

Survey of Internet use among elementary and junior high school students: Effects on tendency toward dependence and lifestyle

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-04 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/43101

小中学生のインターネット使用に関する実態調査 —依存傾向と生活習慣について—

津田 朗子, 木村留美子, 水野 真希

要 旨

本研究は、小中学生のインターネット使用状況から、その依存傾向と生活習慣を調査した。対象は1自治体の全小中学校に通う小学4～6年生849名、中学1～3年生896名で、自記式質問紙調査を実施した。

その結果、インターネットに「依存傾向」の子どもは小学生7.5%、中学生22.0%、全体で15.9%にみられ、その割合は中学2年生、中学3年生に高く、また女子に高かった。依存傾向の者は、インターネットを使用する時間が長く、複数の機器を使用している者、持ち運び可能な機器を使用している者、自分専用の機器を所持している者、使用目的が多岐にわたる者、使用の際のルールがない者に多かった。

依存傾向者は、依存のない者やインターネットを使用しない者に比べ、就寝時刻が遅かった。また、小学生では学習時間が短く、中学生では運動時間が短く、インターネットへの依存傾向が生活習慣に影響を及ぼしていることが示唆された。

KEY WORDS

インターネット (internet), 小中学生 (elementary and junior high school students), 思春期 (adolescent)
依存傾向 (tendency toward dependence), 生活習慣 (lifestyle)

はじめに

近年、情報通信技術の進歩に伴い、インターネットは我々の生活に幅広く普及している。インターネットは生活の利便性を高め、娯楽としても使用できる反面、過度に使用することによる弊害も懸念されている。特に、発達途上にある子どもにとっては、長時間使用による生活習慣への影響^{1,3)}や学力の低下⁴⁾、心身への悪影響⁵⁾、また不登校や社会不適応⁶⁾など、その影響は非常に深刻であることが近年になり報告されるようになってきた。インターネット先進国である韓国では、青少年のインターネット依存が大きな社会問題となり、ネット依存の実態やスクリーニング、治療効果等に関する研究^{7,9)}が数多く行われている。我が国でも、スマートフォンが青少年に普及し始めたころから、ネット依存に対する関心が高まり、先行研究が増えている。しかし、それらは、大学生・高校生などの青少年を対象とした調査が中心で、小学生を含む子どもを対象としたインターネット依存傾向の実態や生活習慣との関連についての報告はまだ多くは

ない。

そこで、調査を行った当時には明らかにされていない子どものインターネット依存のリスク要因を検討するために、インターネットに触れ始める小学生と思春期を迎える中学生の子どものインターネット使用状況と依存傾向および生活習慣を調査したので報告する。

【用語の定義】

- ・ネット依存：ネット依存とはスマートフォンやパソコン、オンラインゲームなどのインターネットサービスを長時間使い続け、なかなかやめられず、健康や生活に支障が出ている状態を指す概念で、本研究では特定の基準にはよらないものとする。
- ・ネット依存傾向：上述のネット依存に類似する傾向を示していると思われる子どもの状況のこととする。
- ・SNS：Social Networking Service (ソーシャル・ネットワーキング・サービス)の略であり、本研究ではミクシー、ツイッター、Facebook、ブログ等、インター

ネット上のコミュニティサイト全てを含む。

研究方法

1. 調査対象

対象はA県にある1自治体の全小中学校(小学校5校、中学校1校)に通う小学4~6年生849名、中学1~3年生896名である。この自治体は県庁所在地に隣接するベッドタウンで、子育て世代が増加しつつある地域であり、情報通信技術の発展においては国全体の状況と比較し平均的な地域である。

2. 調査期間

平成24年7月9日~13日

3. 調査方法

調査にあたっては、自治体の教育委員会の協力のもと、自治体内の全小中学校校長に調査を依頼し了承を得た。調査は無記名自記式質問紙にて学校でクラス毎に実施することとし、調査用紙の配布・回収は、予め作成した調査手順に基づいて担任教師が行った。調査への同意は、質問紙への回答をもって得るものとし、回答用紙は個別の封筒に入れ、完全に封をして回収した。なお、調査にあたっては予備調査を実施し、一部修正を加えた後に実施した。

4. 調査内容

調査内容は、インターネット使用に関する質問として、使用の有無と1日の使用時間、使用機器、使用目的、家庭でのルールの有無と内容を尋ねた。使用時間については、予備調査の結果をふまえ、小学生は選択式回答、中学生は実質使用時間を記載してもらった。また、ネット依存傾向については、子どもを対象とした尺度がないため、Young¹⁰⁾が報告しているネット依存者に見られる特有症状や、成人のネット依存傾向の判定に用いられる項目¹¹⁾等を参考に、「過剰使用(時間間隔の忘れ)」、「離脱(ネットができない状況における不安等)」、「生活への悪影響」の特徴を、子どもに答えやすい表現に変えて設定し、「インターネットを使っていると時間を忘れる」、「インターネットをしないと落ち着かない」、「インターネットのために寝る時間が遅くなる」の3項目について「よくある」「時々ある」「あまりない」「ない」の4件法で回答を求めた。生活習慣については、就寝時刻、起床時刻、運動時間、学習時間、朝食摂取状況、基本属性として学年、性別、家族形態を尋ねた。

5. 分析方法

ネット依存傾向の項目は認識が強いほど得点が高くなるよう1~4点を付与し合計得点を算出した。平均得点+1標準偏差をカットオフポイントとし、「依存傾向群」「依存なし群」の2群に分類し、背景要因およびインターネッ

ト使用状況を比較した。また、ネット依存傾向の2群にインターネットを使用していない「使用なし群」を加えた3群で、生活習慣を比較した。背景要因、インターネット使用状況における比較では χ^2 検定、Fisherの正確確率検定、使用時間の比較にはMann-Whitney U検定、起床時刻、運動時間、学習時間の比較にはKruskal-Wallis検定、就寝時刻には一元配置分散分析を行い多重比較はBonferroni法を用いた。統計解析はSPSS Ver.20.0を用い、有意水準は5%とした。

6. 倫理的配慮

調査実施にあたり、自治体の教育委員会、各学校長、担任に、研究の趣旨、目的、および調査への参加は自由であること、不参加による不利益は被らないこと、調査は無記名で行い、結果の公表において個人や学校が特定されないよう配慮することを書面及び口頭で説明した。対象者に対しては同様の内容を書面及び担任を介して口頭でわかりやすく説明した。なお、本研究は、金沢大学医学倫理審査委員会の承認を得て実施した(承認番号:HS24-3-1)。

結果

小学生733名(回収率91.2%、有効回答率94.7%)、中学生841名(回収率97.1%、有効回答率96.7%)から回答が得られた。

1. インターネット使用状況

インターネット使用率は、小学生が70.8%、中学生が84.4%であった。使用時間は、小学生では4年生は「あまりしない」の回答が44.7%と有意に高く($p<.01$)、6年生では「1時間」との回答が30.1%と有意に高かった($p<.01$)。一方、中学生の使用時間の全体平均は75.1±63.7分で、2年生、3年生は1年生より使用時間が長く($p<.001$)、また女子は男子より使用時間が長かった($p<.001$)。使用機器は、小中学生ともに家族のパソコンが最も多く、複数の機器を使用している者が全体の41.4%にみられた。使用目的は「動画」、「調べ物」、「音楽」、「ゲーム」、「SNS」、「メール」の順に多かった。また、使用目的が多岐にわたる(ひとりで6種類以上の目的をあげている)「多用途型」の子どもが全体の18.2%にみられ、その割合は女子が有意に高かった($p<.001$)。

2. 子どものネット依存傾向の状況

1) 依存傾向群の割合(表1)

ネット依存傾向について、項目間の信頼性係数は($\alpha=0.77$)で、内的整合性は概ね確保された。項目の平均得点は5.94±2.36点(平均±標準偏差)、で、平均に1標準偏差を加えた8.30点をカットオフポイントとし、3~8点を「依存なし群」、9点以上を「依存傾向群」とした結果、「依

小中学生のインターネット使用に関する実態調査

—依存傾向と生活習慣について—

表1 インターネット依存傾向の割合

	全体 n=1205	男児 n=600	女児 n=605	p値	
				男女	学年間
小学生	38(7.5)	16(6.5)	22(8.5)	.411	.589
4年生 (n=142)	10(4.0)	5(7.2)	5(6.8)	.591	
5年生 (n=188)	12(6.4)	5(4.9)	7(8.1)	.272	
6年生 (n=175)	16(9.1)	6(8.1)	10(9.9)	.449	
中学生	154(22.0)	54(15.2)	100(29.0)	<.001	.001
1年生 (n=227)	32(14.1)	8(7.1)	24(20.9)	.003	
2年生 (n=237)	57(24.1)	22(18.3)	35(29.9)	.037	
3年生 (n=236)	65(27.5)	24(19.5)	41(36.3)	.004	
全体	197(15.9)	70(11.7)	122(20.2)	<.001	<.001

依存傾向ありの人数(%), 小学生; Fisherの正確直接確率検定, 中学生; χ^2 検定

依存傾向群」の割合は小学生7.5%、中学生22.0%、全体では15.9%であった。中学生では学年による差がみられ、中学2年生、3年生は1年生より、また、女子は男子より「依存傾向群」の割合が有意に高かった。

2) インターネットの使用状況とネット依存傾向(表2)

ネット依存傾向とインターネット使用時間には関連がみられ、小学生では「1時間以上」使用すると回答した割合は「依存傾向群」で有意に高く、「依存なし群」では「あまりしない」との回答が有意に高かった。中学生では、「依存傾向群」の使用時間は125.2±81.6分で、「依存なし群」の60.9±49.4分に比べ使用時間はおよそ2倍であった。

表2 インターネット使用状況と依存傾向

	全体				小学生			中学生				
	n=1205	依存傾向 n=192	依存無し n=1013	p値	n=505	依存傾向 n=38	依存無し n=467	p値	n=700	依存傾向 n=154	依存無し n=546	p値
使用時間(分) ^a												
あまりしない					178(35.6)	4(10.5)	174(37.7)**	<.001	75.1±63.9	125.2±81.6	60.9±49.4	<.001
30分					188(37.6)	12(31.6)	176(38.1)					
1時間以上					134(26.8)	22(57.9)**	112(24.2)					
使用機器 ^b												
家族のPC	896(74.4)	136(70.8)	760(75.0)	.214	401(79.4)	29(76.3)	372(79.7)	.676	495(70.7)	107(69.5)	388(71.1)	.690
ゲーム機	303(25.1)	56(29.2)	247(24.4)	.174	118(23.4)	12(31.6)	106(22.7)	.232	185(26.4)	44(28.6)	141(25.8)	.535
ipodtouch	199(16.5)	50(26.0)	149(14.7)	<.001	33(6.5)	3(7.9)	30(6.4)	.460†	166(23.7)	47(30.5)	119(21.8)	.032
家族のスマホ	164(13.6)	39(20.3)	125(12.3)	.006	75(14.9)	15(39.5)	60(12.8)	<.001	89(12.7)	24(15.6)	65(11.9)	.221
自分のパソコン	134(11.1)	37(19.3)	97(9.6)	<.001	26(5.1)	2(5.3)	24(5.1)	.599†	108(15.4)	35(22.7)	73(13.4)	.008
自分のスマホ	85(7.1)	24(12.5)	61(5.1)	.002	12(2.4)	1(2.6)	11(2.4)	.613†	73(10.4)	23(14.9)	50(9.2)	.030
自宅以外のPC	73(6.1)	10(5.2)	63(6.2)	.741	32(6.3)	2(5.3)	30(6.4)	.511†	41(5.9)	8(5.2)	33(6.0)	.846
複数機器を使用	499(41.4)	111(57.8)	388(38.3)	<.001	164(32.5)	19(50.0)	145(31.0)	.014	335(47.9)	92(59.7)	243(44.5)	.001
使用目的 ^c												
動画	866(71.9)	170(88.5)	696(68.7)	<.001	322(63.8)	34(89.5)	288(61.7)	<.001	544(77.7)	136(88.3)	408(74.7)	<.001
調べ物	829(68.8)	141(73.4)	688(67.9)	.149	317(62.8)	23(60.5)	294(63.0)	.862	512(73.1)	118(76.6)	394(72.2)	.304
音楽	666(55.3)	154(80.2)	512(50.5)	<.001	186(36.8)	22(57.9)	164(35.1)	.008	480(68.6)	132(85.7)	348(63.7)	<.001
ゲーム	636(52.8)	109(56.8)	527(52.0)	.237	301(59.6)	25(65.8)	276(59.1)	.493	335(47.9)	84(54.5)	251(46.0)	.068
SNS	319(26.5)	117(60.9)	202(19.9)	<.001	56(11.1)	12(31.6)	44(9.4)	.001†	263(37.6)	105(68.2)	158(28.9)	<.001
メール	339(28.1)	115(59.9)	224(22.1)	<.001	27(5.3)	5(13.2)	22(4.7)	.044†	312(44.6)	110(38.1)	179(61.9)	<.001
勉強	267(22.2)	45(23.4)	222(21.9)	.636	124(24.6)	9(23.7)	115(24.6)	.979	143(20.4)	36(23.4)	107(19.6)	.310
買い物	148(12.3)	48(25.0)	100(9.9)	<.001	25(5.0)	3(7.9)	22(4.7)	.423†	123(17.6)	45(29.2)	78(14.3)	<.001
漫画	127(10.5)	37(19.3)	90(8.9)	<.001	50(9.9)	7(18.4)	43(9.2)	.085†	77(11.0)	30(19.5)	47(8.6)	<.001
多用途型	221(18.3)	92(47.9)	129(12.7)	<.001	36(7.1)	10(26.3)	26(5.6)	<.001†	185(26.4)	82(53.2)	103(18.9)	<.001
ルール ^d												
使う時間	337(28.0)	40(20.8)	297(29.3)	.018	220(43.6)	17(44.7)	203(43.5)	.999	117(16.7)	23(14.9)	94(17.2)	.543
親がいるところで使う	293(24.3)	23(12.0)	270(26.7)	<.001	218(43.2)	11(28.9)	207(44.3)	.088	75(10.7)	12(7.8)	63(11.5)	.117
時間帯	151(12.5)	17(8.9)	134(13.2)	.097	102(20.2)	8(21.1)	94(20.1)	.836	49(7.0)	9(5.8)	40(7.3)	.596
相手を決める	55(4.6)	12(6.2)	43(4.2)	.255	18(3.6)	0(0.0)	18(3.9)	—	37(5.3)	12(7.8)	25(4.6)	.151
使えるお金	54(4.5)	7(3.6)	47(4.6)	.703	17(3.4)	1(2.6)	16(3.4)	.999†	37(5.3)	6(3.9)	31(5.7)	.540
ルールなし	559(46.4)	113(58.9)	446(44.0)	<.001	135(26.7)	14(36.8)	121(25.9)	.181	424(60.6)	99(64.3)	325(59.5)	.305

a: 使用時間の回答について小学生は人数(%), χ^2 検定, **: p<.01. 中学生は平均時間±標準偏差, Mann-Whitney U検定, bcd: 複数回答, 有りの数(%), χ^2 検定, †: Fisherの正確確率検定.

使用機器においては、iPod touch、家族のスマートフォン、自分のパソコン、自分のスマートフォンを使用している者に「依存傾向群」の割合が有意に高かった。また、小学生では家族のスマートフォンを使用している者に、「依存傾向群」の割合が高かった。小中学生いずれも、複数の機器を使用している者は「依存傾向群」の割合が有意に高かった。

使用目的については、「調べ物」「勉強」「ゲーム」を除くすべての項目で「依存傾向群」の割合が有意に高かった。また、小中学生ともに、使用目的が多岐にわたる「多用途型」の割合は「依存傾向群」に有意に高く、全体では「依存傾向群」の約半数が多用途型であった。

インターネット使用時のルールについては、「依存傾向群」は「使う時間を決める」「親がいるところで使う」というルールのある者の割合が有意に低く、「ルールを決めていない」と回答した割合が有意に高かった。

3. 生活習慣とネット依存傾向との関係(表3, 4)

ネット依存傾向の「依存傾向群」、「依存なし群」と、インターネットを使用していない「使用なし群」の3群で生活習慣を比較した。起床時刻については、小中学生とも依存傾向との関連はみられなかったが、就寝時刻では関連がみられ、「依存傾向群」の就寝時刻は「依存な

表3 小学生のインターネット依存傾向と生活習慣

	全体 (n=717)	インターネット依存傾向			p値	多重比較
		使用なし ¹ (n=213)	依存なし ² (n=466)	依存傾向 ³ (n=38)		
起床時刻 ^a	6時28分 ± 28分	6時29分 ± 25分	6時27分 ± 29分	6時34分 ± 25分	.286	
就寝時刻 ^b	21時55分 ± 44分	21時46分 ± 43分	21時56分 ± 41分	22時25分 ± 61分	<.001	1<2<3
運動時間 ^c						
2時間以上	272 (38.4)	76 (35.8)	185 (40.3)	11 (28.9)	.478	
1時間程度	191 (26.9)	62 (29.2)	119 (25.9)	10 (26.3)		
30分以下	246 (34.7)	74 (34.9)	155 (33.8)	17 (44.7)		
学習時間 ^d						
2時間以上	124 (17.4)	30 (14.0)	85 (18.4)	9 (23.7)	.042	
1時間程度	400 (56.0)	125 (58.4)	262 (56.6)	13 (34.2)*		
30分以下	190 (26.6)	59 (27.6)	116 (25.1)	15 (42.1)*		
朝食摂取 ^e	669 (93.3)	196 (91.6)	439 (94.4)	34 (89.5)	.246	

a,b,e; n=717, c; n=709, d; n=715. a,b: 平均±標準偏差, c, d: 人数(%), e: 毎日食べる割合と回答した人数(%). a: Kruskal-Wallis検定, b: 一元配置分散分析, 多重比較はBonferroni法. c,d,e: χ^2 検定. *, p<.05

表4 中学生のインターネット依存傾向と生活習慣

	全体 (n=831)	インターネット依存傾向			p値	多重比較
		使用なし ¹ (n=131)	依存なし ² (n=546)	依存傾向 ³ (n=154)		
起床時刻 ^a	6時32分 ± 32分	6時29分 ± 31分	6時32分 ± 31分	6時35分 ± 30分	.530	
就寝時刻 ^b	22時55分 ± 54分	22時37分 ± 52分	22時52分 ± 50分	23時22分 ± 60分	<.001	1<2<3
運動時間 ^c	120 ± 75分	132 ± 76分	124 ± 72分	98.0 ± 80分	<.001	
学習時間 ^d	82 ± 58分	89 ± 63分	82 ± 58分	76 ± 57分	.297	
朝食摂取 ^e	751 (90.4)	119 (90.8)	500 (91.6)	132 (85.7)	.092	

a,b,e; n=831, c; n=820, d; n=826. a,b,c,d: 平均±標準偏差, e: 毎日食べる割合と回答した人数(%). a, c,d: Kruskal-Wallis検定, b: 一元配置分散分析, 多重比較はBonferroni法. c,d,e: χ^2 検定.

し群」「使用なし群」に比べ平均就寝時刻が有意に遅かった。また、小学生では依存傾向と学習時間に関連がみられ、「依存傾向群」では学習時間が「1時間程度」と回答した割合が有意に低く、「30分以下」と回答した割合が有意に高かった。また、中学生では依存傾向と運動時間の間に関連がみられ、「依存傾向群」は「依存なし群」に比べ、運動時間が有意に短かった。

考察

本調査を行った翌年、厚生労働省の調査班は「インターネット依存」の中高校生が全国で51万人に上ると公表し¹²⁾、このわずかの期間にネット依存は我が国においても子どもを巻き込んだ社会問題になっている。これには、スマートフォンの普及率が飛躍的に伸びている¹³⁾ことが大きく影響していると考えられ、時間や場所を選ばない高機能の携帯型インターネット端末は、高校生を中心とした若者層に新たな形態の依存傾向をもたらしている。本調査の結果、このような傾向は小学生から既にうかがえ、特に家族のスマートフォンを利用している者にはネット依存傾向を示す「依存傾向群」の割合が高くなっている。また、中学生になると、自分専用の機器を使用するものが増え、多様な目的で長時間インターネットを使用している。さらに、小中学生ともに複数の機器を使用している者は「依存傾向群」の割合が高い。したがって、

大人は情報機器が家庭内に既に複数存在していることを自覚し、子どものいる家庭では子どもに新たに情報機器を買い与える時だけでなく、普段から家庭内にある全ての情報機器の利用を想定してそのことを子どもと話し合う機会を持つこと、具体的に利用時間や場所などのルールを取り決めることが重要である。

一方、このようなインターネットを含むメディア機器の長時間使用は、就寝時刻の遅延や屋外での活動時間の短縮などにより、子どもの生活を直接脅かしている¹⁴⁾。さらにその刺激は脳の前頭前野の活動を低下¹⁵⁾させ、無気力や倦怠感、思考力・集中力の低下をきたし、子どもの勉強や運動等の活動に対する意欲低下を引き起こすと考えられる。情報機器の使用時間が長い依存傾向者は学習時間が短いとの報告¹⁶⁾もあるように、本研究でも同様の結果が得られており、ネット依存と生活習慣との関連が示唆される。また、ネット依存傾向が強くなり対面によるコミュニケーションが減少することで、人間関係が希薄化し、それが引きこもりや不登校の原因となってさらにネット依存を助長する¹⁷⁾といった悪循環は、発達途上の子どもにとって、重篤な精神障害や社会的不適応を引き起こし得ると考え、早急な対策が必要である。

アメリカ精神医学会の診断基準であるDSM-Vでは2013年、オンラインゲームの使用障害として「インターネットゲーム障害」を世界的な診断基準として初めて掲

載した。他のオンラインコンテンツについてはこれからであるが、インターネット依存は精神依存¹⁸⁾と定義する専門家もおり、子どもが自力で依存状態から抜け出すことは困難であると考えている。したがって、ネット依存傾向を早期に発見し、適切な使用ができるよう支援していくための対策が求められる。ネット依存治療の先進国である韓国では、ネット依存の潜在的リスクを判定するためにネット依存尺度「Kスケール」、さらにスマートフォンに対応した「Sスケール」を独自に開発し、ネット依存のスクリーニングと必要に応じてカウンセリングや治療を行うという取り組みを政府中心に行っている¹⁹⁾。

このような状況を鑑み、わが国においては、内閣府では「青少年インターネット環境整備法」²⁰⁾の施行後の実施状況の基礎データとして、毎年実態調査を実施している。また、文部科学省は学校におけるICT環境を整える際、「教育の情報化に関する手引き」²¹⁾を公表し、小学生から情報モラル教育を実践し始めている。このような予防的視点と教育的介入は極めて重要であるが、インターネットが子どもの生活に浸透している現在の状況において、子どものインターネット使用の鍵を握っているのは家庭の環境とそれを作る保護者の意識である。したがって、親子が情報機器の特徴や問題点を正しく理解し、有効な活用について話し合うことができるようになるた

めにも、情報教育においては親子を巻き込んだ対策が求められると考える。

まとめ

本研究は、小中学生のインターネット使用状況と依存傾向、生活習慣を調査し、以下のことが明らかになった。

1. 依存傾向の子どもは小学生7.5%、中学生22.0%、全体で15.9%にみられ、その割合は中学2年生、中学3年生、女子に多かった。
2. 依存傾向の者は、インターネット使用時間が長く、複数の機器を使用している者、持ち運び可能な機器を使用している者、自分専用の機器を所持している者、使用目的が多岐にわたる者、使用の際のルールのない者に多かった。
3. 依存傾向者は、依存のない者やインターネットを使用しない者に比べ、就寝時刻が遅かった。また、小学生では学習時間が短く、中学生では運動時間が短かった。

謝辞

調査にご協力いただいた小中学生の皆様、自治体の教育委員会、小中学校の先生方に心より感謝申し上げます。

引用文献

- 1) Nuutinen T, Roos E, Ray C, et al.: Computer use, sleep duration and health symptoms: a cross-sectional study of 15-year olds in three countries. *International Journal of Rubic Health* 59 (4) : 619-628, 2014.
- 2) Li S, Zhu S, Jin X, et al.: Risk factors associated with short sleep duration among Chinese school-aged children. *Sleep Medicine* 11: 907-916, 2010.
- 3) 堀江夏子, 中尾美美子: 中学生の生活習慣が健康に及ぼす影響について—情報機器類の使用が生活リズム・生活習慣・健康状態に及ぼす影響. *聖徳大学研究紀要*20: 57-63, 2009.
- 4) 文部科学省国立教育政策研究所: 平成26年度 全国学力・学習状況調査 調査結果のポイント [オンライン, <http://www.nier.go.jp/14chousakekkahoukoku/hilights.pdf>], 文部科学省, 3. 4, 2014.
- 5) 山脇彩, 小倉正義, 濱田祥子, 他: 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. *名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要*59: 53-60, 2012.
- 6) 山田真理子: テレビ・DVD・ゲーム・ケータイ・インターネットと子どもの健康 (学校保健・学校安全の現状と課題). *母子保健情報* 65: 48-52, 2012.
- 7) Kim Y, Park JK, Kim SB, et al: The effects of Internet addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korean adolescents. *Nutrition research and practice* 4 (1) : 51-57, 2010.
- 8) Lee k, Lee HK, Gyeong H, et al: Reliability and Validity of the Korean Version of the Internet Addiction Test among College Students. *Journal of Korean medical science* 28: 763-768, 2013.
- 9) Park J, Park KH, Lee IJ, et al: Standardization Study of Internet Addiction Improvement Motivation Scale. *Psychiatry investigation* 9: 373-378, 2012.
- 10) キバリー・ヤング: インターネット中毒 (小田島由美子訳). 毎日新聞社, pp -126, 1998.
- 11) 鄭艶花: 日本の大学生の“インターネット依存傾向測定尺度”作成の試み. *心理臨床学研究*, 25: 102-107, 2007.
- 12) 日本経済新聞: ネット依存の中高生、国内に51万人厚労省推計. 2013/8/1 [オンライン, http://www.nikkei.com/article/DGXNASDG0104I_R00C13A8EA2000/], 3. 29, 2015.
- 13) 総務省: 平成25年度 通信利用動向調査. [オンライン

- http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/140627_1.pdf , 3. 6. 2015.
- 14) 清川輝基: 「メディア漬け」で壊れる子どもたち. 保健師ジャーナル 70 (8): 652-658, 2014.
- 15) 森昭雄: 電子映像と子どもの脳～脳科学の立場から～. チャイルドヘルス, 96: 21-24, 2006.
- 16) 中村晴信, 沖田善光, 甲田勝康, 他: 中学生におけるゲーム・テレビの使用と生活習慣、精神・身体症状および保護者の把握状況との関連. 小児保健研究, 71 (5): 698-708, 2012.
- 17) 氏家武: インターネットと子どもの心の発達: 事例から学ぶこと. 小児保健研究68 (2): 154-157, 2009.
- 18) 安澤好秀: インターネットへの依存傾向の実態と心理的要因に関する一考察—強迫および回避との関連性を主眼に—. 臨床心理学研究 7: 141-161, 2009.
- 19) 前園真毅, 三原聡子, 樋口進: 韓国におけるインターネット嗜癖(依存)の現状. 精神医学 54 (9), 915-920, 2012.
- 20) 内閣府: 「青少年インターネット環境整備法」. [オンライン <http://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/law/pdf/ja-en.pdf>] , 3. 6. 2015.
- 21) 文部科学省: 「教育の情報化に関する手引き」. [オンライン http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/zy-ouhou/1259413.htm] , 3. 6. 2015.

Survey of Internet use among elementary and junior high school students — Effects on tendency toward dependence and lifestyle —

Akiko Tsuda, Rumiko Kimura, Maki Mizuno

Abstract

This study was performed to investigate the relations between Internet use and a tendency toward dependence on the Internet and lifestyle among elementary and junior high students. A total of 849 elementary school students and 896 junior high school students participated in this study.

The rates of children with the tendency to dependence for the Internet were 7.5% for elementary school students and 22.0% for junior high students.

A tendency toward dependence was seen in 15.9% of the total population of students, and was higher for 2nd and 3rd grade junior high school students and among girls.

Children with a tendency toward Internet dependence had longer Internet use times with multiple Internet-linked apparatuses and possessed such equipment for themselves that was easy to carry around. In addition, children with a tendency toward dependence utilized the Internet for varying purposes and had no parental rules in place.

Children with a tendency toward Internet dependence had later bedtimes than other children.

In addition, learning time was short among elementary school students and exercise time was short among junior high school students. Therefore, it was suggested that a tendency toward dependence on the Internet influences the lifestyle of children.