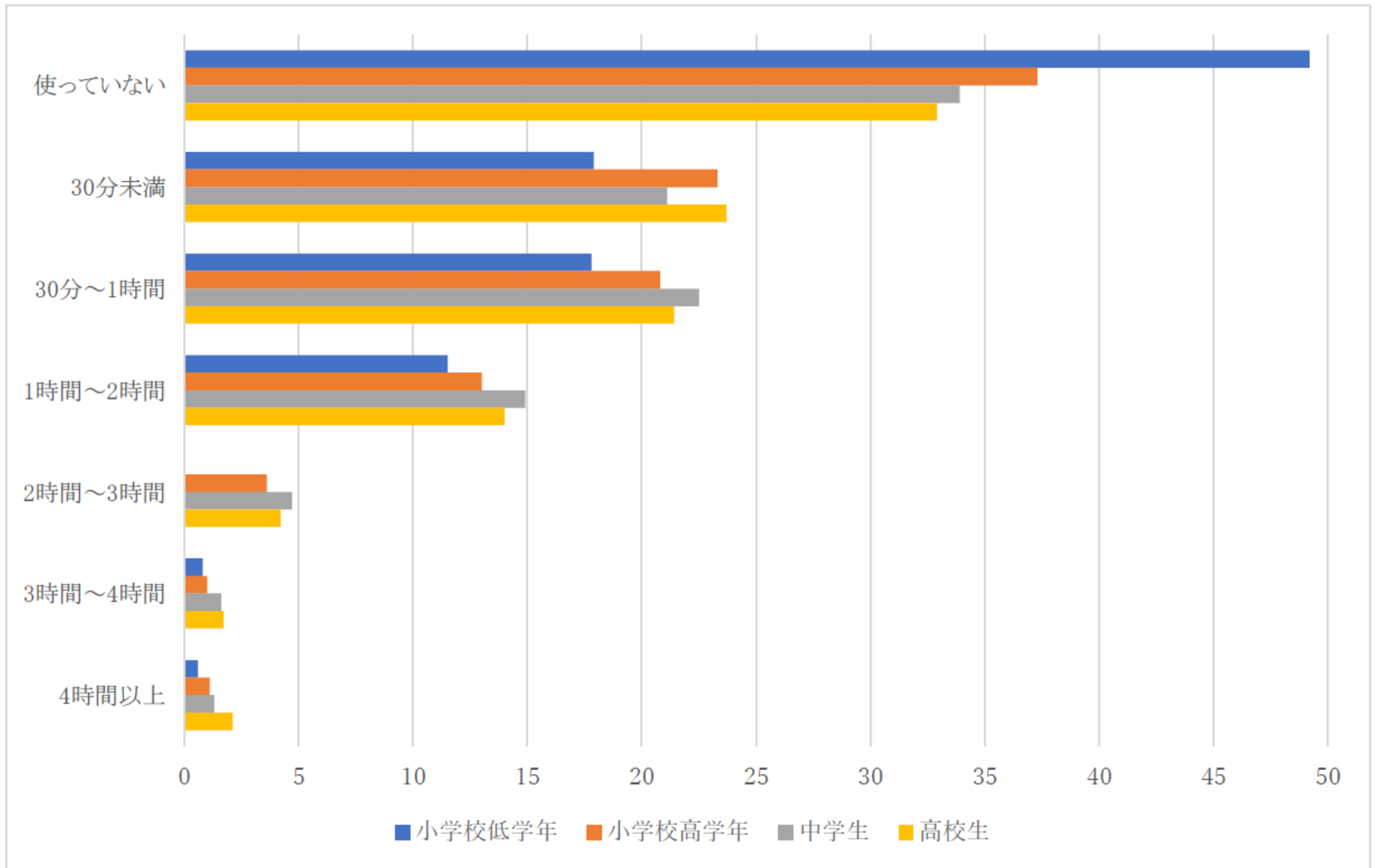


児童生徒のネット利用状況

Q. 平日・学校以外での学習のためのネット利用時間

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
使っていない	1077	49.2	1733	37.3	2981	33.9	2361	32.9
30分未満	393	17.9	1080	23.3	1853	21.1	1698	23.7
30分～1時間	389	17.8	966	20.8	1975	22.5	1533	21.4
1時間～2時間	252	11.5	602	13.0	1306	14.9	1005	14.0
2時間～3時間	48	2.2	166	3.6	416	4.7	298	4.2
3時間～4時間	17	0.8	46	1.0	139	1.6	119	1.7
4時間以上	14	0.6	51	1.1	115	1.3	153	2.1
合計	2190	100.0	4644	100.0	8785	100.0	7167	100.0
システム欠損値	2170		1635		519		476	

児童生徒のネット利用状況

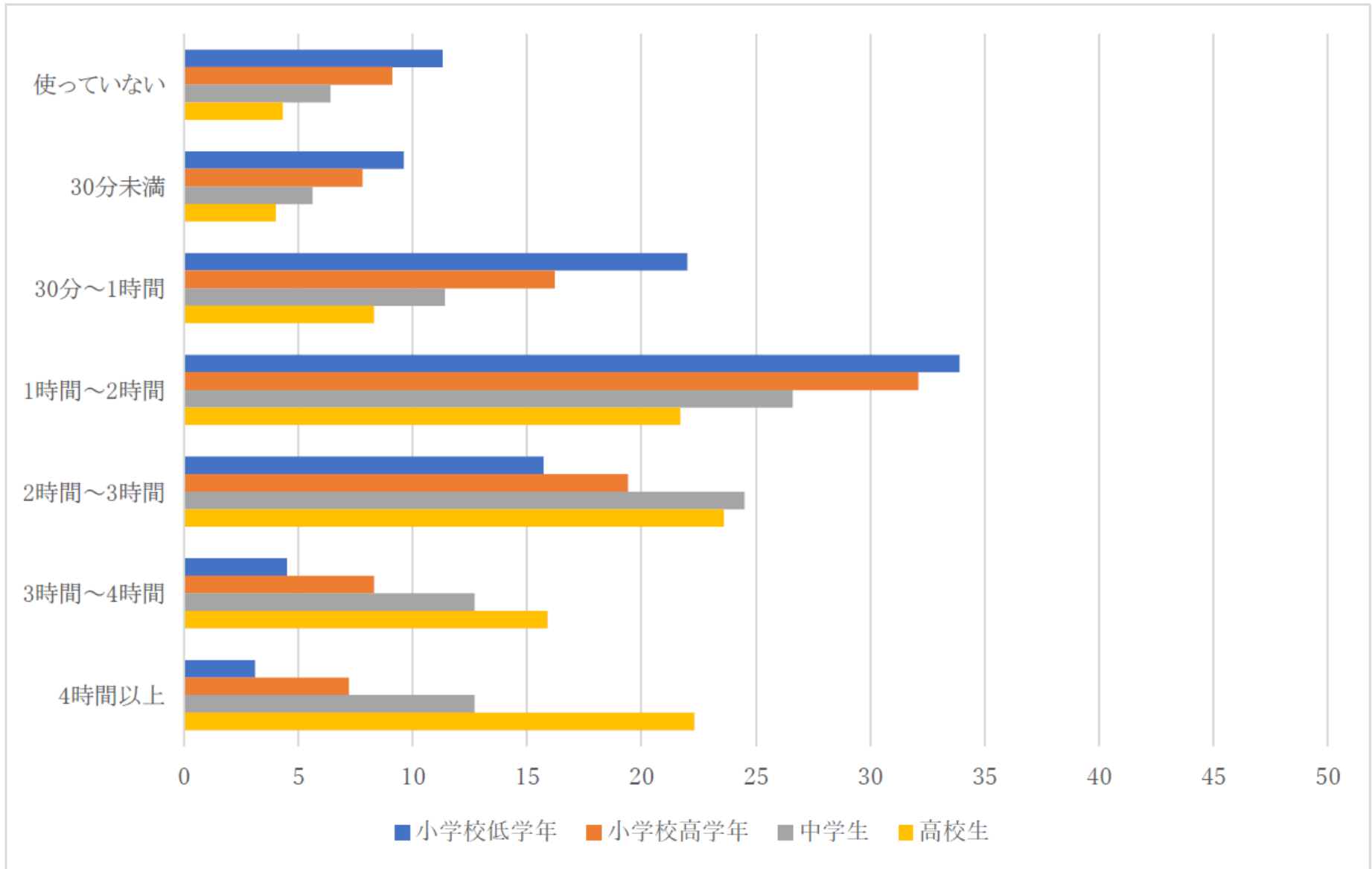


児童生徒のネット利用状況

Q. 平日・学習以外のためのネット利用時間

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
使っていない	362	11.3	500	9.1	562	6.4	316	4.3
30分未満	308	9.6	431	7.8	491	5.6	292	4.0
30分～1時間	706	22.0	896	16.2	1001	11.4	610	8.3
1時間～2時間	1088	33.9	1771	32.1	2337	26.6	1594	21.7
2時間～3時間	504	15.7	1070	19.4	2153	24.5	1734	23.6
3時間～4時間	143	4.5	459	8.3	1117	12.7	1170	15.9
4時間以上	101	3.1	396	7.2	1115	12.7	1637	22.3
合計	3212	100.0	5523	100.0	8776	100.0	7353	100.0
システム欠損値	1148						290	

児童生徒のネット利用状況

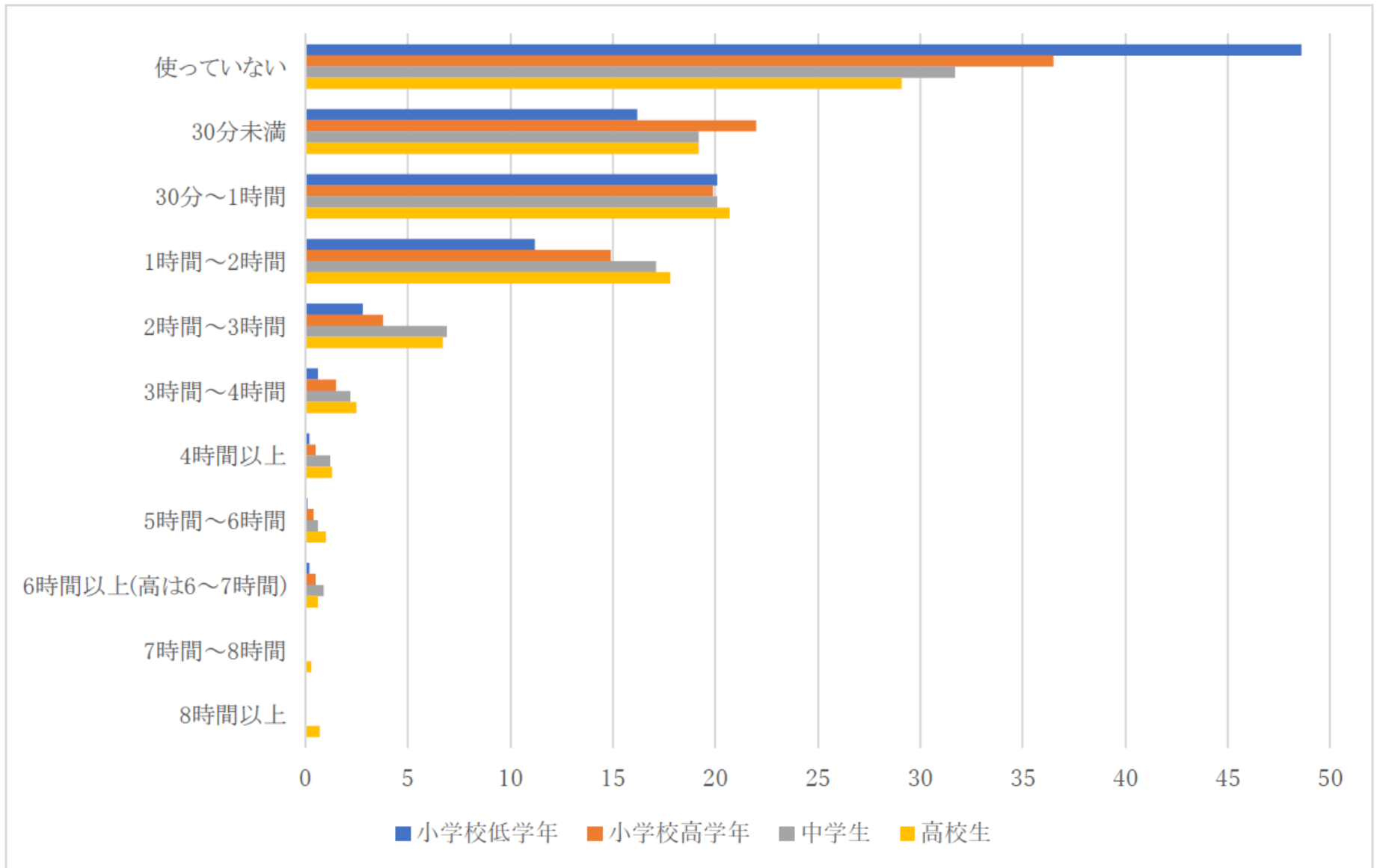


児童生徒のネット利用状況

Q. 休日・学習のためのネット利用時間

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
使っていない	1044	48.6	1714	36.5	2784	31.7	2080	29.1
30分未満	348	16.2	1031	22.0	1684	19.2	1372	19.2
30分～1時間	431	20.1	935	19.9	1767	20.1	1480	20.7
1時間～2時間	240	11.2	697	14.9	1498	17.1	1272	17.8
2時間～3時間	61	2.8	179	3.8	602	6.9	479	6.7
3時間～4時間	12	0.6	70	1.5	196	2.2	180	2.5
4時間以上	5	0.2	24	0.5	106	1.2	92	1.3
5時間～6時間	2	0.1	17	0.4	57	0.6	69	1.0
6時間以上(高は6～7時間)	5	0.2	24	0.5	78	0.9	41	0.6
7時間～8時間							20	0.3
8時間以上							52	0.7
合計	2148	100.0	4691	100.0	8772	100.0	7137	100.0
システム欠損値			1588		532		506	

児童生徒のネット利用状況

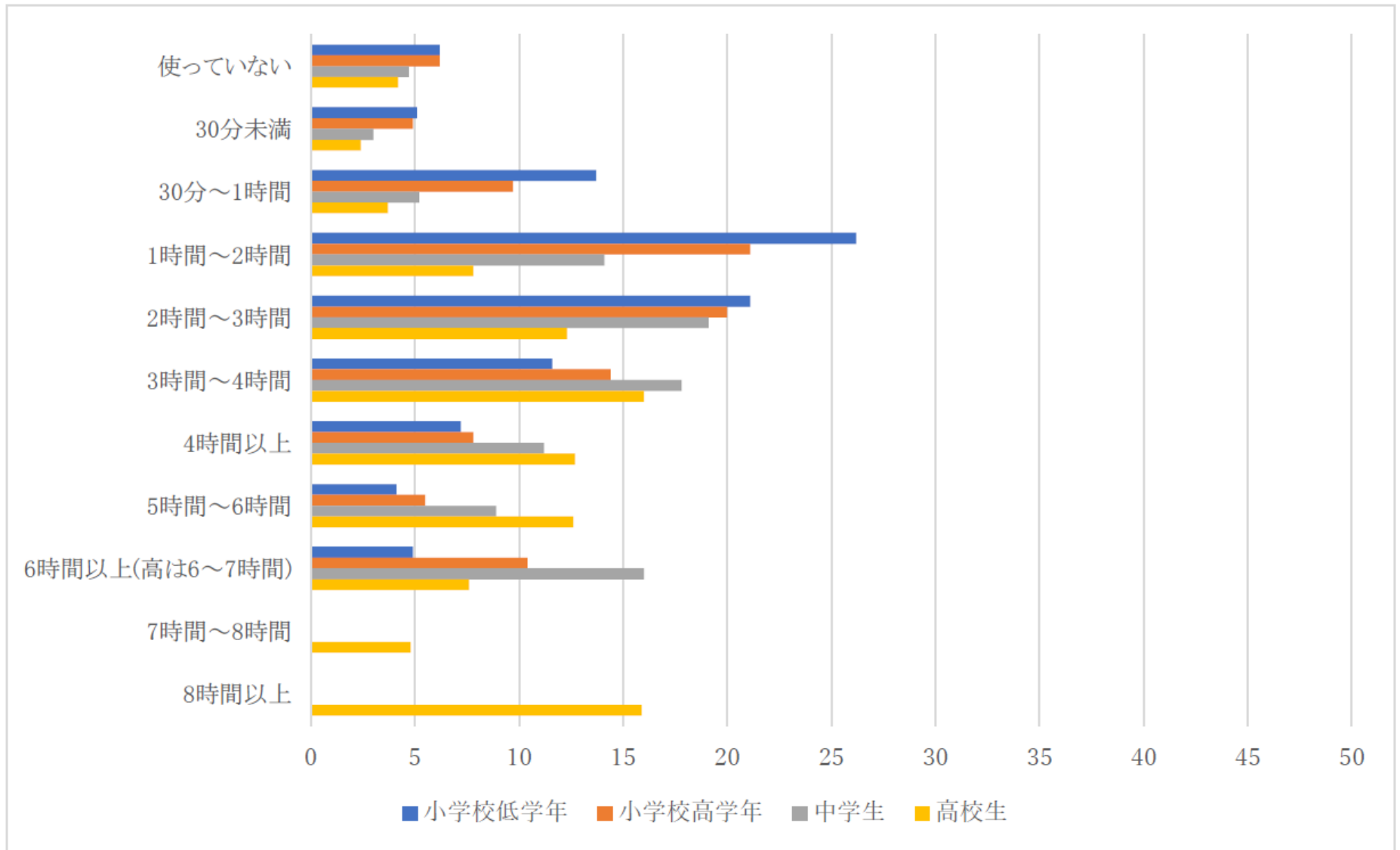


児童生徒のネット利用状況

Q. 休日・学習以外のためのネット利用時間

項目	小学校低学年		小学校高学年		中学生		高校生	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
使っていない	214	6.2	349	6.2	412	4.7	309	4.2
30分未満	176	5.1	278	4.9	267	3.0	177	2.4
30分～1時間	475	13.7	545	9.7	455	5.2	273	3.7
1時間～2時間	907	26.2	1184	21.1	1242	14.1	574	7.8
2時間～3時間	730	21.1	1127	20.0	1673	19.1	908	12.3
3時間～4時間	400	11.6	807	14.4	1566	17.8	1182	16.0
4時間以上	248	7.2	438	7.8	982	11.2	939	12.7
5時間～6時間	143	4.1	309	5.5	781	8.9	927	12.6
6時間以上(高は6～7時間)	170	4.9	585	10.4	1402	16.0	560	7.6
7時間～8時間							351	4.8
8時間以上							1173	15.9
合計	3463	100.0	5622	100.0	8780	100.0	7373	100.0
システム欠損値	897		657		524		270	

児童生徒のネット利用状況



児童生徒のネット利用状況

- 平日に学校で学習のためのネット利用時間は、どの学齢においても「使っていない」が最も多く、次に多いのが「30～1時間」。小学校高学年の「使っていない」が他の学齢に比べて低くなっている。推測として、GIGAスクール構想の端末導入と合わせて急速に学校現場で普及し始めているのがAIドリルであり、AIドリルのゲーム性や問題の取り組みやすさは小学校高学年の発達段階に合っているため、各学校で使用頻度が高いのではないかと考えられる。
- 休日の学習以外のためのネット利用時間は、学齢が上がるにつれ、長時間傾向になる。特に高校生は、「8時間以上」が15.9%である。小学校では、正規分布をえがく利用時間となっているが、学齢が上がるにつれ、二つの山があることがわかり、長時間傾向と適正利用の差が大きいことがわかる。

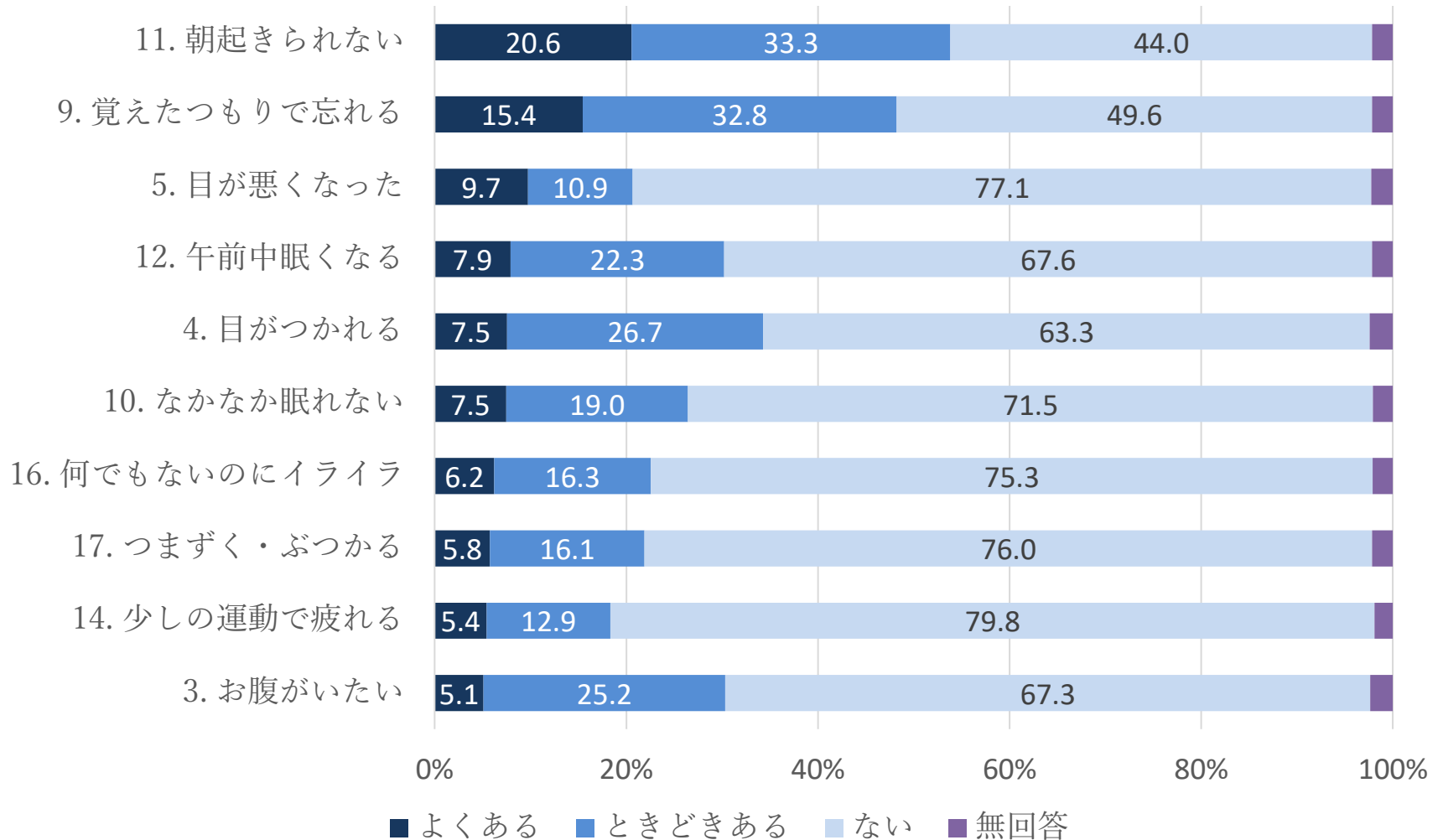
第2節 健康状態 (自覚症状)

健康状態の自覚症状

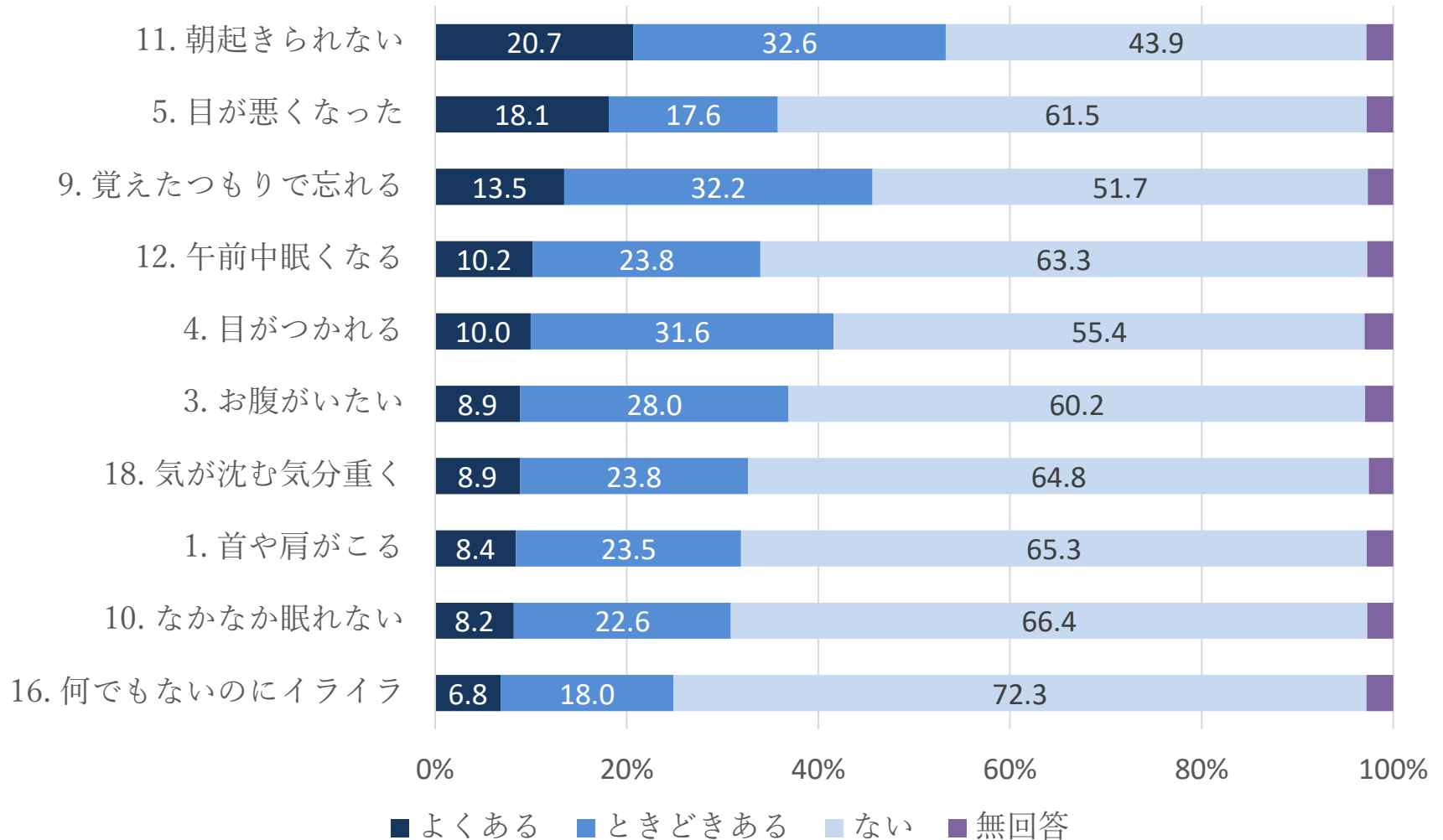
最近1カ月の健康状態について、次の19項目それぞれに「よくある」「ときどきある」「ない」から選んでもらった。

1. 首や肩がこる
2. 頭が痛い
3. お腹がいたい
4. 目がつかれる
5. 目が悪くなった
6. 教科書見えない
7. 時計2つに見える
8. 指・手首・腕痛い
9. 覚えたつもりで忘れる
10. なかなか眠れない
11. 朝起きられない
12. 午前中眠くなる
13. 食欲がない
14. 少しの運動で疲れる
15. 体だるく疲労たまる
16. 何でもないのでイライラ
17. つまづく・ぶつかる
18. 気が沈む気分重く*
19. 何もやる気がしない

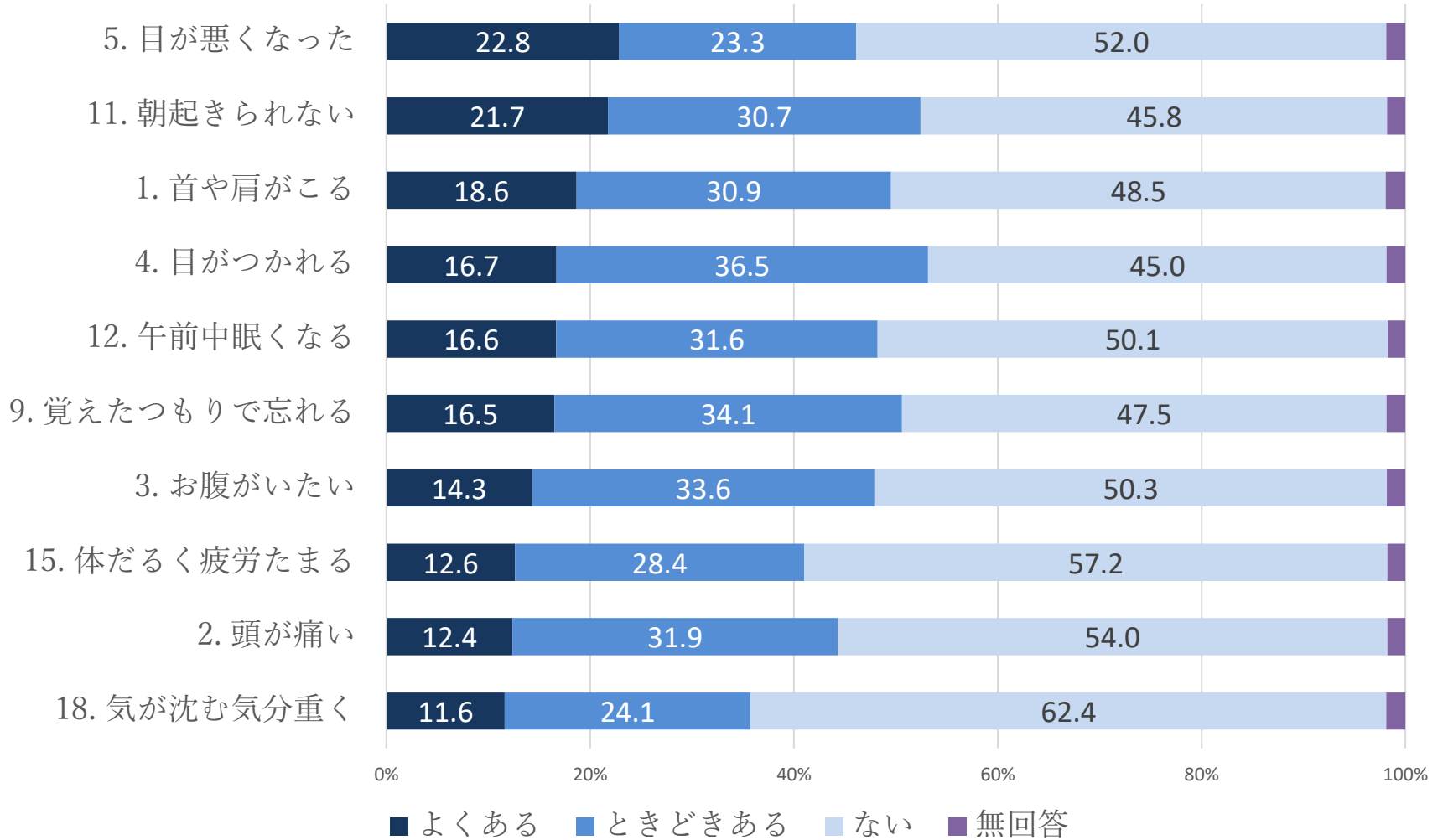
健康状態（小学校低学年）



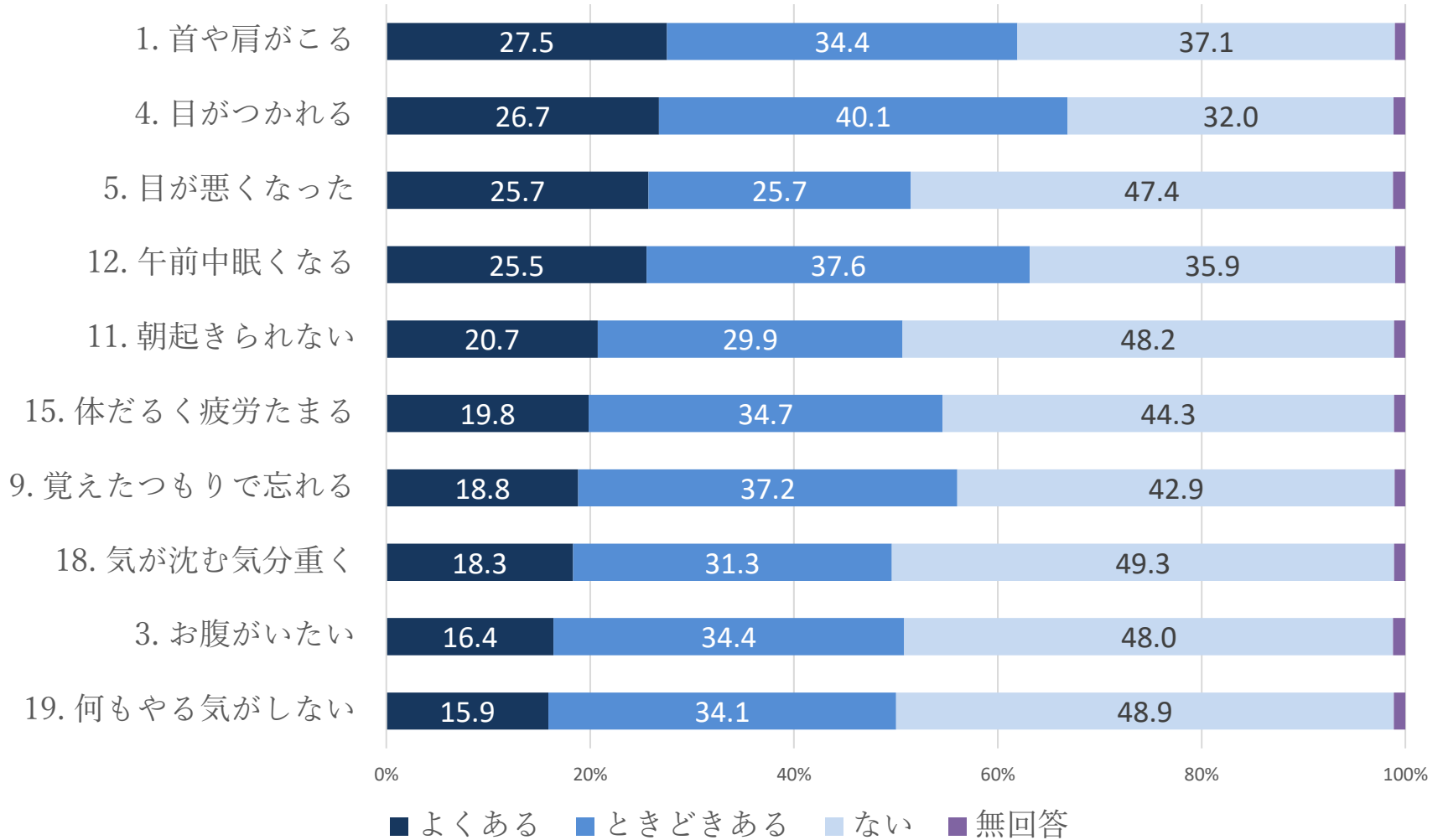
健康状態（小学校高学年）



健康状態（中学生）



健康状態（高校生）



健康状態

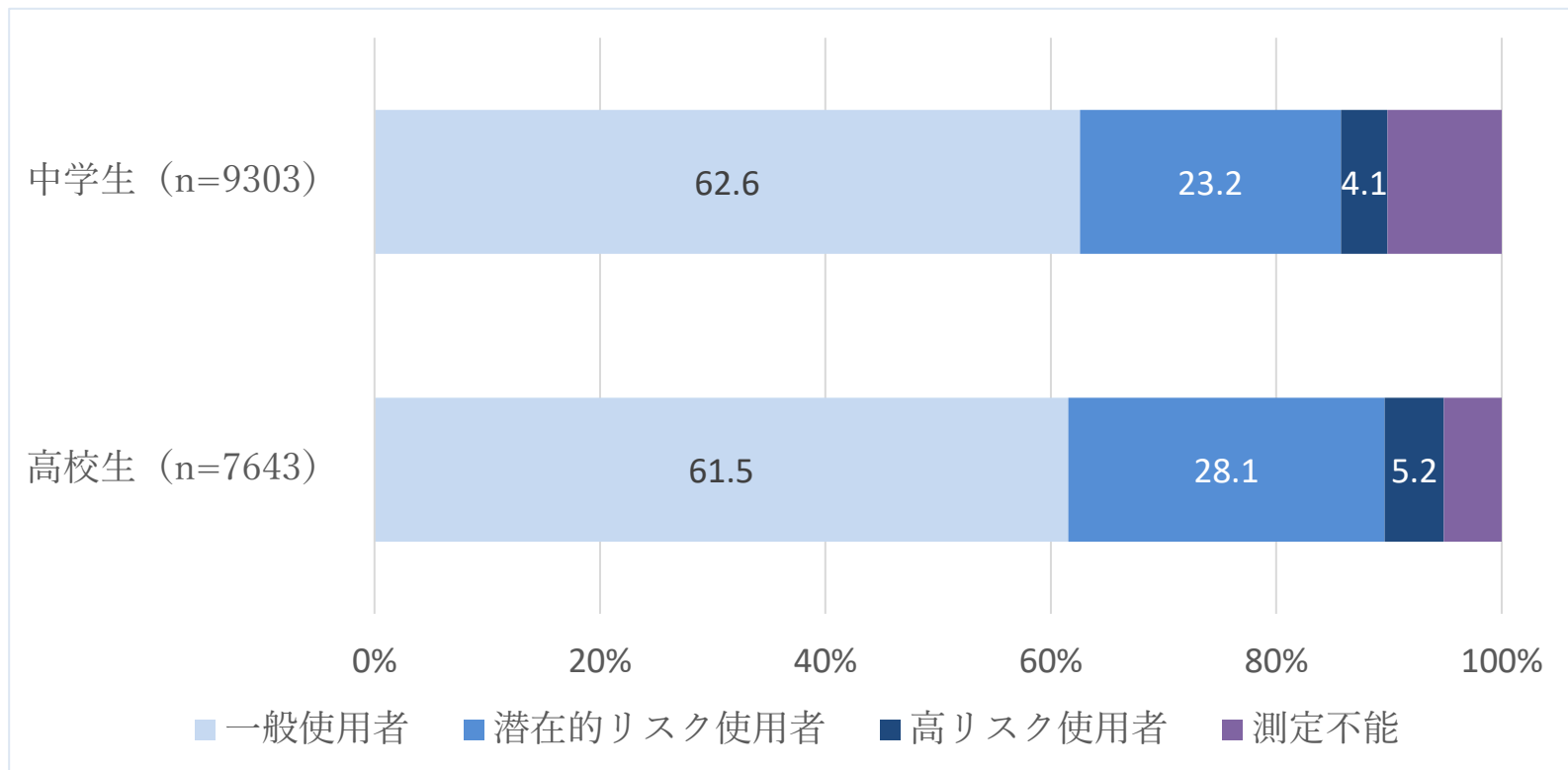
- 小学生は睡眠に関する項目が比較的多く自覚されており、高学年になると「目が悪くなった」「目が疲れる」といった眼に関する項目も多くなる。
- 中学生、高校生と学年が進むにつれて全体的に「よくある」「ときどきある」という回答が多くなる。
- 中高生は、小学生と比べると「何もやる気がしない」「体がだるく疲労がたまっている」という自覚が多くなり、精神的な疲労が増えていることが推察される。

第3節 ネット依存度 (Kスケール)

ネット依存度と健康状態

- 中学生と高校生にはK-スケール※を用いたネット依存度テストを行っている

※15の項目からなるネット依存度の簡易判定テスト

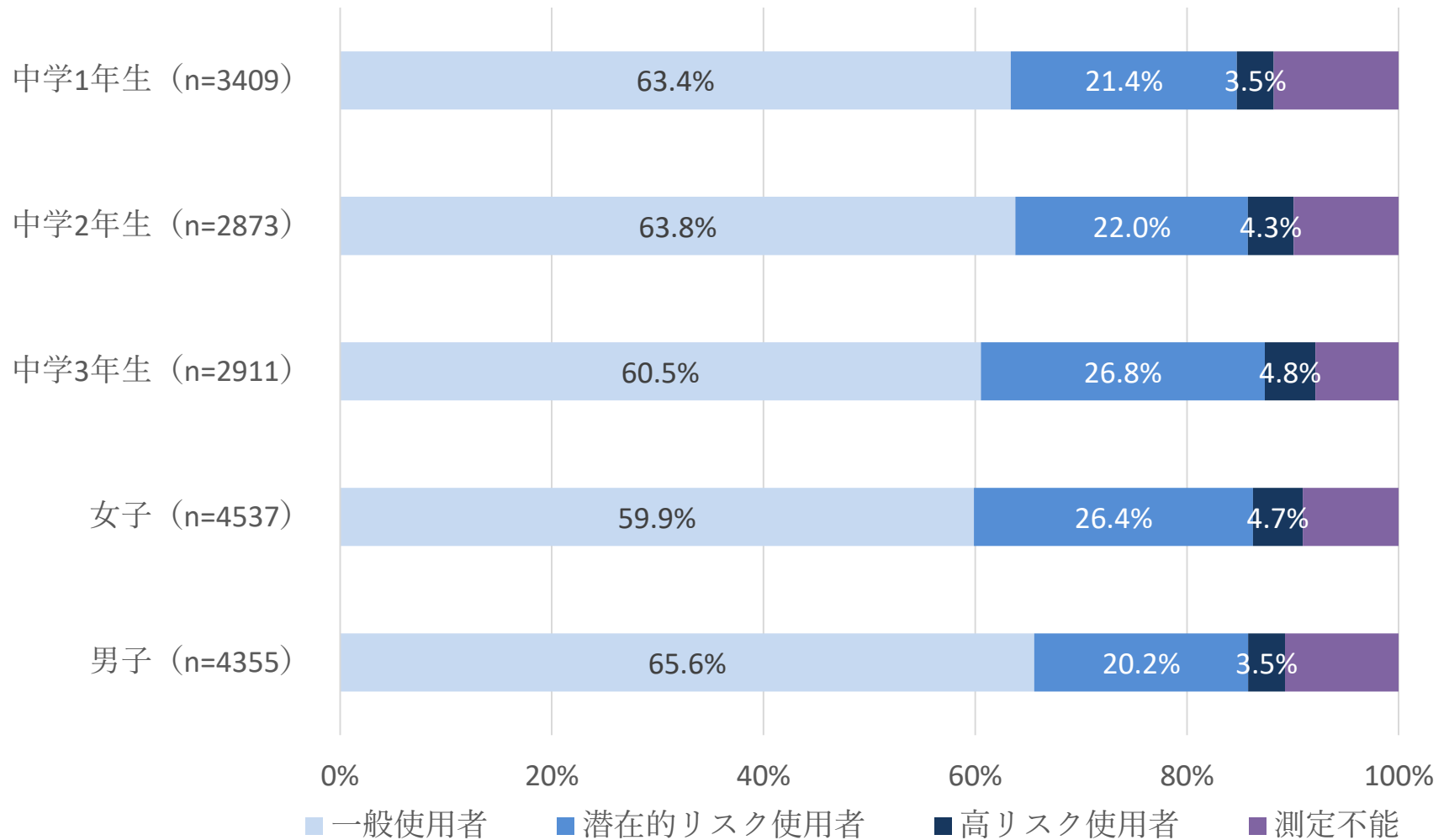


Kスケールとは

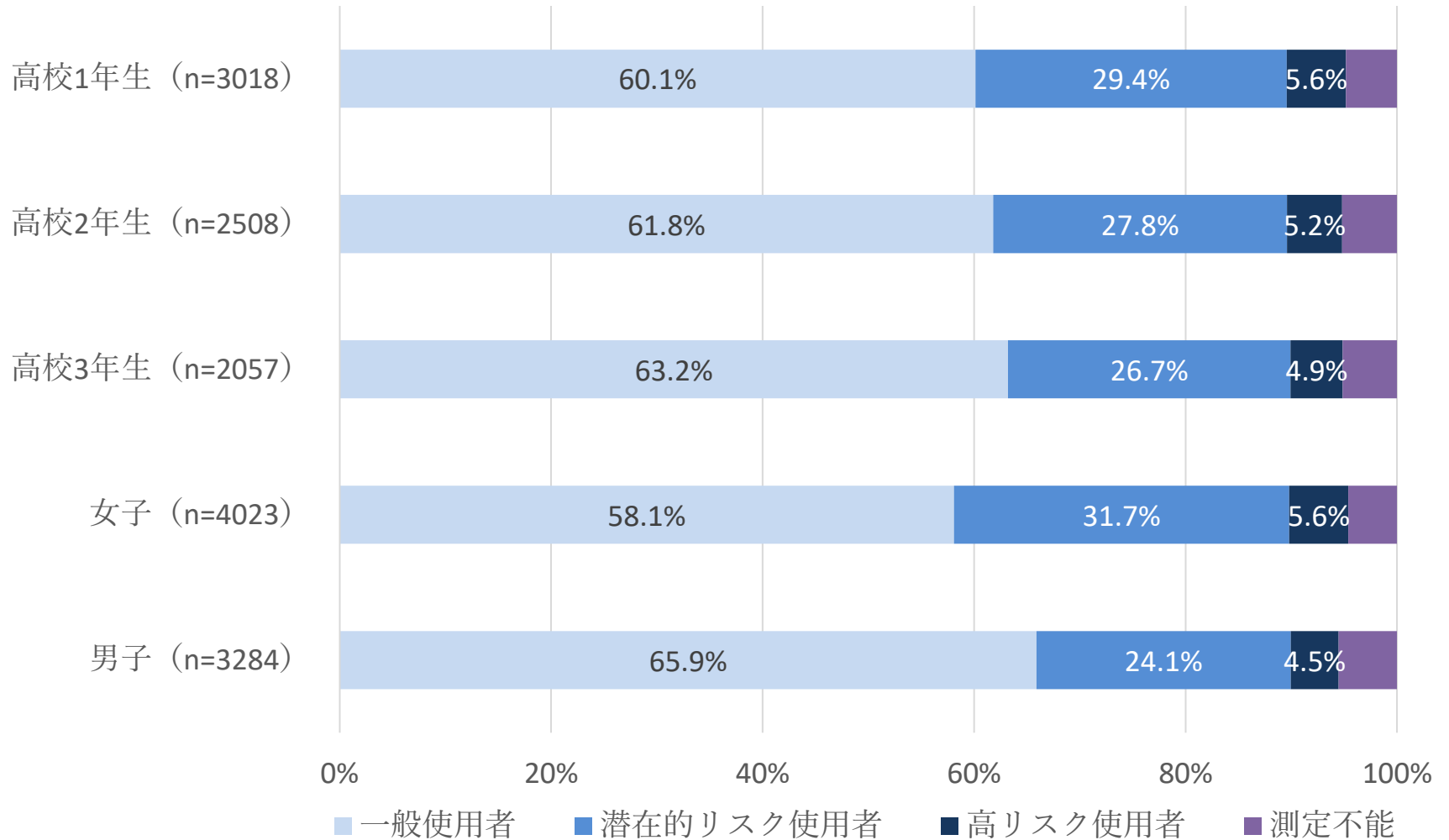
(設問の例)

- インターネットの使用で、学校の成績が落ちた。
- インターネットをしている間は、よりいきいきしてくる。
- インターネットができないと、どんなことが起きているのか気になってほかのことができない。
- やめなくては” と思いながら、いつもインターネットを続けてしまう。
- インターネットの使用時間をみずから調節することができる。

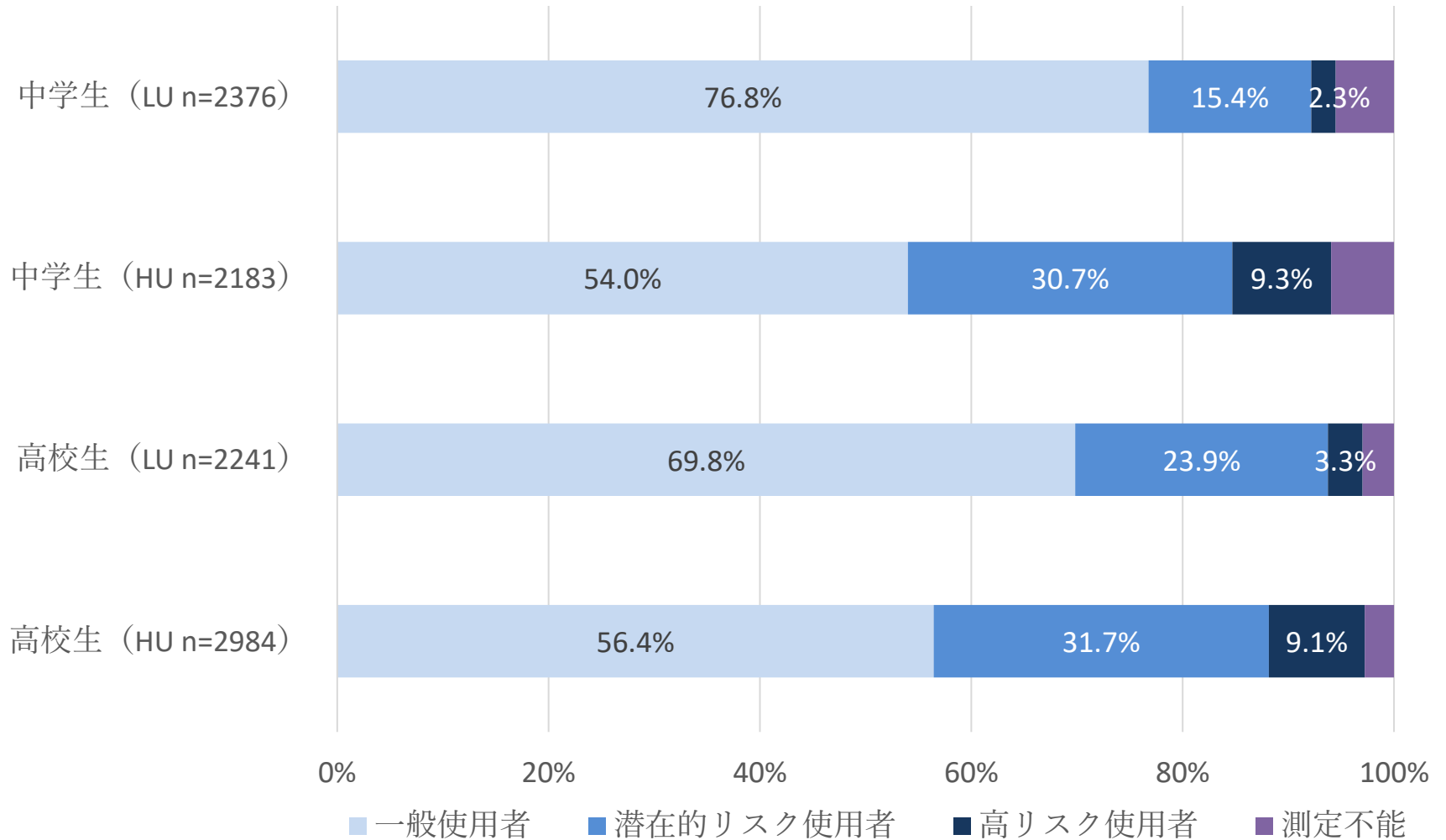
Kスケールによる計測（中学生）



Kスケールによる計測（高校生）



Kスケールによる計測（利用時間別）



ネット依存の計測

- 中学生では学年進行に合わせて高リスク使用者の割合が増えるが、高校生では3年生になるとむしろ減っている。調査時期が12月～1月だったので、受験勉強の影響があるかもしれない。
- 中学生高校生ともに、男子よりも女子の方が高リスクの生徒が多い。
- ライトユーザー（休日の学習以外のネット利用時間が、中学生は2時間未満、高校生は3時間未満）と比べて、ヘビーユーザー（同じく中学生は5時間以上、高校生は6時間以上）は明らかに高リスク群の割合が高い。

第2章 調査結果から見える 長時間利用の影響

第1節 長時間利用と 健康状態

長時間利用と健康状態

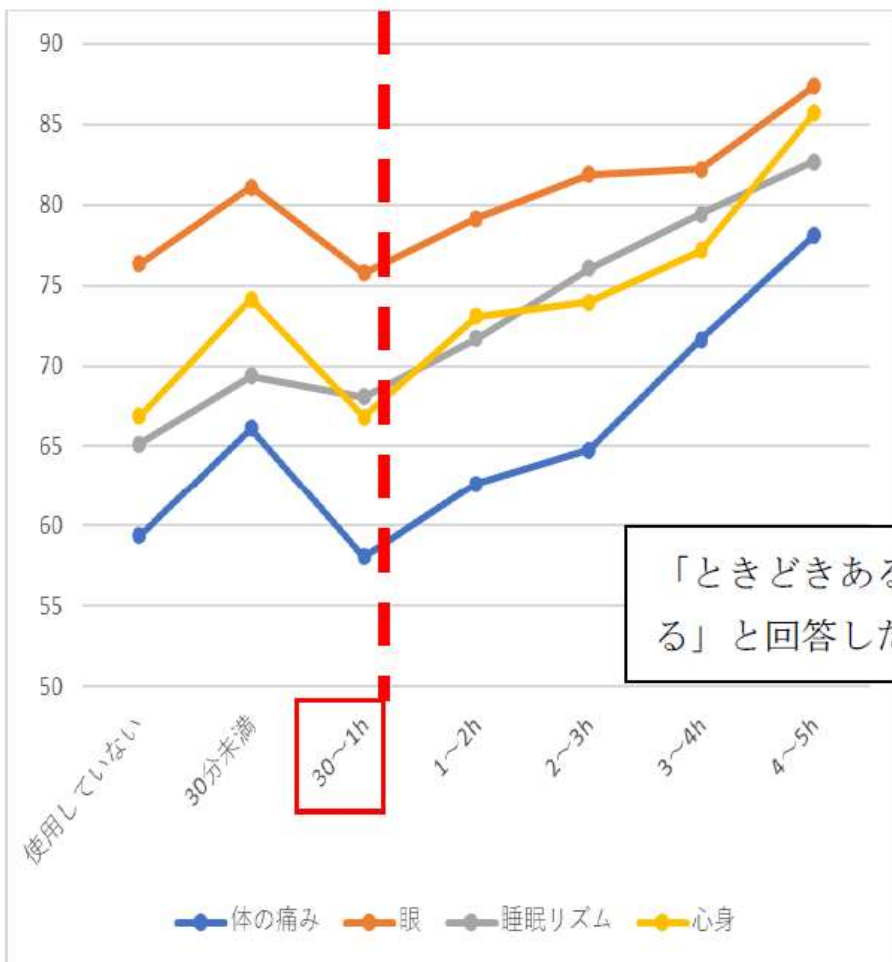
「最近1カ月の健康状態」の19項目 → 4群に分類

- **体の痛み** 2. 頭が痛い 3. お腹がいたい 8. 指・手首・腕痛い
- **眼** 1. 首や肩がこる 4. 目がつかれる 5. 目が悪くなった 6. 教科書見えない 7. 時計2つに見える 17. つまづく・ぶつかる
- **睡眠リズム** 10. なかなか眠れない 11. 朝起きられない 12. 午前中眠くなる
- **心身の疲労** 9. 覚えたつもりで忘れる 13. 食欲がない 14. 少しの運動で疲れる 15. 体だるく疲労たまる 16. 何でもないのでイライラ 18. 気が沈む気分重く 19. 何もやる気がしない

長時間利用と健康状態

<平日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状>

<休日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状>

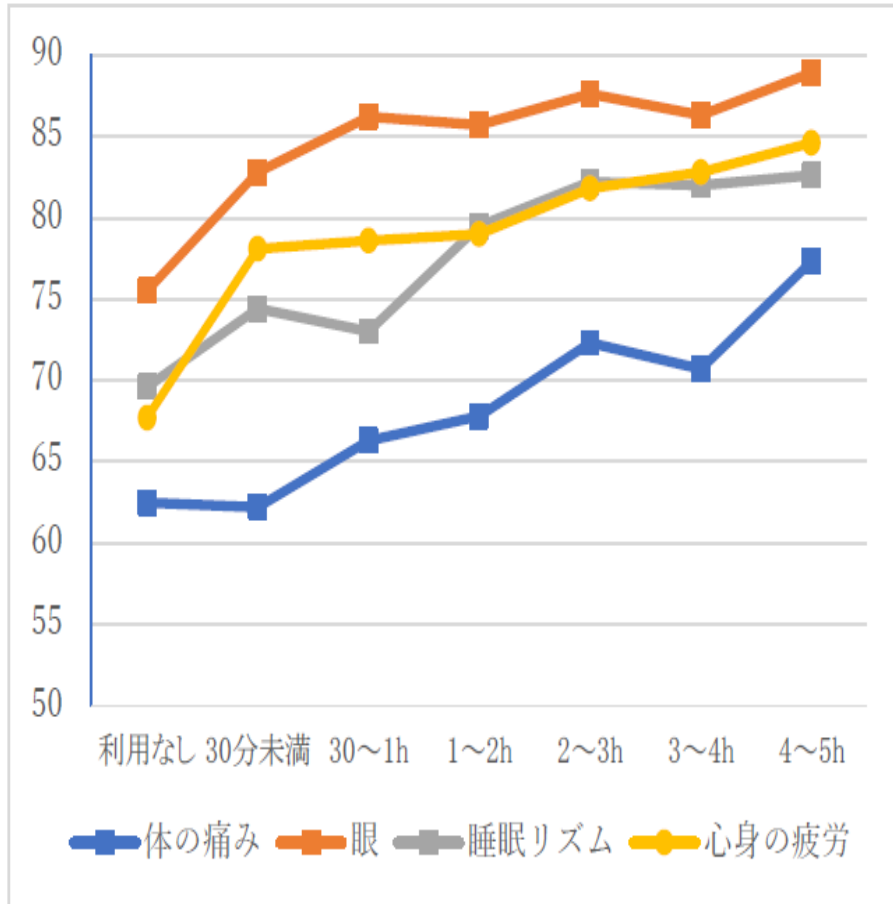


中学生

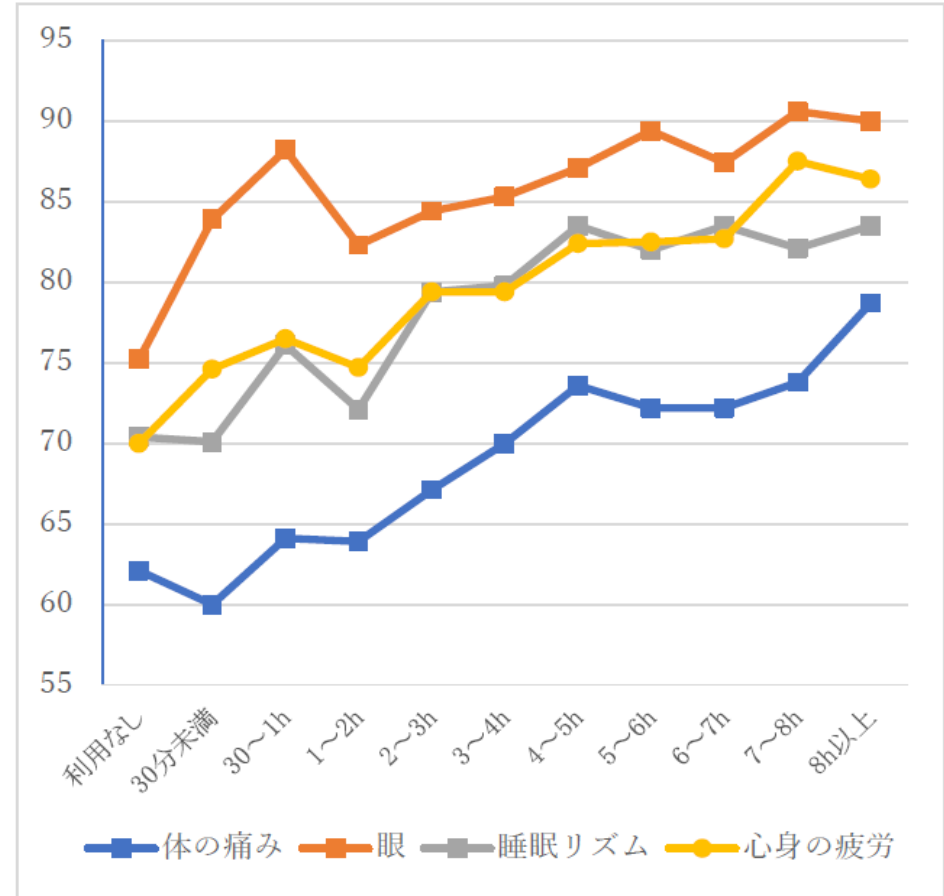
中学生

長時間利用と健康状態

<平日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状> <休日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状>



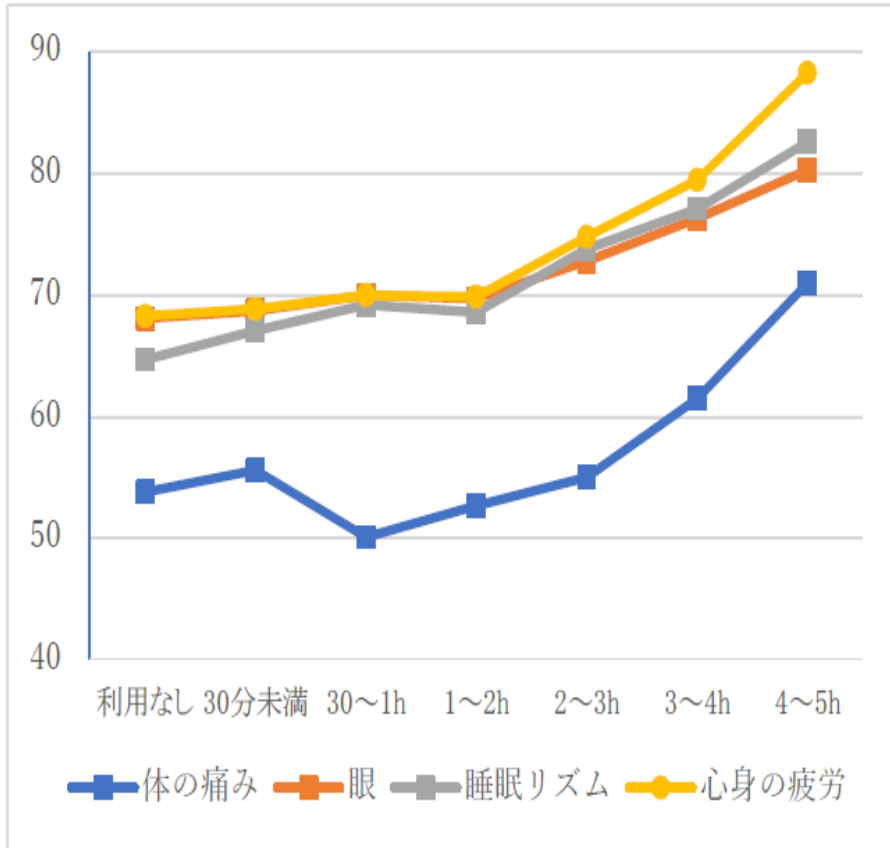
<高校生>



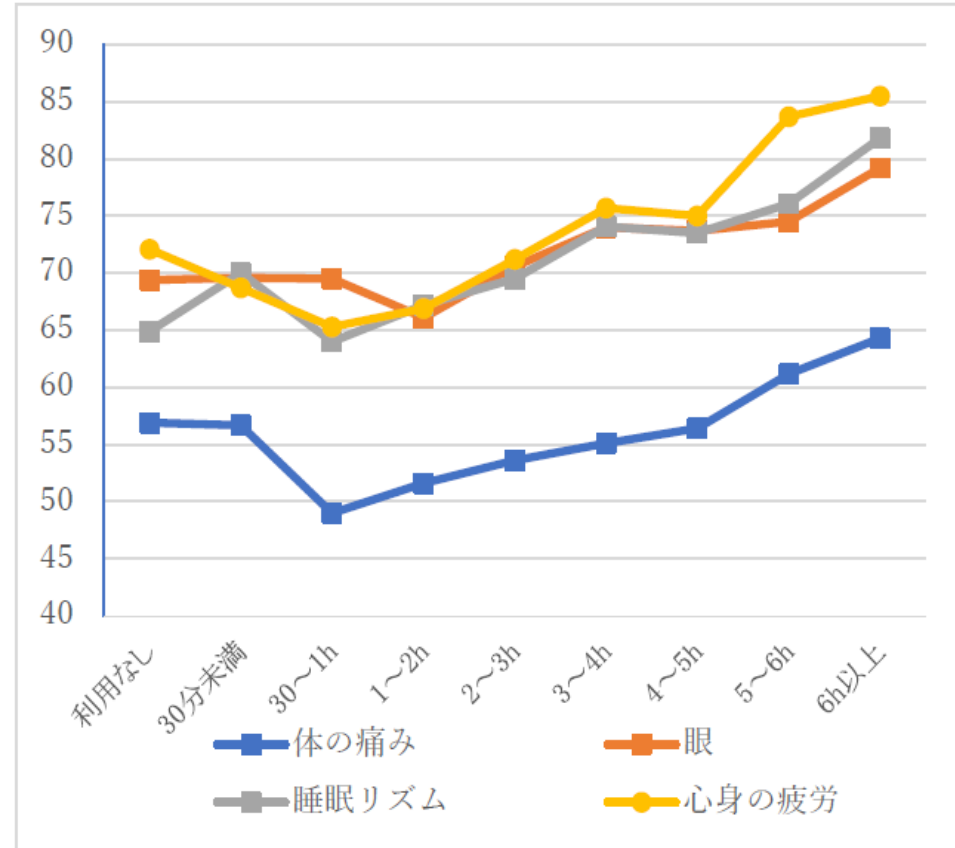
<高校生>

長時間利用と健康状態

<平日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状> <休日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状>



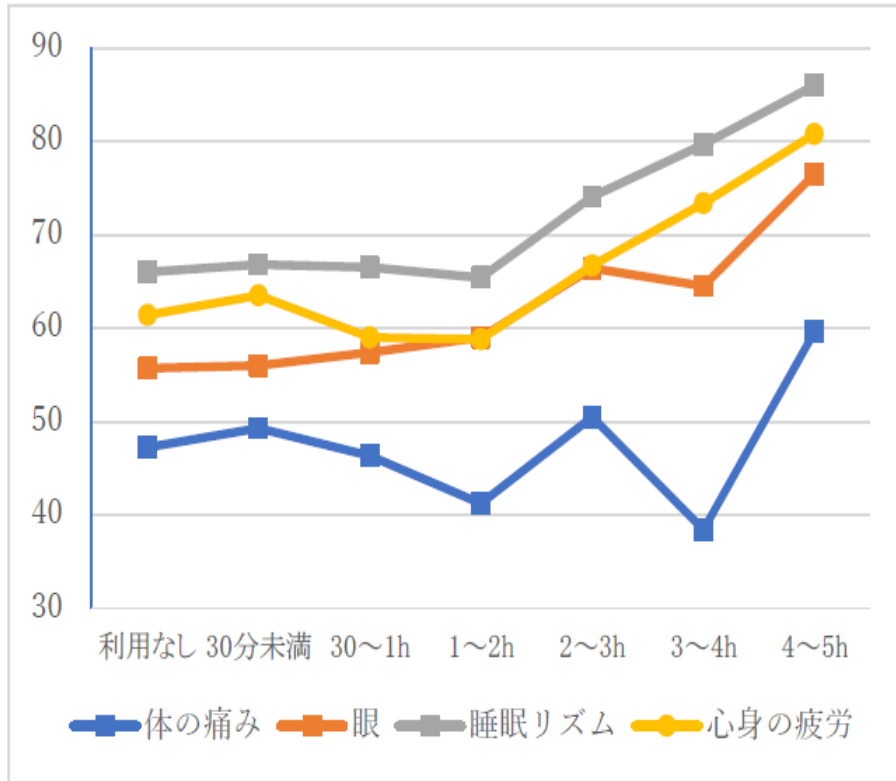
<小学校高学年>



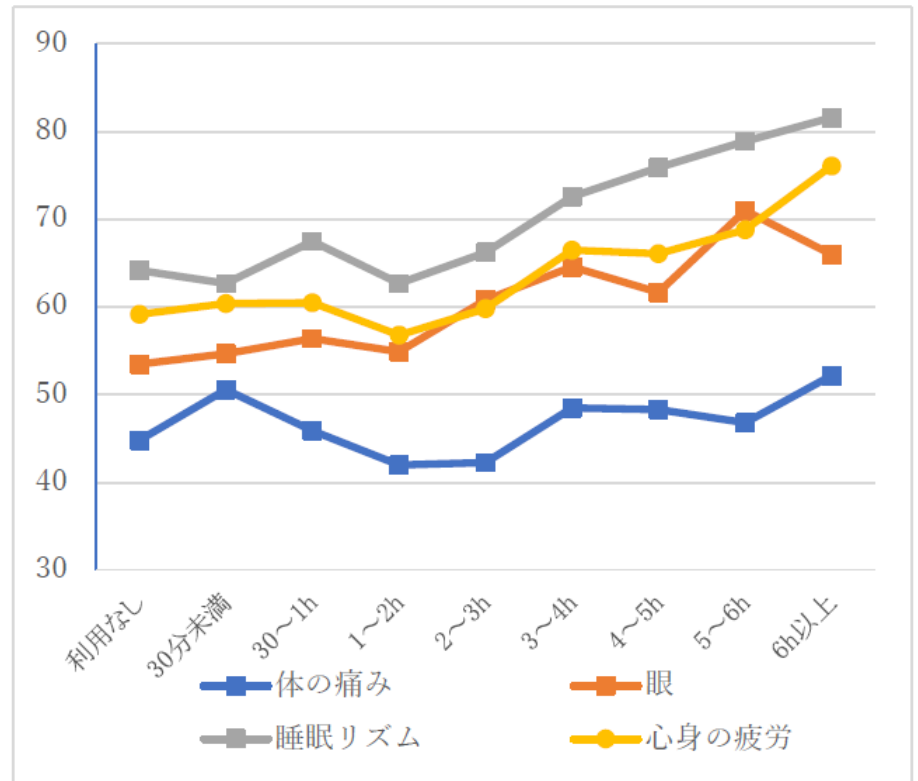
<小学校高学年>

長時間利用と健康状態

<平日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状> <休日の学習以外の利用時間×健康被害の自覚症状>



<小学校低学年>



<小学校低学年>

長時間利用と健康状態

- 全体的な傾向として、ネット利用時間が長くなればなるほど、健康状態の自覚症状が増えていく。
- 平日は30分～1時間、休日は1～2時間を超えると自覚症状が出てくる傾向。
- まったく使わないよりも、30分～1時間使っている方が自覚症状が「ない」ケースがいくつかみられる。

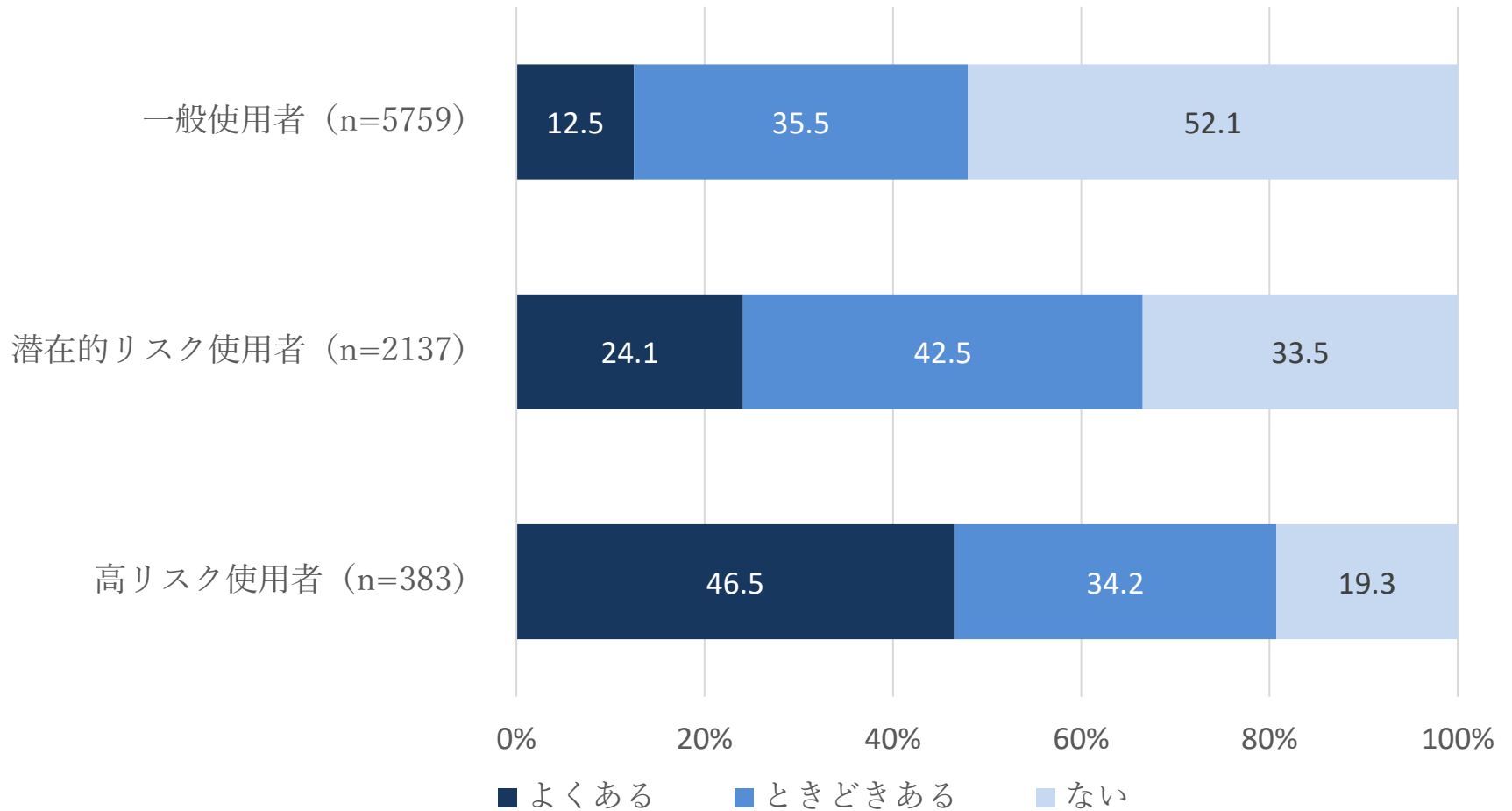
第2節 ネット依存度と 健康状態

ネット依存度と健康状態

- ネット依存度が深刻な生徒は、当然使用時間も長時間になるので、さまざまな自覚症状を訴えることが予想される。
- 全ての項目でこの関係は明らかである。いくつか例示する。

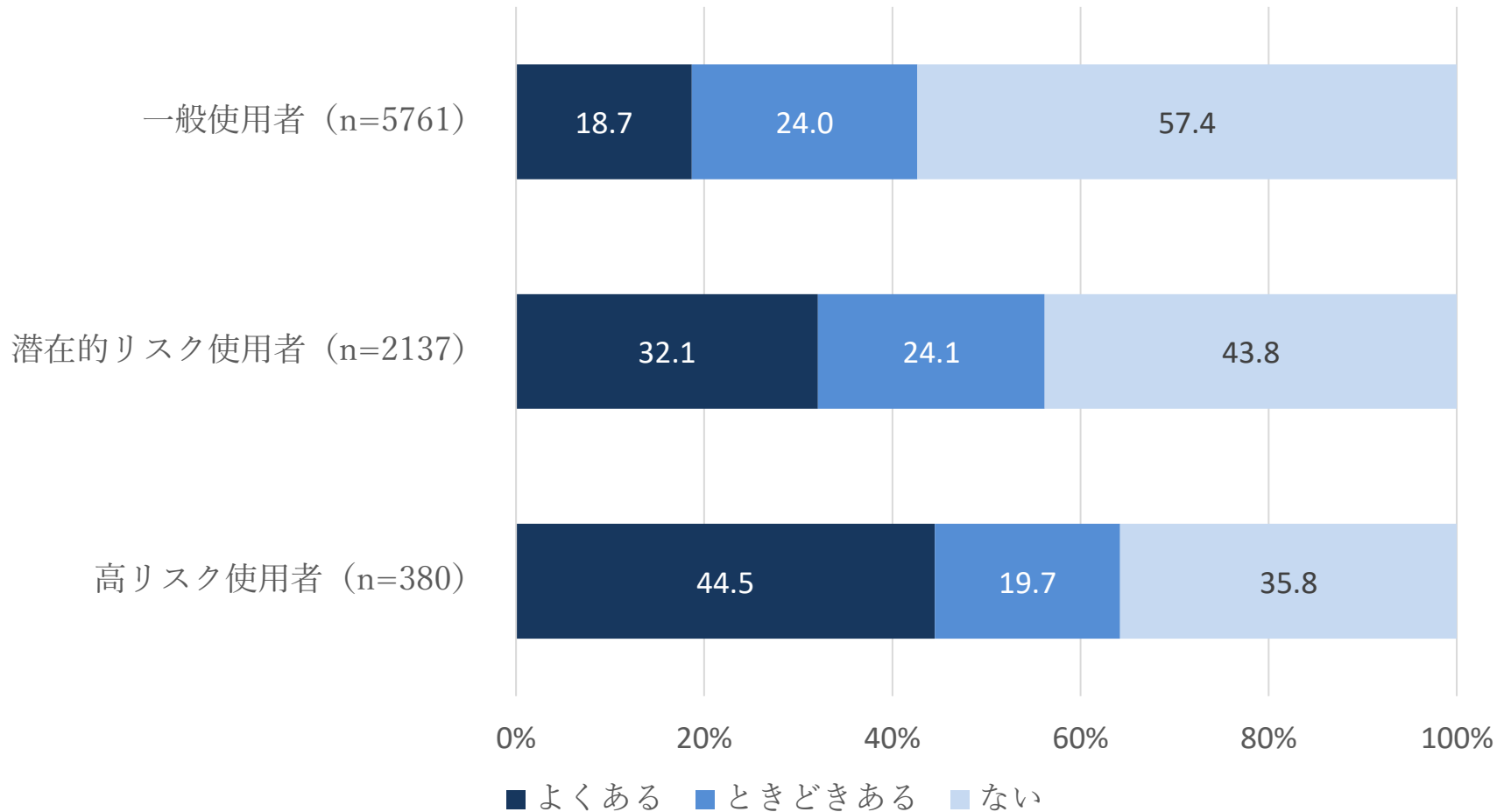
ネット依存度と健康状態

中学生 お腹が痛い（依存度別）



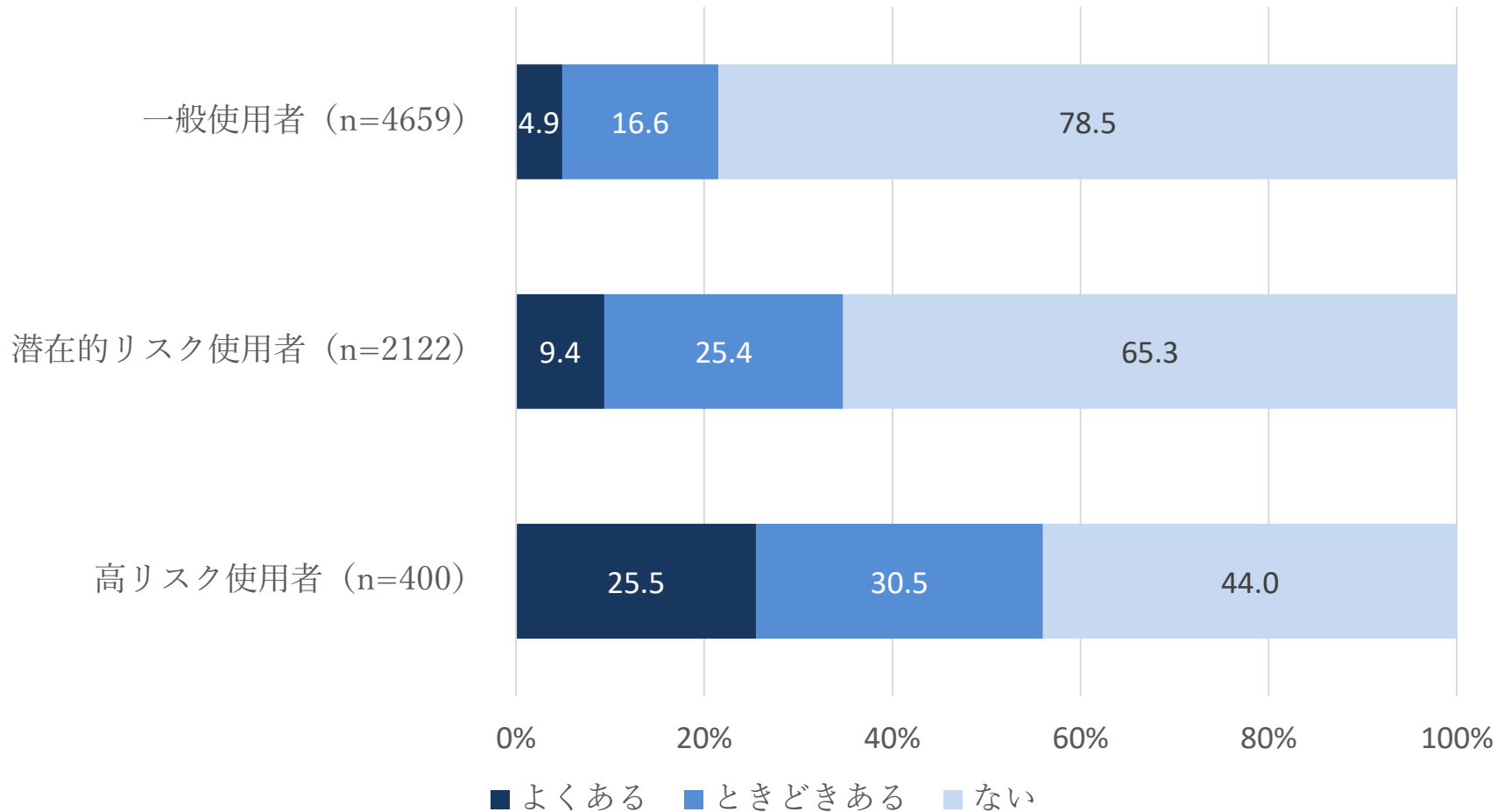
ネット依存度と健康状態

中学生 目が悪くなった（依存度別）



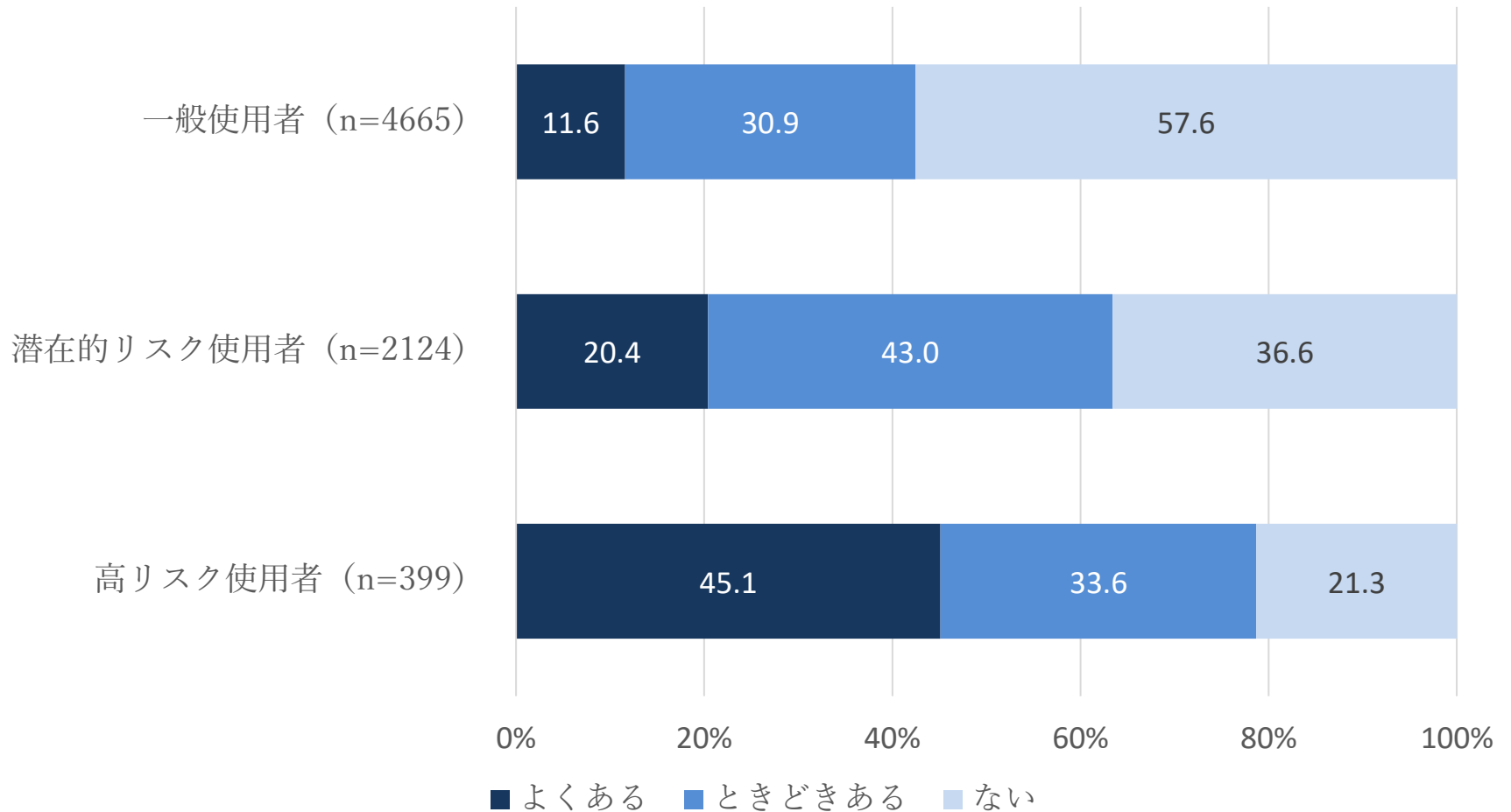
ネット依存度と健康状態

高校生 何でもないのにイライラする（依存度別）



ネット依存度と健康状態

高校生 何もやる気がしない（依存度別）



第3章

学習目的のネット利用 でも健康に影響

VDT症候群とは

- VDTとは Visual Display Terminal の略で、パソコンやタブレット端末のディスプレイのこと
- これを仕事や私用で長時間見続けることによる眼精疲労や精神的ストレスは以前から問題に
- 厚生労働省「VDT作業における労働衛生管理のためのガイドライン」では、室内の明るさや姿勢などの環境的な基準に加えて、**1回の作業が1時間以上連続しないようにすることが**求められている
- 職場の問題が、教育現場にも発生している可能性

第1節 学習のための ネット利用

学習のためのネット利用

- 「学習のため」のネット利用時間と「学習以外のため」のネット利用時間を分けて聞いている
- 2020年の小学生保護者調査では、学習目的のメディア利用は娯楽目的よりもむしろ疲労度が高いことが示された

オンライン学習 低学年ほど疲労度高い？ 群馬大などが共同研究

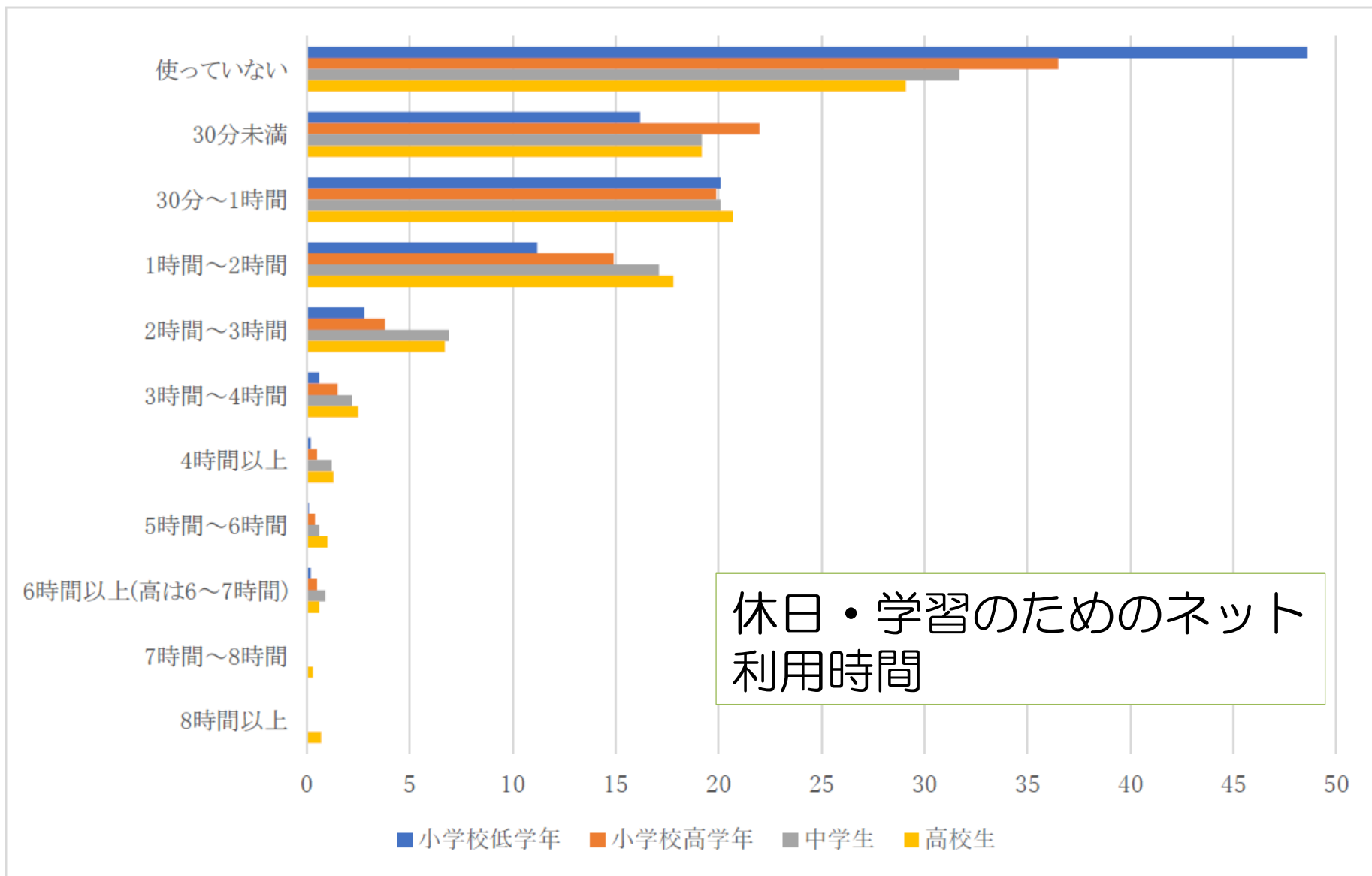
[2020/05/28 06:00]

シェア 135 ツイート B! 0 LINEで送る

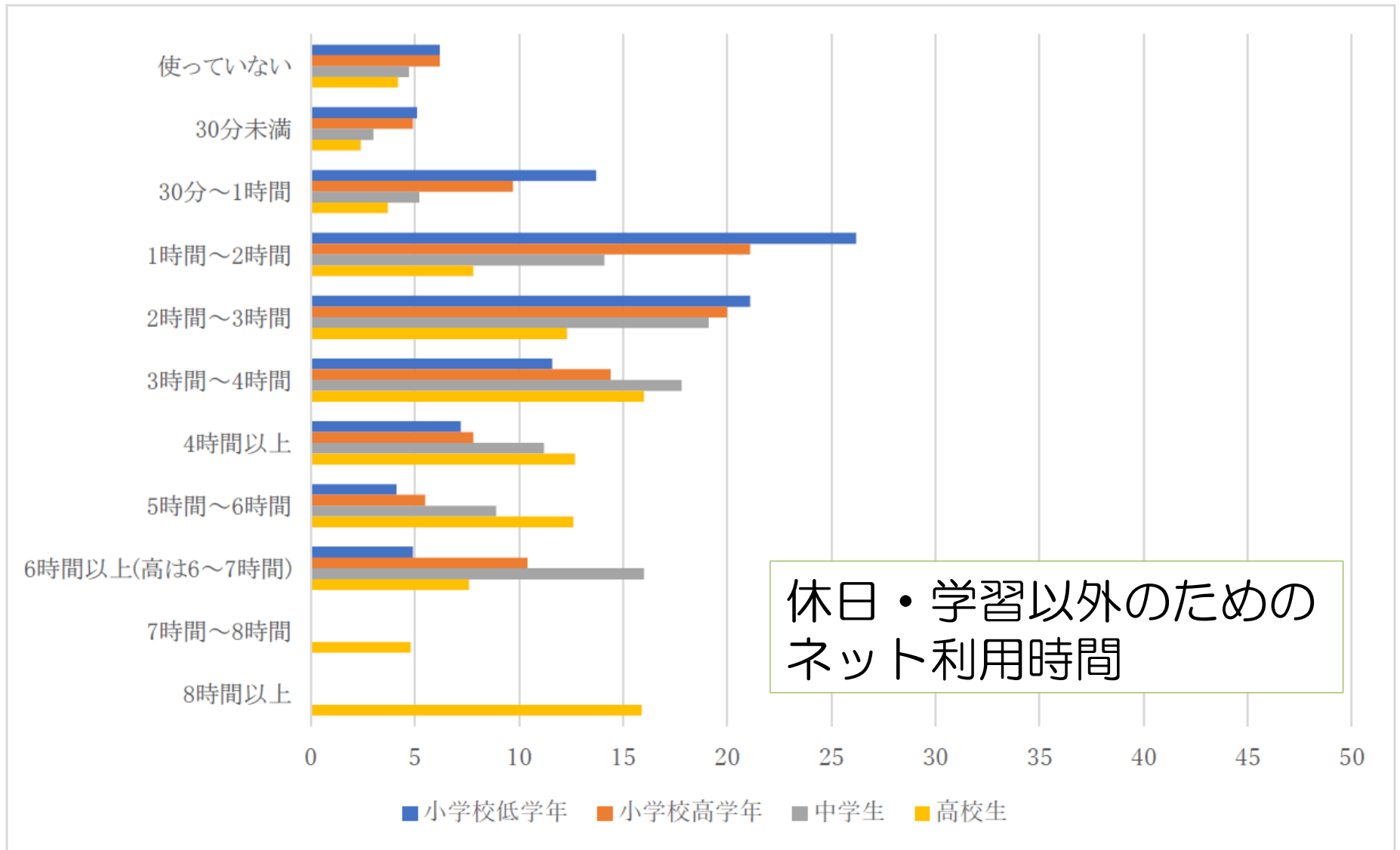


休校に伴い普及するインターネットを活用したオンライン学習は、ネットの娯楽利用と比べて小学生の疲労度を高める可能性があるとの調査結果を、群馬大社会情報学部の伊藤賢一教授らの共同研究グループが27日、発表した。高学年より低学年で疲労度が高い傾向があった。子どもの状況を適切に把握し、休憩を入れるなどの対策が必要だと指摘している。

学習のためのネット利用



学習のためのネット利用



学習のためのネット利用

- ほとんどの場合、学習のためのネット利用は短時間にとどまり、学習以外のネット利用は長時間になっている
- 近似的に平均を算出してみると、中学生は休日に学習のために1.25時間ネットを使い、学習以外のためには3.56時間ネットを使っている 高校生はそれぞれ0.96時間、4.49時間
- 学習のためのネット利用時間はむしろ短いですが、児童生徒の健康状態に影響していないといえるか？

第2節 健康状態を説明 するもの

健康状態を説明するもの

- 学習のためのネット利用時間と、学習以外のためのネット利用時間が健康状態をどの程度説明できるのか、重回帰分析を試みる。
- 2章で用いた健康状態の指標を少し改変して、点数化した4指標を作る。
- 体の痛み（項目2, 3, 8）、眼精疲労（項目1, 4, 5）、睡眠リズムの乱れ（項目10, 11, 12）、心身の疲労（項目9, 14, 15）を作成し、これを目的変数として、目的別利用時間との関係を見ていく。

健康状態を説明するもの

中学生・眼精疲労スコア

係数^a

モデル		非標準化係数		標準化係数	t値	有意確率
		B	標準誤差	ベータ		
1	(定数)	4.473	.069		65.078	.000
	問11-1 平日・学校での学習のためのネット利用時間	.020	.013	.018	1.512	.131
	問11-2 平日・学校以外での学習のためのネット利用時間	.054	.017	.044	3.112	.002
	問11-3 平日・学習以外のためのネット利用時間	.042	.017	.039	2.434	.015
	問11-4 休日・学習のためのネット利用時間	-.025	.015	-.024	-1.650	.099
	問11-5 休日・学習以外のためのネット利用時間	.057	.013	.072	4.480	<.001

a 従属変数 眼精疲労スコア

健康状態を説明するもの

独立変数の有意確率

校種	説明変数	体の痛み	眼精疲労	睡眠リズム	心身の疲労
小学校低学年	平日・学校での学習	0.880	0.868	0.185	0.947
	平日・学校以外での学習	0.042	0.078	0.446	0.748
	平日・学習以外	0.530	0.172	0.170	0.229
	休日・学習	0.032	0.515	0.343	0.012
	休日・学習以外	0.618	0.189	0.169	0.342
小学校高学年	平日・学校での学習	0.124	0.046	0.978	0.552
	平日・学校以外での学習	0.000	0.123	0.561	0.110
	平日・学習以外	0.008	0.116	0.020	0.058
	休日・学習	0.385	0.515	0.068	0.142
	休日・学習以外	0.004	0.014	0.000	0.000
中学生	平日・学校での学習	0.828	0.131	0.216	0.745
	平日・学校以外での学習	0.003	0.002	0.524	0.154
	平日・学習以外	0.001	0.015	0.000	0.001
	休日・学習	0.023	0.099	0.040	0.291
	休日・学習以外	0.000	0.000	0.000	0.000
高校生	平日・学校での学習	0.031	0.840	0.858	0.245
	平日・学校以外での学習	0.343	0.809	0.872	0.998
	平日・学習以外	0.281	0.185	0.384	0.764
	休日・学習	0.001	0.000	0.783	0.110
	休日・学習以外	0.000	0.000	0.000	0.000

健康状態を説明するもの

非標準化係数 B

校種	説明変数	体の痛み	眼精疲労	睡眠リズム	心身の疲労
小学校低学年	平日・学校での学習	-0.004	-0.005	-0.044	-0.002
	平日・学校以外での学習	0.070	0.065	0.033	-0.012
	平日・学習以外	-0.016	0.038	0.044	0.034
	休日・学習	0.064	0.021	0.035	0.084
	休日・学習以外	-0.010	0.027	0.033	0.020
小学校高学年	平日・学校での学習	0.026	0.037	-0.001	0.030
	平日・学校以外での学習	0.090	0.036	0.014	0.103
	平日・学習以外	0.049	0.033	0.049	0.108
	休日・学習	-0.016	-0.014	-0.039	-0.085
	休日・学習以外	0.039	0.037	0.071	0.239
中学生	平日・学校での学習	-0.003	0.020	0.016	0.012
	平日・学校以外での学習	0.046	0.054	-0.011	0.067
	平日・学習以外	0.052	0.042	0.066	0.158
	休日・学習	0.030	-0.025	-0.029	-0.043
	休日・学習以外	0.047	0.057	0.071	0.254
高校生	平日・学校での学習	0.032	0.003	-0.003	0.054
	平日・学校以外での学習	0.015	0.004	0.003	0.000
	平日・学習以外	0.019	-0.028	0.017	-0.017
	休日・学習	0.043	0.058	-0.004	0.064
	休日・学習以外	0.063	0.085	0.061	0.244

健康状態を説明するもの

娯楽中心と学習中心グループの比較

小学校高学年・平日

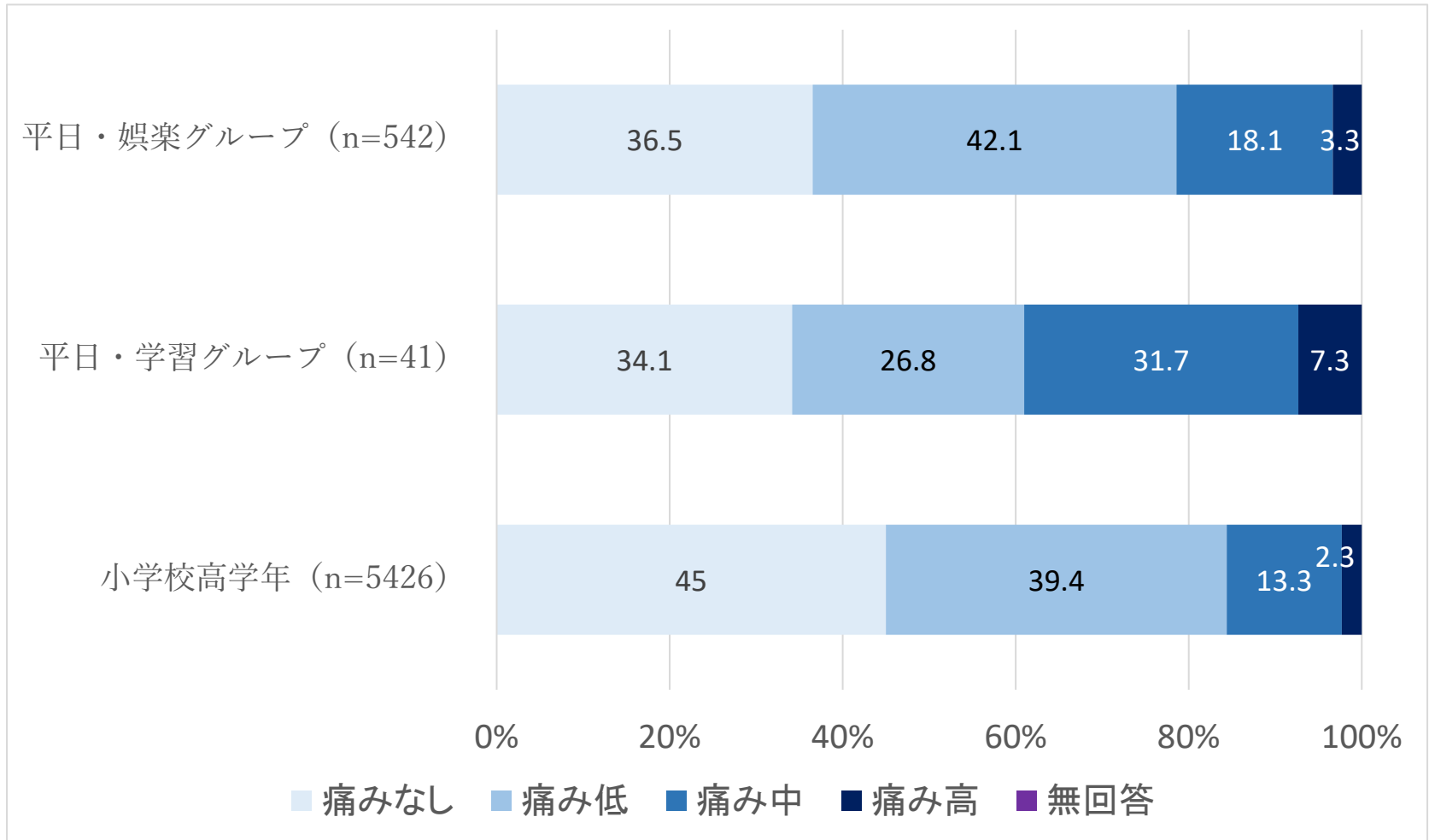
- 平日・娯楽グループ（学校以外での学習目的ではネットを使わず、学習以外のために2時間以上使用、n=566）
- 平日・学習グループ（学校以外での学習目的で2時間以上、学習以外のために1時間未満、n=42）

高校生・休日

- 休日・娯楽グループ（学習の目的ではネットを使わず、学習以外のために6時間以上使用、n=867）
- 休日・学習グループ（学習目的で3時間以上、学習以外のために3時間未満、n=127）

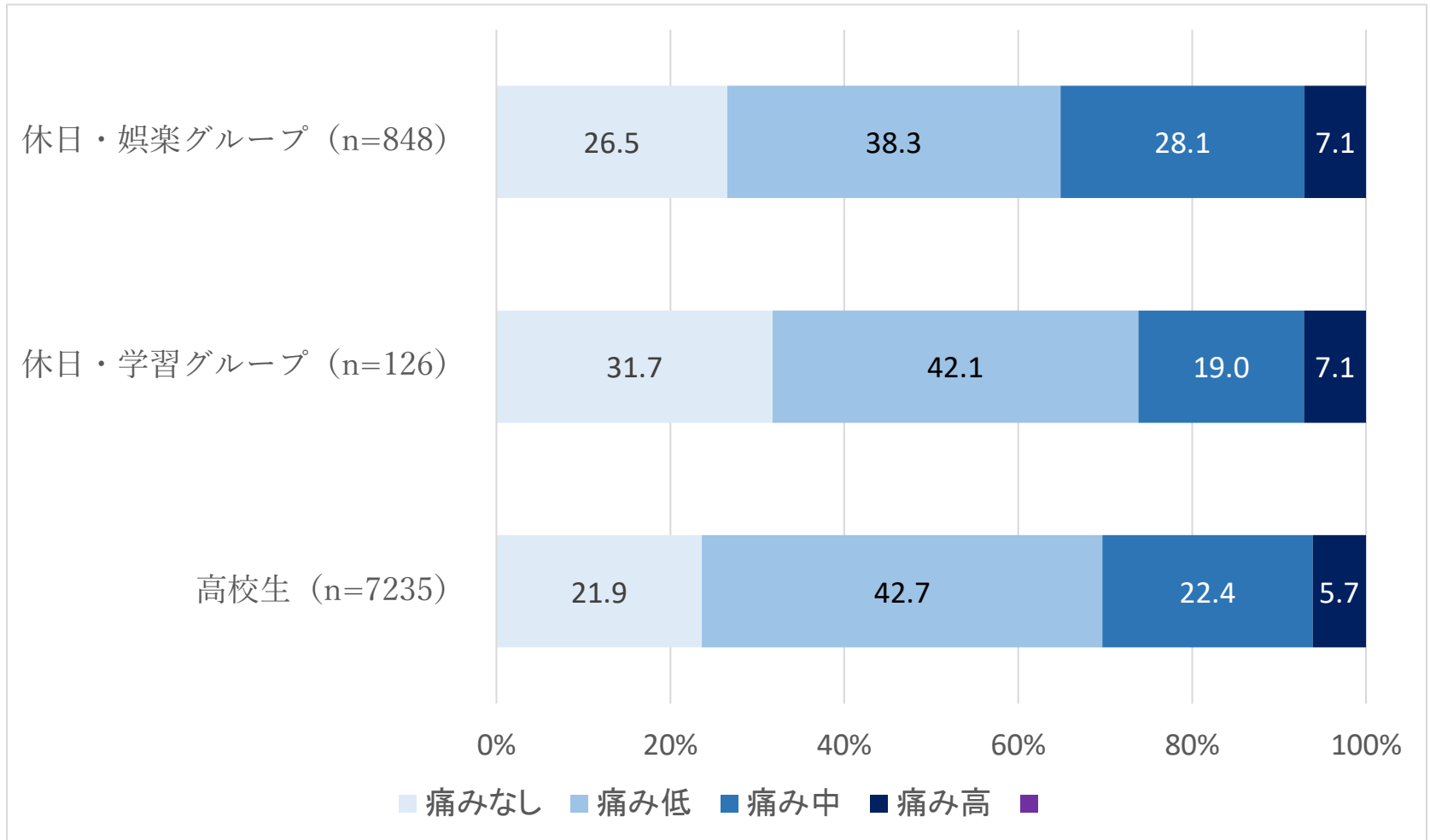
健康状態を説明するもの

小学校高学年・体の痛み



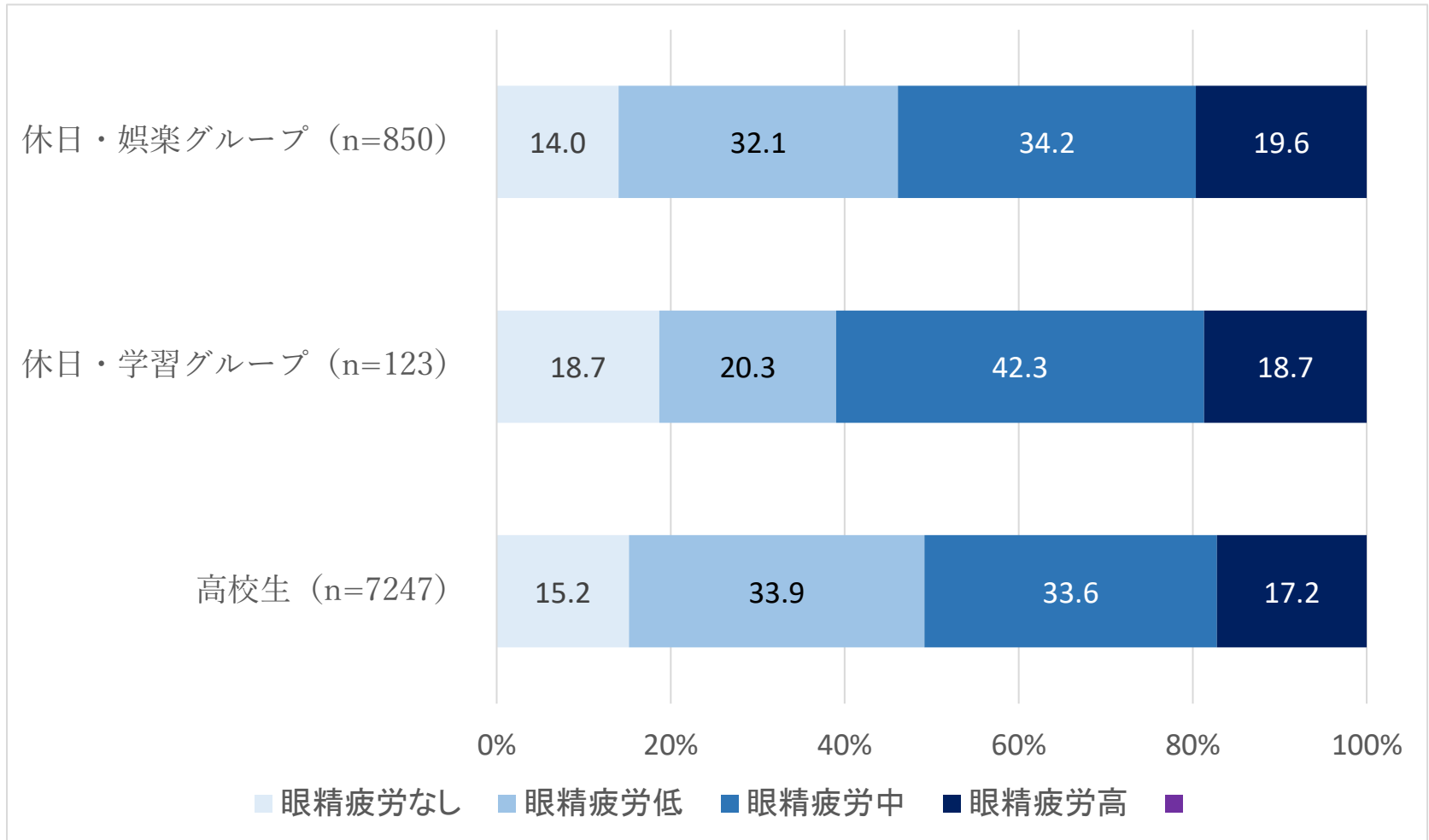
健康状態を説明するもの

高校生・体の痛み



健康状態を説明するもの

高校生・眼精疲労



健康状態を説明するもの

- 学習目的でネットを長時間使っている児童生徒は多くはないが、いくつかのケースで学習目的のネット利用が有意になる場合がある（係数は大きくはない）。
- 4つの指標の中で、学習目的のネット利用時間にもっとも反応しているのは「体の痛み」。
- VDT症候群と同じような状況が懸念され、適宜休憩時間を入れることなど、注意喚起が必要と思われる。

まとめ

- 学校でもネット機器が使われるようになり、ネット環境は充実している。
- 学年が上がると自分用のスマホ所持が増え、SNS利用も増加する傾向にある。
- 学習目的よりも、学習以外の目的のためにネットを長時間使うケースが多い。
- 全体として、ネット利用時間が長くなるほど、さまざまな身体症状を訴える割合が高くなる。
- 学習目的のネット利用は「体の痛み」につながる傾向があり、VDT症候群が懸念される。

ご静聴ありがとうございました



©いらすとや