

【原著論文】

小中学生のネット依存と生活満足度  
— 群馬県前橋市調査より —

伊藤 賢一

理論社会学研究室

**The Internet Addiction and Life Satisfaction among  
Schoolchildren:  
On a Survey in Maebashi City**

Kenichi ITO

Sociological Theories

**Abstract**

The word “Internet addiction” has become quite common among Japanese people. This paper attempts to identify the rate of the high-risk group of this “disease” among schoolchildren, to find out the distribution of them and what kind of net services they incline to use on a survey we executed in primary and junior-high schools in Maebashi city, Gunma prefecture, Japan.

The result tells us that 7.9% of 5-6 grade primary schoolchildren and 6.8% of junior-high schoolchildren are regarded as belonging to the high risk group. According to our regression analysis, movie sites are the most influential among several online services for the “addiction score” we set on our questionnaire. We also find out the adaptation to school life is important for the score.

**キーワード** : 青少年, スマートフォン, ネット依存, 生活満足度, 重回帰分析

**1. はじめに**

手軽にインターネットにつながるスマートフォンやタブレットがわれわれの日常生活にすっかり浸透し、とりわけ青少年の間での不健全な利用や「ネット依存」「ゲーム依存」という言葉も知られるようになった。ひと頃「デジタル・ネイティブ」という言葉が注目されたが、ネット機器利用の低年齢化はますます進行し、近年では乳幼児期のネット機器利用やスマートフォンに子守をさせる「スマホ育児」の是非が盛んに論じられている。2017年2月には「子どもたちのインターネット利用につい

て考える研究会（子どもネット研）」が未就学児のネット機器利用に関する調査結果を発表し、関係者に注意を促している<sup>(1)</sup>。

とはいえ、青少年のネット利用がその分「健全化した」というわけではなく、近年でも青少年のネット利用、とりわけ SNS でのいじめ問題や過度の長時間利用は相変わらず問題視されており、ネット依存、ゲーム依存に警鐘を鳴らす研究成果や記事・書籍等は数多く出版されている（三原・樋口, 2016; 藤川, 2016; 木部, 2016; 大嶋・小田, 2017; 石川, 2017 等）。アルコールや薬物、ギャンブルのような依存・嗜癖の対象とは異なり、スマートフォンやタブレット、パソコンといったインターネット機器は、学校教育や学習塾・通信教育等も含めた青少年の日常生活の中にすっかり入り込んでいるため、たとえこれらが青少年に有害だからといってまったく遠ざけることはほとんど不可能といえる。

青少年の不健全なネット利用、ネット依存に関してとりわけ問題視されているのは LINE に関するものである。LINE は気軽にメッセージを交換できる便利なツールとして青少年に浸透している SNS であるが、特に 1 対 1 でのメッセージ交換（「トーク」機能）よりもグループでの利用が注目されている。これは、青少年の間に相互に監視しあう関係を作り出し、仲間外れにされないために即座に返信することが半ば義務とされている場合もあると報告されている（石川, 2017 他）。青少年が参加しているグループには、学校での仲のよい友人が参加するものだけでなく、学級・学年単位のものや部活のもの、学校とは別の友人グループ等があり、生徒たちは複数のグループに参加していることが多い。いくつかのグループがアクティブである場合、ひっきりなしに LINE のメッセージがやりとりされることになる。結果として一人ひとりの利用時間はかなり長時間になり、SNS 依存・人間関係への依存をもたらすとされるのである。

また、スマートフォンの普及とともに SNS 上でプレイできるソーシャルゲームへの依存も注目されるようになってきた。オンラインゲームへの依存は以前から指摘されていたが、大きい画面に向かって長時間没入するような従来型のオンラインゲームと異なり、スマートフォンで主流になっているゲームは、乗り物での移動のような隙間の時間に手軽にできるように設計されている。最初は無料で簡単に始められるものの、次第にやめられなくなり、のめり込んでいくと課金してでも高得点をあげようとするユーザーが一定数存在し、彼らの存在がこのビジネスを成立させている（2012 年には「コンプリートガチャ」と呼ばれる課金方法が不当に射幸心を煽るとして問題視された。当時のような報道は近年では目立たないが、一部のヘビーユーザーの存在に依存しているゲームビジネスの構造は今でも変わっていないと思われる）。

さらに、SNS やゲームと並んで近年注目されつつあるのが動画サイトの長時間利用である。各種の調査で、小中学生が将来なりたい職業としてユーチューバー（YouTuber）等の動画投稿者が上位に上がってきたことが話題になったことは記憶に新しい。たとえば、ソニー生命保険が 2017 年 4 月 25 日に発表した調査結果（ソニー生命保険, 2017）では、男子中学生のなりたい職業として、IT エンジニア・プログラマー、ゲームクリエイターに次いで、「YouTuber などの動画投稿者」がプロスポーツ選手を抑えて 3 位に入っている（同調査では、女子中学生でも 10 位）。上述した「スマホ育児」でも子

どもに動画を見せているケースは多く、近年の子どもたちは相当長い時間をネットで配信される動画視聴に費やしていると思われる。一部の青少年の間では自ら動画配信を行うことも流行しており、こうした傾向が長時間利用につながっていると思われる。

本論文は、これまでの研究（伊藤, 2016, 2017）に引き続いて、われわれが群馬県前橋市で行ったアンケート調査にもとづいて、小中学生の間のネット利用、とりわけ長時間利用やネット依存の実態を描写し、青少年の問題あるネット利用を促進する要因を探ろうとするものである。本論文では、伊藤（2017）と同様に韓国で開発された K-スケールを用いたネット依存のスクリーニングテストを実施し、不健全なネット利用に陥っている小中学生の回答パターンを精査することで、彼らのネットサービスの利用状況や生活上の特徴を探り、どのような対策がネット依存の予防につながるのか考察するものである。

具体的に確かめたいことは、以下の3点である。第一に、ネット依存の高リスク利用者とされる小中学生が使用しているネットサービスを確認すること。そのために、伊藤（2017）に引き続いて、ネット依存の高リスク利用者と潜在的リスク利用者を検出し、とくに高リスク利用者とされた小中学生が使用しているネットサービスを確認すること。第二に、各ネットサービスがどの程度ネット依存に影響しているのかを分析し、今後いっそう注意すべきネットサービスやアプリを同定すること。第三に、ネット以外の生活上の満足度とネット依存の関係を分析することで、どのような生活上の条件がネット依存につながるのかを探究することである。伊藤（2017）では生活満足度の個々の変数との関連を調べてあるが変数同士の比較検討は行っていなかったため、本論文では重回帰分析を試みている。

これらの探究を通じて、ネット依存の現状を把握し、依存をもたらすとともに依存によってもたらされる生徒たちのネット以外の生活について理解を深めることが本論文のねらいである。

## 2. 調査概要について

以下の分析は、前橋市で2017年9月に行った「平成28年度 携帯電話・インターネットにかかわる生活実態調査」（以下では「2017年調査」とする）に基づくものである（前橋市教育委員会, 2017）。この節ではこの調査について概略を述べる。

対象となったのは、前橋市の小中学生（小学生は5年生と6年生、中学生は全学年）であり、これは市内全ての学校（小学校47校、中学校21校）から各学年1クラスずつ（中学校は2クラスの場合もある）を抽出してもらったものである。どのクラスを抽出するかは各学校に任せてある。調査方法は質問紙法で、生徒には紙に印刷した質問項目について授業中に回答してもらった。有効回答数は、小学生2,562（回収率98.6%）、中学生3,495（同96.7%）である。各学年について標本誤差5%、信頼度99%を満たすサイズとなっている。

なお、同様の調査を2016年にも実施しており、適宜比較に用いている箇所がある。2016年調査の有効回答数は小学生2,682（回収率98.0%）、中学生2,448（同97.0%）である。

生徒たちが自分専用として使っている機器をあげてもらったところ、図1のような結果になった。

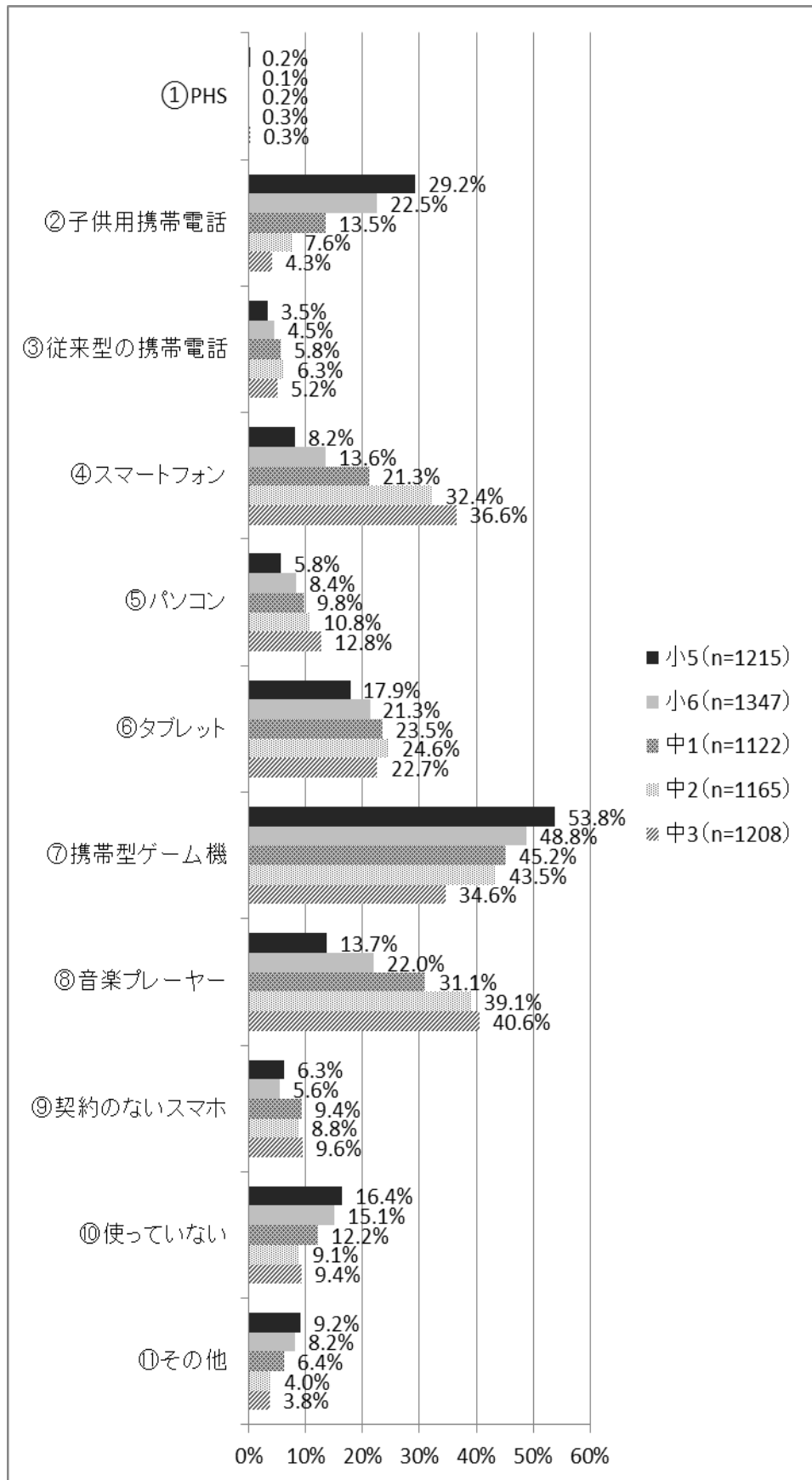


図1 自分専用として使っている機器

2016年調査と同様の傾向であり、子供用携帯電話は小学5年生で最も所持率が高いが学年が上がっていくにつれて低くなり、逆にスマートフォンは学年が上がっていくと所持率が高くなっていく。スマートフォンの所持率はすべての学年で前回調査よりも増加しており（全学年で18.7%から22.1%に増加）<sup>(2)</sup>、生徒たちの間にも確実にスマートフォンが浸透してきていることがうかがえる。他にも、無線LANのある環境ではネット端末として利用できる音楽プレーヤーや契約のないスマートフォン<sup>(3)</sup>、携帯型ゲーム機を「自分専用」として使っている生徒たちが一定数おり、こうした生徒たちはスマートフォンやパソコンがなくてもLINE等のアプリが使える環境にいることになる。

### 3. ネット依存の測定と生活満足度

前回の調査（前橋市, 2016; 伊藤, 2017）では、Kimberly Young が開発したインターネット依存度テスト（Internet Addiction Test, IAT）ではなく、韓国政府が開発したインターネット依存自己評価スケール（K-スケール）を一部修正した上でネット依存のスクリーニングテストを行った。今回の調査においても同様に K-スケールを一部修正して使い<sup>(4)</sup>、その結果に応じて高リスク使用者・潜在的リスク使用者・一般的使用者を判別した<sup>(5)</sup>。

#### 3.1. ネット依存の測定と性別・学年別の状況

これらの結果から、性別・学年別の依存度を集計したのが、次の図2・図3である<sup>(6)</sup>。

2013年8月に発表された厚生労働省の公募研究班の調査においては中高生の8.1%がネット依存の危険がある「病的な使用」とされていたが（『日本経済新聞』2013年8月2日他）、本調査での高リス

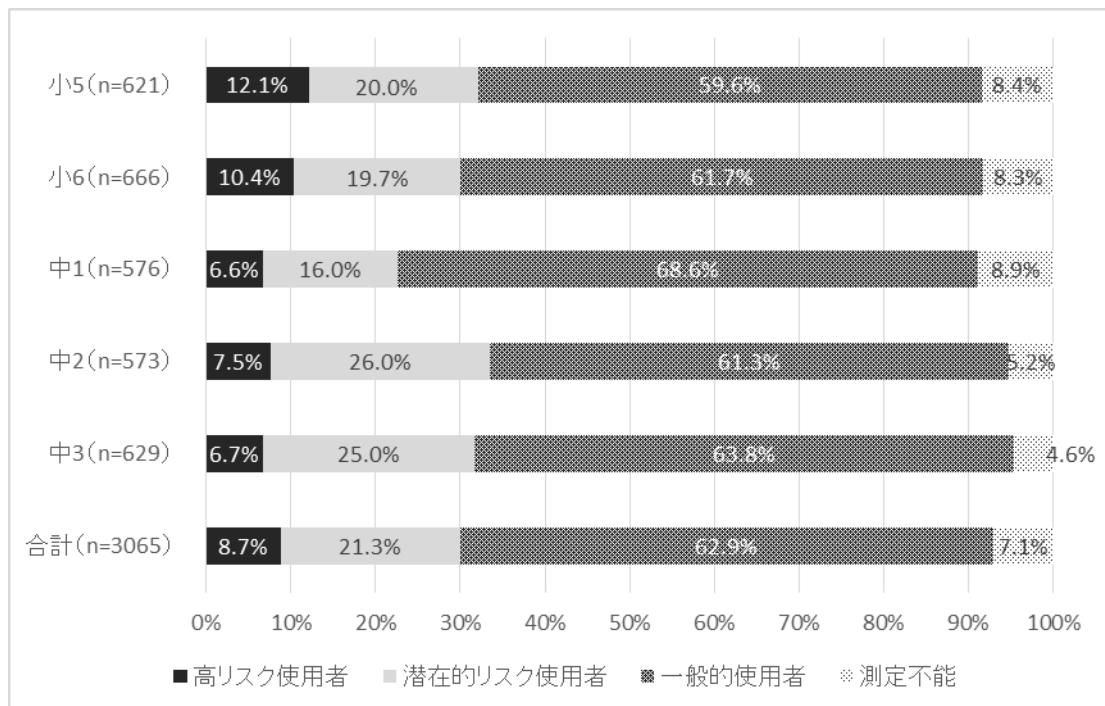
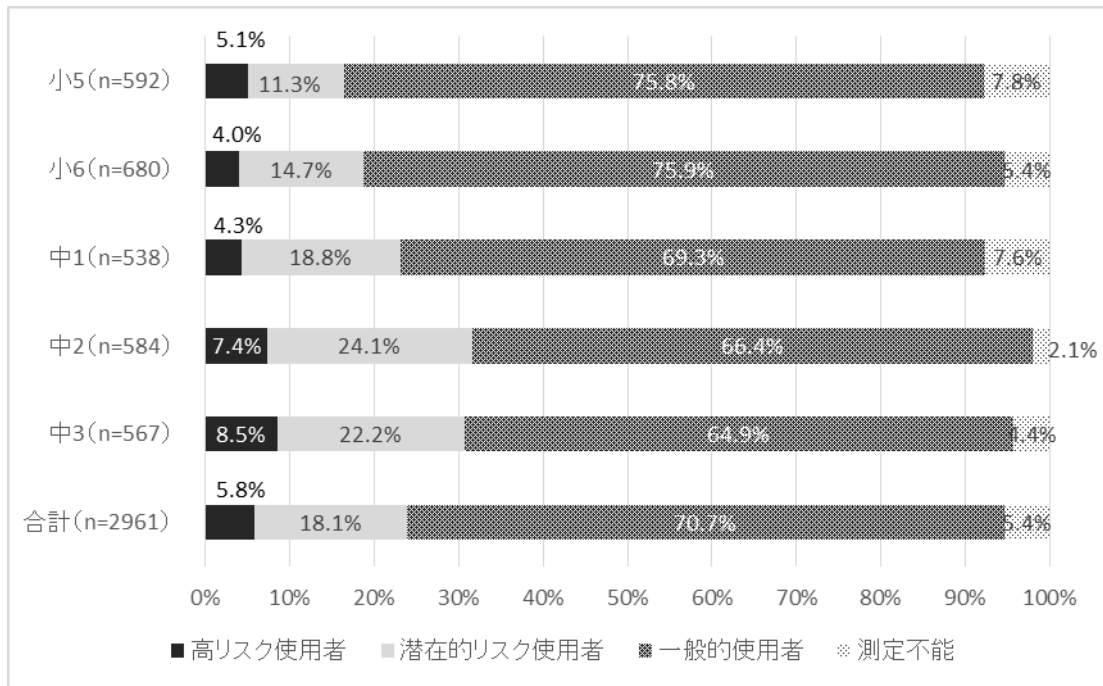


図2 学年別依存状況（男子）

p<0.01



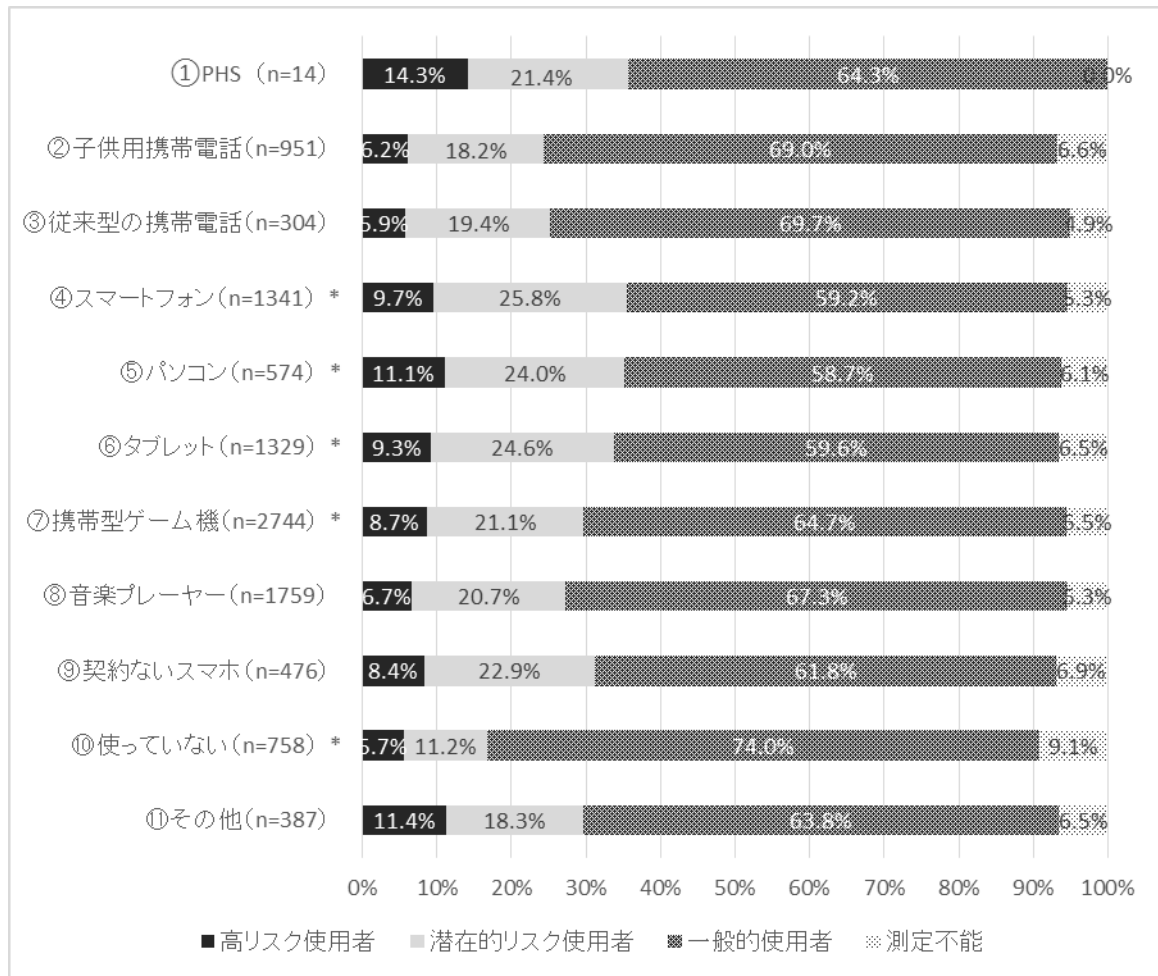
p&lt;0.01

図3 学年別依存状況（女子）

ク使用者は全体で7.3%、性別では男子8.7%、女子5.8%が該当する。これを学年別に集計すると小学5年生(n=1,215)で8.6%、6年生(n=1,347)で7.1%、中学1年生(n=1,122)で5.7%、中学2年生(n=1,165)で7.6%、中学3年生(n=1,208)で7.5%となり、小学校5年生がもっとも高リスク群が多いが、学年が上がるるとともに一旦減少し、その後再び増加するように見える。しかし図2・図3を見れば明らかのように、男女で増減の様子は異なり、男子は小学生の方が高リスク使用者が多く、女子は小学生のうち少ないものの学年があがるにつれて高リスク使用者が増加していくことが観察できる（とはいえ、中学生の男子は、女子に比べて高リスク使用者が少ないとはいえない）。これは2016年調査と同様の結果であり、おそらく小学生男子ではゲームの利用が盛んで、中学生女子ではLINEなどのSNS利用が盛んになっているものと推測できる。また、潜在的リスク利用者は、男女ともに中学生になると増加傾向にあることがわかる。

次の図4に示すのは、「普段使っている自分専用の」機器（複数回答）に対する回答毎に示した依存状況である。高リスク使用者や潜在的リスク使用者が多く検出されているのは、予想通り、スマートフォン、パソコン、タブレット、携帯型ゲーム機と回答した生徒であり、逆に「使っていない」と回答した生徒では少なくなっている。もっとも自分専用としては「使っていない」という回答者でも高リスク使用者が5.7%、潜在的リスク使用者が11.2%いることは注目すべきであろう。ネット端末をたとえば保護者などと共用している場合でも、問題のあるネット使用となりうる可能性がある。

依存傾向の生徒がどのようなサービス（アプリ）を利用しているかも気になるところである。今回の調査では、通話、メール、ゲームアプリ、動画サイト、LINE（1対1）、LINE（グループ）の6つ



\*の項目のみ p<0.01

図 4 自分専用の機器と依存状況

のサービスについて、「よく使う・たまに使う・あまり使わない・使わない(使えない)」の4点法で答えてもらった。依存傾向のある生徒と一般の生徒の間でとくに差が顕著であるものは、LINE(1対1・グループ)、ゲームアプリ、動画サイトである(図5~9)<sup>(7)</sup>。これらのサービスは一般的な使用者と判定された生徒も使っているが、とくに高リスク群と判定された生徒ほどよく使う傾向が見てとれる。

このうち、とくに高リスク使用者が多いと思われるのは、ゲームアプリ、動画、LINE(特にグループ)である。一般的に、男子生徒はゲーム、女子生徒はSNSに対する依存傾向が指摘されるが、この調査においてもその傾向は明確に現れている。LINEグループを「よく使っている」と回答した生徒は割合としては必ずしも多くないものの(全体の15.2%)、こうした生徒の間では高リスク利用者が多くなっている。また、動画サイトが依存傾向と結びついている傾向は、上述のように近年多くの論者が指摘するようになっているが(遠藤, 2016; 掛札, 2016; 伊藤, 2016, 2017)、今回のデータでも同様に確認できた。

一般的な傾向として、高校生になるとスマートフォンの利用率がほぼ100%近くなり、学級単位で

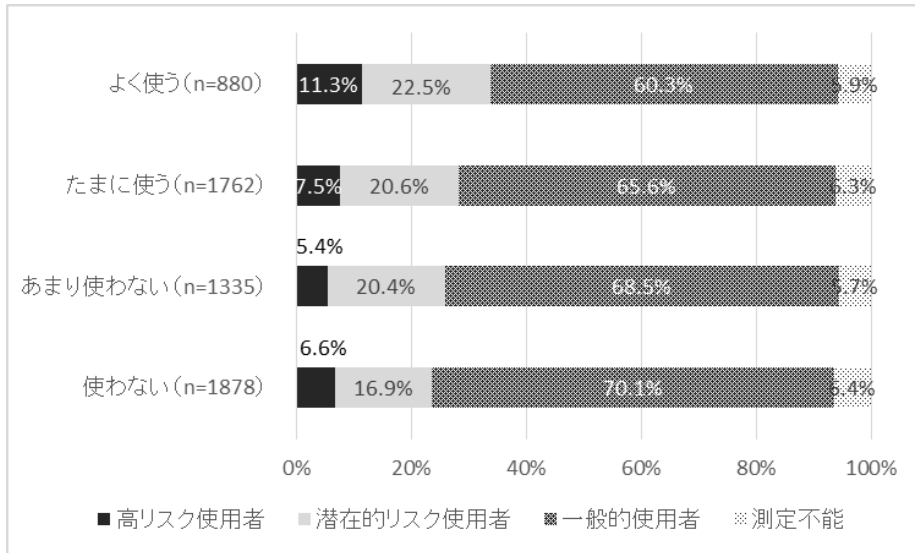


図5 普段使っているサービス（通話）と依存状況

p<0.01

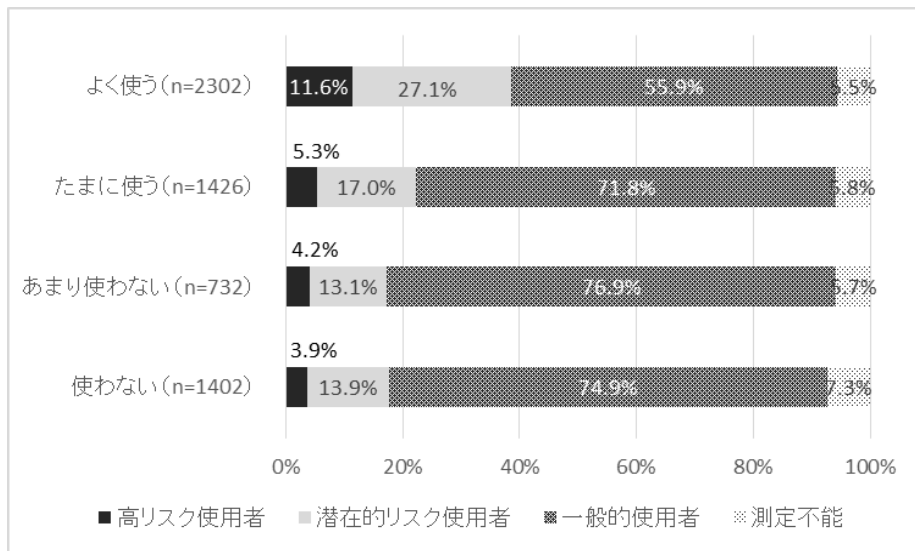


図6 普段使っているサービス（ゲームアプリ）と依存状況

p<0.01

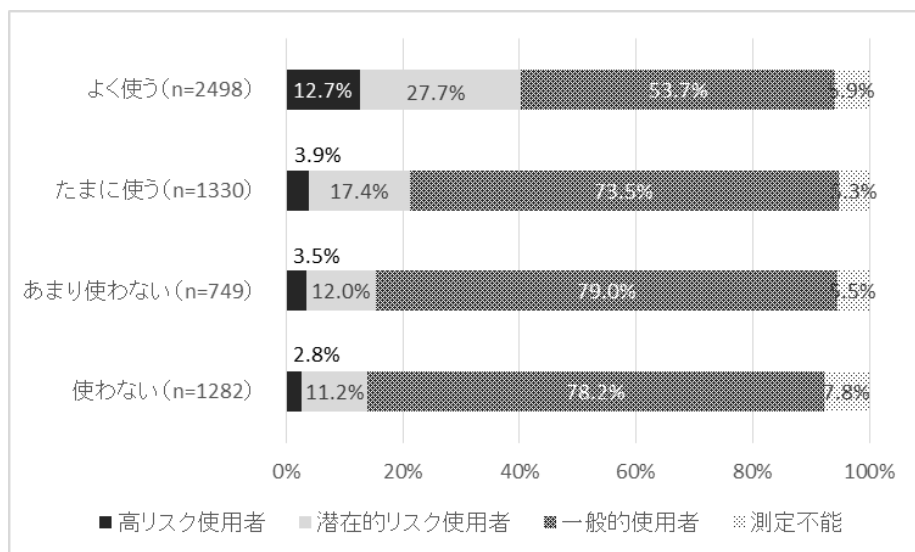


図7 普段使っているサービス（動画サイト）と依存状況

p<0.01



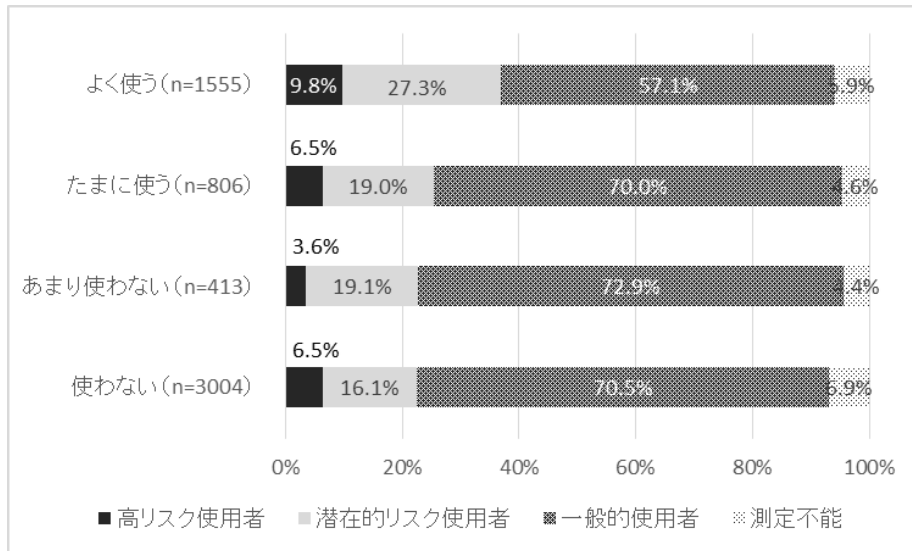


図8 普段使っているサービス (LINE・1対1) と依存状況

p<0.01

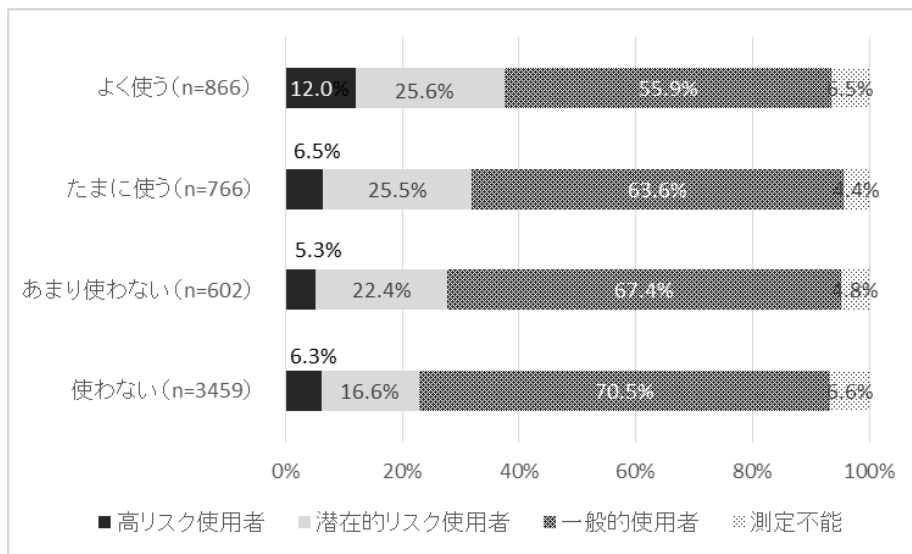


図9 普段使っているサービス (LINE・グループ) と依存状況

p<0.01

の LINE グループが形成されるなど、複数の LINE グループを利用するようになる。われわれの調査対象は小中学生なので、LINE グループの利用は一部の生徒に留まっており、利用している生徒とそうでない生徒の違いが対照的に示されていると思われる。

上述したように、よく利用するネットサービスには男女で違いがある。図 10 に示すのは、高リスク使用者と判定された生徒が「よく使う」と答えたサービスについて、学年別・男女別に示したものである。予想通り、ゲームアプリの利用は女子よりは男子に多く、LINE は男子よりは女子が盛んに使っている。LINE はグループよりも 1 対 1 での利用の方が割合は大きいものの、グループの利用が学年が上がると増えており、中学生女子では盛んに使われていることも確認できる。

動画サイトの利用は、男女を問わず、また学年を問わず多い。小学生・男子ではゲームアプリの方が若干多いものの、他のカテゴリーではすべて動画サイトがトップに来ている。「動画サイト」の利用が、具体的には YouTube やニコニコ動画などを見ているだけなのか、あるいは自ら配信までしている

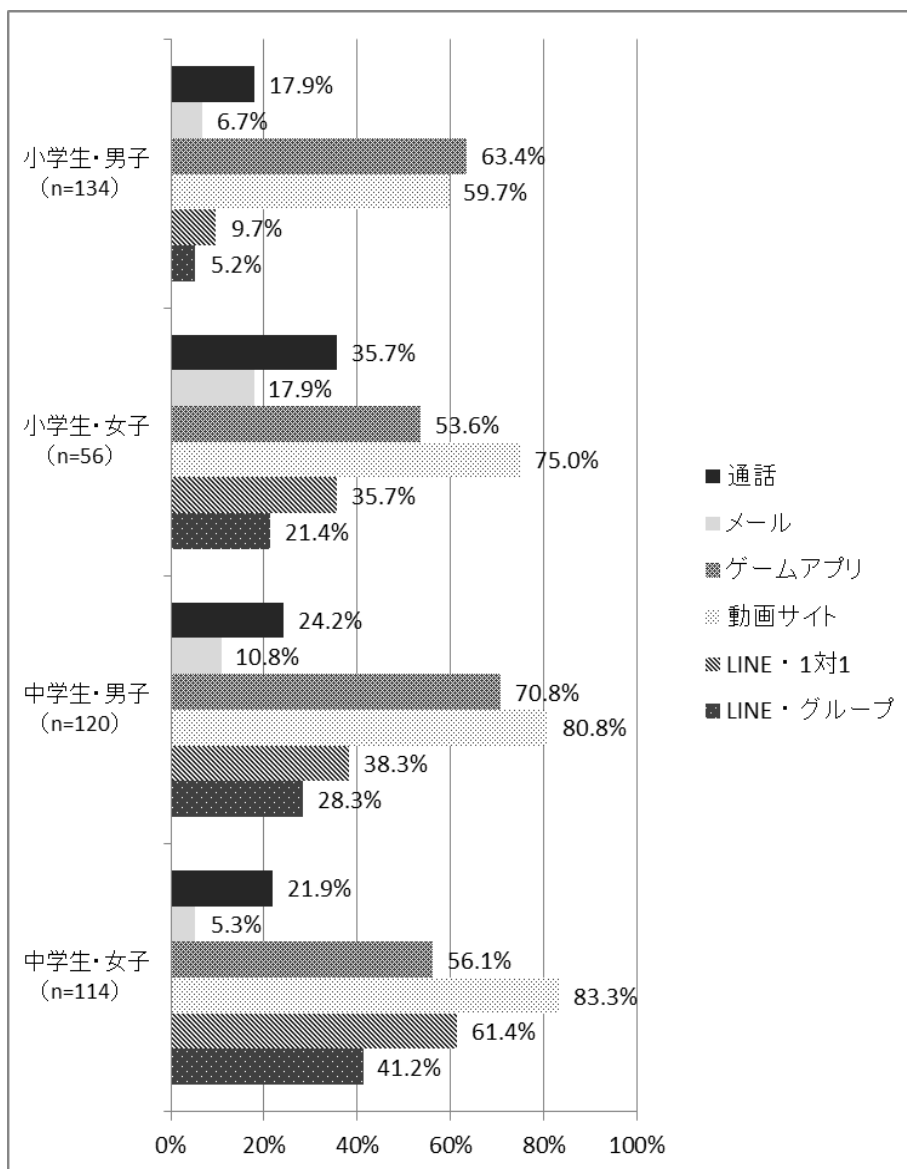


図 10 高リスク使用者と判定された生徒が「よく使う」と答えたサービス

のかといった使用の実態についても今後は解明が必要であろう。

図 11 に示すのは、スマートフォンと携帯電話を利用している生徒に対して、「最近の変化」について聞いた質問と、依存状況のクロス分析の結果である<sup>(8)</sup>。ケータイでのトラブルが増えた、家族との会話が減った、寝る時間が遅くなった、保護者の知らない友達が増えた、といった項目に答えた生徒で、高い依存傾向が見られることがわかる。

当然ながら、家での勉強時間が増えた、と答えた生徒では一般的な利用者が多く、逆に、高リスクと診断された生徒は少ない。ネットに依存するような時間配分で生活している以上、勉強時間が減るのは当然の結果であろう。学校でのアンケート調査なので、回答者である生徒本人の成績まで調べることはできなかったが、川島隆太らの 2014 年の調査(川島ほか, 2015)では LINE 等の使用時間と学業成績にも有意な関連が見られ、使用時間が長い生徒は学習に支障を来す傾向があると報告されており、可能であればこうした側面についても調査が必要であろう<sup>(9)</sup>。

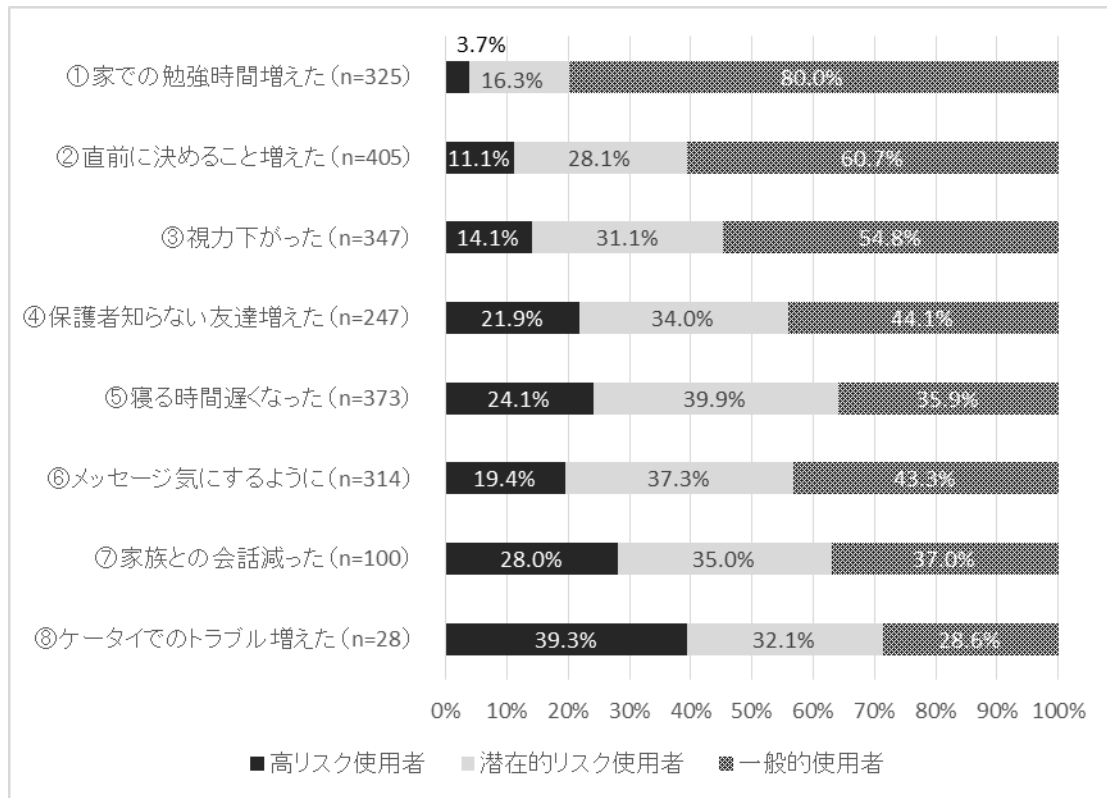


図 11 最近の変化と依存状況

### 3.2. 依存度スコアとネットサービス

小学生では男子，中学生では女子で高リスク使用者が多いことが示され，生徒たちの使っているサービスではゲームや動画サイト，LINE が関連しているらしいことがわかった。今回の調査では依存度の判定につかう依存度スコアを数値で算出しているのだから，それぞれの程度のリスクをはらんでいるのか比較するためにこの依存度スコアを従属変数とし，アンケートで調査した「普段利用しているネットサービス」6項目の利用状況を独立変数とした重回帰分析を行った<sup>(10)</sup>。その結果，ゲームアプリ，動画サイト，LINE（グループ）が有意となったものの，1対1でのLINEや通話やメールは有意にならなかった（表1）。

1対1で使うLINEの「トーク」の利用状況と依存傾向のクロス表（図8）では，「よく使う」と回答した生徒の方が高い依存傾向を示し $X^2$ 検定でも有意になるものの，LINEグループを利用する生徒は当然1対1の「トーク」も使っていると想定されることから，同時に両方を独立変数にした分析ではグループのみが有意なものとしてカウントされることになったと思われる。さらに，ゲームアプリ，動画サイト，LINE（グループ）の中でもっともベータ（標準化係数）の絶対値が大きく，依存度スコアに影響を与えているのは動画サイトの利用（0.256）であり，これはゲームアプリ（0.118）やLINEグループ（0.099）よりも大きい。高リスク使用者は性別・学年を問わず動画サイトをよく利用していたという上述の分析（図10）からすれば意外な結論ではないかもしれないが，動画サイトの利用に関しては今後もっと注目されてよい。

## モデルの要約

モデル	R	R2 乗 (決定係数)	調整済 R2 乗 (調整済決定係数)	推定値の標準誤差
1	.365 <sup>a</sup>	.133	.132	8.072

a. 予測値: (定数)、⑥LINE (グループ), ②メール, ④動画サイト, ①通話, ③ゲームアプリ, ⑤LINE (1対1)。

分散分析<sup>a</sup>

モデル		平方和	df	平均平方	F	有意確率
1	回帰	51652.759	6	8608.793	132.108	.000 <sup>b</sup>
	残差	336836.879	5169	65.165		
	合計	388489.638	5175			

a. 従属変数 依存度スコア

b. 予測値: (定数)、⑥LINE (グループ), ②メール, ④動画サイト, ①通話, ③ゲームアプリ, ⑤LINE (1対1)。

係数<sup>a</sup>

モデル		標準化されていない係数		標準化係数	t	有意確率
		B	標準誤差	ベータ		
1	(定数)	20.771	.375		55.360	.000
	①通話	-.075	.127	-.009	-.588	.556
	②メール	-.100	.133	-.011	-.748	.454
	③ゲームアプリ	.849	.114	.118	7.457	.000
	④動画サイト	1.861	.113	.256	16.434	.000
	⑤LINE (1対1)	-.111	.150	-.017	-.742	.458
	⑥LINE (グループ)	.756	.169	.099	4.484	.000

a. 従属変数 依存度スコア

表 1 依存度スコアを従属変数, ネットサービスを独立変数とした重回帰分析

## 3.3. 依存度スコアと生活満足度

2016年調査と同様に, 今回の調査でもオフラインの生活における満足度を尋ねている。具体的には, ①「学校の勉強は理解できる」②「信頼できる友だちがいる」③「毎日の生活が忙しいと感じる」④「家族団らんの時間は楽しい」⑤「将来の夢をもっている」⑥「学校に行きたくないと思うことがある」の6項目について, 「当てはまる・たぶん当てはまる・どちらともいえない・たぶん当てはまらない・当てはまらない」の5点法で回答してもらった。この満足度を独立変数として, 依存度スコアを従属変数とする重回帰分析を行った結果を表2に示す。

有意となった項目は, ②「信頼できる友達がいる」以外のすべてであるが, ベータの絶対値が大きいのは順に, ①「学校の勉強は理解できる」(-0.230), ⑥「学校に行きたくないと思うことがある」(0.226), ④「家族団らんの時間は楽しい」(-0.137), ⑤「将来の夢をもっている」(-0.073), ③「毎

日の生活が忙しいと感じる」(0.061)である。「学校の勉強が理解できる」と答える生徒は依存度スコアが低い傾向があり、「学校にいきたくないと思うことがある」と答える生徒は依存度スコアが高い傾向があること自体は理解可能であり、常識的な範囲であろう。もちろん、このことは因果関係を意味するわけではないので、学校でのいわば「不適応」がネット依存を誘発しているのか、ネット依存が原因になって学習を阻害しているのかは断言できなし、両者は悪循環する形で同時に起こっているのかもしれない。とはいえ、「家族団らん」や「将来の夢」のような生徒の内的な状態よりも学校への適応が大きく関係しているということはひとつの知見であろう。

**モデルの要約**

モデル	R	R2 乗 (決定係数)	調整済 R2 乗 (調整済決定係数)	推定値の標準誤差
1	.438 <sup>a</sup>	.192	.191	7.797

a. 予測値: (定数)、⑥学校、⑤将来、③余裕、②友人、①勉強、④団らん。

**分散分析<sup>a</sup>**

モデル		平方和	df	平均平方	F	有意確率
1	回帰	80313.398	6	13385.566	220.191	.000 <sup>b</sup>
	残差	338603.593	5570	60.791		
	合計	418916.991	5576			

a. 従属変数 依存度スコア

b. 予測値: (定数)、⑥学校、⑤将来、③余裕、②友人、①勉強、④団らん。

**係数<sup>a</sup>**

モデル		標準化されていない係数		標準化係数	t	有意確率
		B	標準誤差	ベータ		
1	(定数)	40.721	.945		43.082	.000
	①勉強	-2.380	.132	-.230	-18.022	.000
	②友人	-.046	.145	-.004	-.321	.749
	③余裕	.447	.090	.061	4.966	.000
	④団らん	-1.108	.104	-.137	-10.631	.000
	⑤将来	-.476	.081	-.073	-5.855	.000
	⑥学校	1.309	.073	.226	17.821	.000

a. 従属変数 依存度スコア

表 2 生活満足度を独立変数、依存度スコアを従属変数とした重回帰分析

**4. おわりに**

本論文で論じてきたことをもう一度確認しておこう。

本論文は、われわれが群馬県前橋市で行った調査にもとづいて、小中学生のインターネットへの依存状況を判定し、青少年の問題あるネット利用と生活満足度の関連を探ろうとするものである。本論

文では、どの程度の生徒にネット依存のリスクがあるのか、また高リスク利用者とされた生徒の特徴はどこにあり、彼ら・彼女らはどのようなネットサービスを利用しているのか、彼らに共通の生活上の特徴は何かを探索した。

第一に、韓国で開発された K-スケールを用いたアンケート調査を通じて、ネット依存の高リスク使用者と潜在的リスク使用者を調べ、性別・学年別の分布と、彼らがとくに利用しているネットサービスを調べ、LINE（とくに LINE グループの利用）やゲームアプリ以上に、動画サイトの利用に注意が必要なことを論じた。第二に、依存状況の判断に使用する依存度スコアを従属変数とし、ネットサービスを独立変数とする重回帰分析を行い、やはり動画サイトの利用状況が大きく影響していることを確認した。現在、ネット依存に関しては、LINE グループを舞台にした相互監視的な人間関係への没入（SNS 依存）やソーシャルゲームへの依存、動画サイトの過度な利用がそれぞれ独立したメカニズムとして語られているが、われわれの調査からはそのどれもが検出できた。重回帰分析の結果から、そのなかでも動画サイトの影響力が大きいという示唆が得られた。今後、さらに調査を進める必要があるといえよう。第三に、生活満足度を独立変数とする分析では、学校での勉強の理解や学校生活への満足度の影響が「家族団らん」や生徒自身の「将来の夢」よりも大きいという結果を得た。小学校高学年から中学生という時期は学校での生活が特に重要であることを考えれば、これは予想通りの結果であるといえよう。

ネット依存の問題は、スマートフォンやネットをどのように利用するかというだけの問題ではなく、生徒たちの生活全般と深く関わっている以上、研究にもそれに相当する「深さ」が必要とされる。今後も継続した調査研究が行われるべきであろう。

## 謝辞

本論文は日本学術振興会・平成 27～30 年度科学研究費補助金基盤研究 (C)「青少年の不健全なインターネット利用 (PIU) に関する構造的要因と対策の探究」(研究課題/領域番号 15K00459) による研究成果の一部です。また、本論文中で参照した調査については前橋市教育委員会ならびに NPO 法人青少年メディア研究協会 (AMS) に協力していただきました。日本学術振興会による研究助成ならびに、調査に応じてくださった生徒・保護者のみなさんと学校関係者、前橋市教育委員会、下田太一 AMS 理事長に感謝申し上げます。

## 注

- (1) 子どもネット研 (2017) によると、未就学児のおよそ 6 割が 2 歳までにネット機器の利用を開始しており、その半分はほぼ毎日タブレットやスマホなどに触れているという。内容的には「動画を見る」が圧倒的に多い (有効回答 644 中の 43.5%)。
- (2) 2016 年調査と 2017 年調査でクロス表をつくり  $X^2$  検定を行うと 1%水準で有意である。
- (3) 保護者等が機種変更をした際に、以前使っていたスマートフォンを子どもに使わせるケースが多いと思われる。

(4) 本論文では久里浜医療センターのウェブサイト ([http://www.kurihama-med.jp/tiar/tiar\\_07.html](http://www.kurihama-med.jp/tiar/tiar_07.html)) で公開されている K-スケール (青少年用) を用いたが、「インターネットをする」を「スマホやゲーム機などを使う」と改めるなど、若干修正した箇所がある。われわれが用いた具体的な質問文は以下の通り (\*印のものは逆転項目)。

1. スマホやゲーム機などを長い時間使うことで、学校の成績が落ちた。
2. 家の人や友だちといっしょにいるより、スマホやゲーム機などで遊んでいたほうが楽しい。
3. スマホやゲーム機などが使えなくなるのはたえられない。
4. スマホやゲーム機などの使う時間を減らそうと思うが減らせない。
5. スマホやゲーム機などで疲れて、授業中に寝てしまう。
6. スマホやゲーム機などのために、計画したことができなかったことがある。
7. スマホやゲーム機などをつかっているとすぐに気分がよくなる。
8. スマホやゲーム機などを使っていて、思い通りにならないとイライラしてくる。
- 9.\* スマホやゲーム機などを使う時間を自分で決めて、守ることができる。
- 10.\* 疲れるくらいスマホやゲーム機などを使うことはない。
11. スマホやゲーム機などを使えないと、落ち着かなくなり焦ってくる。
12. スマホやゲーム機などを使うときに、やめようと思いつつも使ってしまう。
- 13.\* スマホやゲーム機などを使っても、計画したことはきちんとおこなう。
- 14.\* スマホやゲーム機が無くても大丈夫、不安にはならない。
15. スマホやゲーム機などに時間を使いすぎているといつも思っている。

上記それぞれについて、「そう思う」4点、「だいたいそう思う」3点、「あまり思わない」2点、「そうは思わない」1点として合計得点を計算した。判定については注(6)も参照されたい。

(5) 依存度の測定に用いた質問項目は注(4)で示した通り15問からなるが、一部に答えていない等の理由で判定できない場合は「測定不能」とした。

(6) 判別は、合計得点だけでなく、要因別得点(A要因〔質問1, 5, 6, 10, 13〕, B要因〔同3, 8, 11, 14〕, C要因〔4, 9, 12, 15〕)も用いている。久里浜医療センターのサイトには解説が付されていないが、カウントされている質問項目をみると、A要因は生活への影響、B要因は遮断した際の反応、C要因は時間管理を測定していると推定される。判定基準は以下の通りである。

①高リスク使用者：〔中学生〕合計得点が44点以上、あるいはA要因15点以上、B要因13点以上、C要因14点以上のすべてに該当する場合、〔小学生〕合計得点が42点以上、あるいはA要因14点以上、B要因13点以上、C要因13点以上のすべてに該当する場合。

②潜在的リスク使用者：〔中学生〕合計得点が41～43点、あるいは、要因別得点がA要因14点以上、B要因12点以上、C要因12点以上のいずれかに該当する場合、〔小学生〕合計得点が39～41点、あるいは、A要因13点以上、B要因12点以上、C要因12点以上のいずれかに該当する場合。

③一般的使用者：〔中学生〕総得点が40点以下で、要因別得点がA要因13点以下、B要因11点以下、C要因11点以下である場合、〔小学生〕総得点が38点以下で、要因別得点がA要因12点以下、B要因11点以下、C要因11点以下である場合。

高リスク使用者とは「インターネット依存傾向が非常に高く」、「専門医療機関などに」相談が必要とされるユーザー、潜在的リスク使用者とは「インターネット依存に対する注意が必要」で、「インターネット依存におちいらないよう節度を持って使用」することが求められるユーザー。これに対して一般的使用群は、「インターネットが健全に使用できている」ユーザーとされる。

(7) メールについては $X^2$ 検定で有意な差が検出されなかったので示していない。近年の生徒は友人と連絡するときにもLINE等のメッセージアプリを使う傾向があり、メール利用の有無はネット利用を反映していないと思われる。

(8) 依存傾向が「測定不能」である生徒はここには出てこない。これは、「最近の変化」に関する質問が、スマートフォンや携帯電話を利用している生徒に対してのみ問われているからである。

- (9) 阿部 (2014, 2017) はこの点に関して、学業成績だけでなくさらに利用者の思考過程そのものに対する根底的な影響がありうるとして警鐘を鳴らしている。
- (10) (6) で述べたように、依存度スコアは各質問項目の数値を(いくつかのものは逆転させた上で)合計して算出しているが、依存度の判定には要因別得点も考慮して総合判断している。ここでの重回帰分析では要因別得点は考慮していない。

## 文献

- 阿部圭一, 2014, 「インターネットの副作用と情報教育 — 思考様式と人間関係への影響にどう対処するか —」『情報処理』Vol. 55 No. 5, pp. 496-499.
- , 2017, 「ネットの長時間利用が子どもたちに与える影響」<https://angels-eyes.com/feature/2017-2.htm>
- 阿部圭一・大嶋啓太郎・小田哲久, 2012, 「ゲーム依存の現状と対策 — 個人的視点と社会的点から」『社会情報学会 (SSI) 学会大会研究発表論文集 2012』pp. 189-194.
- 大嶋啓太郎・小田哲久, 2017, 「インターネット依存に関する研究 — 大学生への質問紙調査を中心に」, 2017 年社会情報学会 (SSI) 学会大会研究発表論文集 (オンライン版)  
<http://gmshattori.komazawa-u.ac.jp/ssi2017/wp-content/uploads/2017/03/25.pdf>
- 芦崎治, 2009, 『ネットゲ廃人』, リーダーズノート.
- 土井隆義, 2014, 『つながりを煽られる子どもたち — ネット依存といじめ問題を考える (岩波ブックレット No. 903)』, 岩波書店.
- 遠藤美季, 2013, 『脱ネット・スマホ中毒 — 依存ケース別 SNS 時代を生き抜く護身術!』, 誠文堂新光社.
- , 2016, 「ネット依存の予防は「知ることこそ護身術」 — 〈ネット依存相談の窓口から〉」  
<https://www.wakuwaku-catch.net/cat11/>
- 藤川大祐, 2016, 「この便利すぎるツールの功罪 — 大人にとってのスマホ, 子どもにとってのスマホ」『児童心理』, Vol. 70. No. 11, pp. 10-16.
- 樋口進 (監修), 2013a, 『ネット依存症のことがよくわかる本』, 講談社.
- , 2013b, 『ネット依存症』, PHP 新書.
- (監修), 2014, 『ネット依存症から子どもを救う本』, 法研.
- 石川結貴, 2017, 『スマホ廃人』, 文藝春秋.
- 伊藤賢一, 2016, 「スマートフォン時代における青少年のリスク構造 — 群馬県前橋市調査より —」『群馬大学社会情報学部研究論集』第 23 巻, pp. 1-14.
- , 2017, 「小中学生のネット依存に関するリスク要因の探究 — 群馬県前橋市調査より —」『群馬大学社会情報学部研究論集』第 24 巻, pp. 1-14.
- 掛札昌邦, 2016, 「ライブ配信サイトが生む『ネット依存』」<https://angels-eyes.com/feature/2016-2.htm>
- 川島隆太ほか (学習意欲の科学的研究に関するプロジェクト), 2015, 「スマートフォン・携帯電話の長時間使用が学力に悪影響を与える! — 仙台市標準学力検査, 仙台市生活・学習状況調査における小 5~中 3 の詳細な分析結果から —」  
[https://www.tohoku.ac.jp/japanese/newimg/awarding/award20150319\\_01.pdf](https://www.tohoku.ac.jp/japanese/newimg/awarding/award20150319_01.pdf)
- 木部則雄, 2016, 「コミュニケーション能力の不具合: 応答的環境で育たなかった人達 — 「個遊」時代の人たち」『児童心理』, Vol. 70. No. 11, pp. 32-37.
- 木村忠正, 2012, 『デジタルネイティブの時代 — なぜメールをせずに「つぶやく」のか』, 平凡社.
- 小林直樹, 2014, 『わが子のスマホ・LINE デビュー 安心安全ガイド』, 日経 BP 社.
- 子どもたちのインターネット利用について考える研究会, 2017, 「子どもたちのインターネット利用について考える研究会 第八期報告書 低年齢の子どもとインターネット」  
<https://www.child-safenet.jp/wordpress/wp-content/uploads/report08.pdf>
- 前橋市教育委員会, 2016, 『平成 27 年度 携帯電話・インターネットにかかわる生活実態調査』(非公開)



- 前橋市教育委員会, 2017, 『平成 28 年度 携帯電話・インターネットにかかわる生活実態調査』(非公開)
- 三原聡子・樋口進, 2016, 「ネット依存症の低年齢化への危惧」『児童心理』, Vol. 70. No. 11, pp. 58-62.
- 内閣府, 2016, 「平成 27 年度 青少年のインターネット利用環境実態調査」  
[http://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/h27/jittai\\_html/index.html](http://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/h27/jittai_html/index.html)
- 西村本気, 2010, 『僕が見たネットゲ廃神』, リーダーズノート.
- 岡田尊司, 2014, 『インターネット・ゲーム依存症 — ネットゲからスマホまで』, 文藝春秋.
- ソニー生命保険, 2017, 「中高生が思い描く将来についての意識調査 2017」  
[http://www.sonylife.co.jp/company/news/29/nr\\_170425.html](http://www.sonylife.co.jp/company/news/29/nr_170425.html)
- 竹内和雄, 2014a, 『家庭や学校で語り合う スマホ時代のリスクとスキル — スマホの先の不幸をブロックするために』, 北大路書房.
- , 2014b, 『スマホチルドレン対応マニュアル — 「依存」「炎上」これで防ぐ!』, 中央公論新社.
- 田澤雄作, 2015, 『メディアにむしばまれる子どもたち — 小児科医からのメッセージ』, 教文館.