


青少年のインターネット依存の促進要因および阻害要因を規定する保護者の養育態度と家庭内環境の探索的研究


清水安夫¹⁾, 堀正士²⁾, 元永拓郎³⁾, 北見由奈⁴⁾
 国際基督教大学, 2) 早稲田大学, 3) 東京大学, 4) 湘南工科大学



1

主な情報通信機器の保有状況 (世帯)

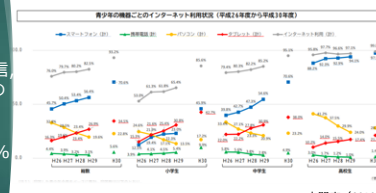
- ▶ スマートフォンの世帯保有率がパソコンを上回る
- ▶ 世帯別の情報通信機器の保有率は、「モバイル端末全体 (94.8%)」及び「パソコン (72.5%)」。
- ▶ 「モバイル端末全体」の内数である「スマートフォン」は75.1%であり、「パソコン」の世帯保有率を上回る。



2

情報化時代のスマホ普及率

- ▶ 年代別ICT : (Information : 情報, Communication : 通信, Technology : 技術) の利用調査によると, 13歳 - 19歳のインターネットの利用率は96.9%であり, また, スマートフォンの保有率は79.5% (総務省, 2018)。



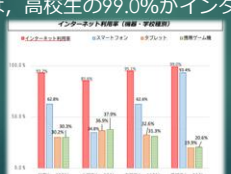
内閣府 (2019)

- ・中学生のスマホ普及率85.2%
- ・高校生のスマホ普及率97.1%

3

青少年のインターネット使用状況

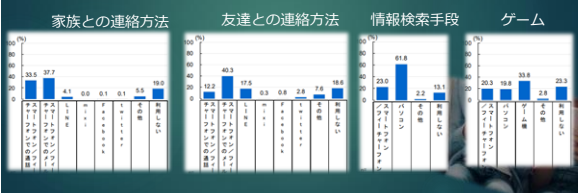
- ▶ 青少年の93.2%がインターネットを利用。
- ▶ インターネットを利用する機器は, スマートフォン (62.8%), 携帯ゲーム機 (30.3%), タブレット (30.2%)。
- ▶ 学校種別では, 高校生の99.0%がインターネットを利用。



内閣府 (2019)

4

青少年の利用内容 (総務省, 2015)



5

親と子どもの意識の乖離


親の意識 (スマホは子どもに持たせるメリットも多い)

- ▶ 部活動での連絡がスムーズになる (親子の情報の連携)
- ▶ 熟への送り迎えや帰りが遅くなるときのやり取りに必要 (防犯対策)
- ▶ 東日本大震災以降, 家族間での緊急連絡にSNSを活用することが重視
- ▶ 上手に情報機器を使うことは, 子どもの知的好奇心を満たすツールにもなる

子どもの意識 (遊びのツール)

- ▶ オンラインゲームがしたい
- ▶ 動画投稿サイトを観たい
- ▶ SNSで友達と交流を図りたい

スマホに対する子ども欲求は, 親の感じるメリットと違ったところがある。



6

青少年のスマホトラブル (警視庁, 2017)

▶ コミュニティサイト関係により犯罪に巻き込まれた青少年761人のうち、91%はフィルタリングサービスを使用していなかった。

コミュニティサイトで被害にあった青少年のフィルタリングサービス利用状況 (n=761)
警察庁「平成28年度青少年犯罪に関する調査」(注) 10歳未満の青少年に関する調査結果について(2)

利用者の 8.9%
利用していない 78.8%
利用していないが被害にあった 91%

保護者の無責任?
保護者の無関心?

7

日本社会のネット依存

▶ 急速に進む日本社会におけるICTの普及に伴い、「病的なインターネット依存症(以後、ネット依存と略)」の増加が深刻化しており、ネット依存に陥っている日本人の数は、全国で約270万人であると推計されている(厚生労働省, 2008)。

図1-1 日本社会のネット依存率 (n)

年齢	全体	20-39歳	40-69歳	70歳以上
全体	45.2	46.1	38.2	1000
10-20代	31.7	55.2	19.3	397
30-40代	49.3	44.8	6.9	400
50代以上	66.0	31.0	3.0	203
スマートフォン保有者	40.6	47.7	12.8	535
スマートフォン未保有者	51.6	44.3	4.9	465

総務省, 2014

- 1) 高度のネット依存は、10-20代の約13%
- 2) 中程度のネット依存は、10-20代で約55%
- 3) スマホ保持者の約12%は、高度に依存
- 4) スマホ保持者の約50%が、中程度の依存

8

スマホ依存は一目瞭然

- 1) スマホ保有者のコミュニケーション時の高ネット依存度の割合が多い (約25%)
- 2) スマホ保有者のオンラインゲーム時の高ネット依存度の割合が高い (約20%)

【日本(スマートフォン保有者)】 (n)

活動	20-39歳	40-69歳	70歳以上
コミュニケーション	32.7	42.5	11.3
情報収集・コンテンツ利用	43.8	48.9	31.5
オンラインゲーム	28.0	52.0	2.5
買い物	43.6	48.7	2.9
その他	41.9	48.8	9.3

【日本(スマートフォン未保有者)】 (n)

活動	20-39歳	40-69歳	70歳以上
コミュニケーション	32.0	46.7	2.8
情報収集・コンテンツ利用	53.2	42.4	2.3
オンラインゲーム	15.0	85.0	0.0
買い物	57.8	34.4	6.4
その他	57.1	42.9	7.0

9

子どものネット依存症

▶ 現在、特に中高生のネット依存症の人口が急増しており、全国で約93万人(中学生:12.45%, 高校生:16.05%)にも上ることが推計されている(厚生労働省, 2018)。

▶ この数値は、中高生の7人に1人の割合でネット依存症であることが示されている。

▶ この調査結果は、2012年の中高生のネット依存症の割合の約5倍である(厚生労働省, 2018)。

10

高校生のスマホ利用時間 (KDDI, 2015)

▶ 高校生113名
▶ 平均利用時間: 4.02h
▶ 最大値: 10.77h
▶ 平日: 3.86h
▶ 休日: 4.43h
▶ 休日の最大値: 14.3h

図5: 1週間の利用時間平均の推移

調査期	2015/5(金)	2015/5(土)	2015/5(日)	2015/5(月)	2015/5(火)	2015/5(水)	2015/5(木)	2015/5(金)
平均	3.81	3.95	4.26	4.02	4.10	4.05	4.00	3.88

表3: 平日と休日の利用時間平均における基礎統計量

変数名	有効n	平均値	中央値	標準偏差	分散	最頻値	最少数	最大値
平日	113	3.859	3.750	2.156	4.663	385	387	17.9
休日	113	4.429	3.942	2.588	6.699	360	1200	14.3107

11

長時間利用と生活の乱れ (KDDI, 2015)

長時間利用についての認識

▶ 約32%が長時間利用の意識がない
▶ 約67%が生活に乱れを感じている

生活の乱れの原因についての意識

▶ 85.6%がスマホが原因と認識

生活に乱れを感じている原因はなんですか。(複数回答) (n=118)

原因	割合
スマートフォン	85.6%
テレビ	32.2%
電子書籍	11.8%
友人関係	11.9%
異性との関係	4.2%
その他	11.8%

12

子どものネット依存の問題

- ▶ ネット依存の問題は、多岐に渡ることが多くの先行研究からも指摘されている。
- ▶ <例>
 - 1) 健康被害（視力障害・睡眠障害など）,
 - 2) 学習能力の低下,
 - 3) 運動能力の低下,
 - 4) 注意力低下,
 - 5) コミュニケーション問題（誹謗中傷, いじめ, 社会性や感受性の低下）,
 - 6) 金銭的問題,
 - 7) 犯罪被害・加害問題など

13

青少年の健康阻害要因

- ▶ 長時間のICT機器の利用は、「**身体不活動**」や「**睡眠障害**」の原因となり、青少年期の発育発達への阻害や健康の問題を引き起こす（厚生労働省, 2018）。
- ▶ 厚生労働省（2018）の調査では、中高生のICTの過剰な使用による学校生活の問題点として、「**成績低下**」「**授業中の居眠り**」が際立って高いというほか、「**遅刻**」や「**友人とのトラブル**」も多く見られたことを報告している。

14

本研究の目的

- ▶ 中高生がネット依存を回避して健全な発育発達を促進するために必要な要因を見出すために、特にスマートフォン（以後、スマホと略）の利用を想定した測定指標の作成及び各測定指標間の関係性を検討する。
- ▶ 具体的には、中高生のスマホの活用に関する「保護者側の意識」及び「子ども側の意識」を測定するための各種の測定指標を作成。
- ▶ 作成された各測定指標をもとに、各測定指標間の関係性を分析することにより、子どものネット依存を抑制するための有効的な対応方法について検討。

15

方法

- ▶ 調査対象者
本研究における調査対象者は、調査時に同時に参加可能な親子1,000組である（父親500名・母親500名、平均年齢47.16歳、SD5.18；男子中高生500名・女子中高生500名、平均年齢15.27歳、SD1.50）。
- ▶ 調査方法
調査方法は、インターネット専門会社に依頼し、中高生の子どものいる保護者であるモニター契約をしている対象者をスクリーニングした後、本調査内容に参加協力を同意した者を対象に調査画面を送付し、回答を得る方法を採用した。
- ▶ 調査内容
 - 1) 基本的属性（年齢、性別、ICTの使用機材、1日の平均的使用時間）
 - 2) 保護者対象とした「保護者規範」「保護者の健康理解」「養育態度」の各測定指標の原案
 - 3) 既存の尺度であるインターネット依存度調査尺度を「保護者の依存度」として加え、
 - 4) 子どもを対象とした「子どものスマホ依存」「子どもの健康理解」の各測定指標の原案

16

方法

- ▶ 分析方法
 - 1) インターネット調査にて得られたデータに対して、各測定指標を作成するために、保護者対象とした「保護者規範」「保護者の健康理解」「養育態度」の各測定指標の原案に対して、探索的因子分析（最尤法promax回転）、信頼性分析（Cronbachの α 係数の算出）を行った。
 - 2) 同様に、子どもを対象とした「子どものネット依存」「子どもの健康理解」の各測定指標の原案に対して、探索的因子分析（最尤法promax回転）、信頼性分析（Cronbachの α 係数の算出）を行った。
 - 3) 作成した「子どものスマホ依存」の各下位尺度に対しての規定要因を探るために、「保護者規範」「保護者の健康理解」「保護者の養育態度」「保護者の依存度」の各下位尺度を独立変数とした重回帰分析を実施した。
- ▶ 統計解析ソフト：統計的分析は、IBM社のSPSS23.0にて実施した。

17

研究倫理

- ▶ 本研究は、インターネット調査会社にモニター登録者の中から、自主的に調査への参加協力を表明した者に、無記名式、途中棄権の自由、個人を特定しての分析を実施しない等の説明を実施し、同意を得た者を対象に調査を実施した。
- ▶ 本調査研究を実施するにあたり、国際基督教大学研究倫理審査委員会より承諾を得ている（研究倫理審査承諾：No2019-12）。

18

結果①測定指標の作成（保護者用）

▶ 保護者規範尺度

▶ 探索的因子分析の結果から、「保護者規範尺度」には、3因子各5項目の合計15項目が抽出された。また、信頼性分析の結果、各下位因子におけるα係数は、0.825-0.872であった。抽出された因子は、各因子を構成する項目から、第1因子を「家庭内でのスマホ指導」、第2因子を「スマホ使用放任態度」、第3因子を「スマホ使用の制限と規範」と命名した（Table 1）。

Factor	Factor Name	Cronbach Alpha
Factor 1	家庭内でのスマホ指導	0.872
Factor 2	スマホ使用放任態度	0.832
Factor 3	スマホ使用の制限と規範	0.825



19

結果②測定指標の作成（保護者用）

▶ 保護者の健康理解尺度

▶ 探索的因子分析の結果から、「保護者の健康理解尺度」には、8因子（5項目が7因子、4項目が1因子）の合計39項目が抽出された。また、信頼性分析の結果、各下位因子におけるα係数は、0.908-0.968であった。

抽出された因子は、各因子を構成する項目から、第1因子を「金銭問題」、第2因子を「身体機能性の低下」、第3因子を「安全問題」、第4因子を「学習障害」、第5因子を「対人関係問題」、第6因子を「健康被害」、第7因子を「依存性」、第8因子を「犯罪被害」と命名した（Table 2）。

Factor	Factor Name	Cronbach Alpha
Factor 1	金銭問題	0.965
Factor 2	身体機能性の低下	0.968
Factor 3	安全問題	0.946
Factor 4	学習障害	0.922
Factor 5	対人関係問題	0.937
Factor 6	健康被害	0.916
Factor 7	依存性	0.908
Factor 8	犯罪被害	0.961

20

結果③測定指標の作成（保護者用）

▶ 養育態度尺度

▶ 探索的因子分析の結果から、「養育態度尺度」には、5因子（5項目が3因子、4項目が2因子）の合計23項目が抽出された。また、信頼性分析の結果、各下位因子におけるα係数は、0.785-0.915であった。抽出された因子は、各因子を構成する項目から、第1因子を「自主性尊重」、第2因子を「傾聴共感」、第3因子を「積極的コミットメント」、第4因子を「管理主義」、第5因子を「放任主義」と命名した（Table 3）。

Factor	Factor Name	Cronbach Alpha
Factor 1	自主性尊重	0.965
Factor 2	傾聴共感	0.968
Factor 3	積極的コミットメント	0.946
Factor 4	管理主義	0.922
Factor 5	放任主義	0.937



21

結果④測定指標の作成（中高生用）

▶ 子どものスマホ依存尺度

▶ 探索的因子分析の結果から、「子どものスマホ依存尺度」には、6因子（9項目が1因子、7項目が2因子、5項目が1因子、3項目が2因子）の合計34項目が抽出された。また、信頼性分析の結果、各下位因子におけるα係数は、0.844-0.949であった。抽出された因子は、各因子を構成する項目から、第1因子を「スマホによる連帯感」、第2因子を「スマホの常備性」、第3因子を「スマホの常用性」、第4因子を「スマホによる伝達性」、第5因子を「スマホの依存性」、第6因子を「スマホの機能性」と命名した（Table 4）。

Factor	Factor Name	Cronbach Alpha
Factor 1	スマホによる連帯感	0.949
Factor 2	スマホの常備性	0.889
Factor 3	スマホの常用性	0.844
Factor 4	スマホによる伝達性	0.948
Factor 5	スマホの依存性	0.913
Factor 6	スマホの機能性	0.854



22

結果⑤測定指標の作成（中高生用）

▶ 子どもの健康理解尺度

▶ 探索的因子分析の結果から、「子どもの健康理解尺度」には、6因子（5項目が5因子、4項目が1因子）の合計29項目が抽出された。また、信頼性分析の結果、各下位因子におけるα係数は、0.892-0.980であった。抽出された因子は、各因子を構成する項目から、第1因子を「身体への影響性」、第2因子を「金銭的な問題」、第3因子を「安全問題」、第4因子を「対人関係問題」、第5因子を「依存性」、第6因子を「健康被害」と命名した（Table 5）。

Factor	Factor Name	Cronbach Alpha
Factor 1	身体への影響性	0.972
Factor 2	金銭的な問題	0.980
Factor 3	安全問題	0.943
Factor 4	対人関係問題	0.962
Factor 5	依存性	0.892
Factor 6	健康被害	0.896



23

結果⑥重回帰分析（保護者の影響）

	連帯感	常備性	常用性	伝達性	依存性	機能性
R / R ²	0.557 / 0.311***	0.430 / 0.185**	0.519 / 0.269**	0.564 / 0.318**	0.495 / 0.245**	0.404 / 0.163**
保護者規範						
傾聴共感						
家庭内指導			0.137***		0.065**	
保護者の健康理解						
連帯感						
身体機能性の低下						
安全問題						
金銭問題						
健康被害						
対人関係問題						
学習障害						
健康被害						
傾聴共感						
積極的コミットメント						
自主性尊重						
管理主義						
放任主義						
傾聴共感						
保護者の依存						



24

結果⑦重回帰分析（子ども自身）

	連帯感	常備性	常用性	伝達性	依存性	機能性
$R^2 / \Delta R^2$	0.887 / 0.911***	0.430 / 0.188***	0.018 / 0.398***	0.894 / 0.918***	0.488 / 0.948***	0.404 / 0.183***
子どもの健康課題						
健康被害	-0.143***	-0.089**		-0.225***	-0.077*	-0.129***
依存性	0.182***	0.364***	0.155***	0.142**	0.531***	0.355***
身体への影響性	0.093*			0.105**	-0.129***	
安全問題		0.105**				
金融的な課題	-0.143***	-0.170***			-0.157***	-0.199***
対人関係課題	0.210***		0.132***	0.121**		0.150***

25

考察①

- ▶ 本研究の結果、統計的に許容範囲内であると判断される範囲の信頼性（内的整合性）を備えた保護者版の測定指標及び子ども版の測定指標が作成された。
- ▶ いずれの測定指標とも、スマホに関する保護者としての子どもへの姿勢を認知的に捉えることのできる指標であることが想定される。
- ▶ 子ども版の測定指標は、子ども自身のスマホへの依存度及びスマホの利用による健康への影響を理解しているかどうかを測定できる内容の指標となっている。
- ▶ 今後、追試等で他の研究者が活用できる測定指標になっていることが予測できる。

26

考察②

- ▶ 保護者版の測定指標と子ども版の測定指標の関係性を検討したところ、保護者の認知が子どもの認知に統計的に有意に影響していることが示された。
- ▶ 「**子どもの健康に関する理解**」も子どものスマホ依存に対して、統計学的に有意に影響していることも示された。
- ▶ 特に、仮説段階より予測していた通り、保護者が子どものスマホの使用に関する規範や家庭教育全般における「**養育態度**」が「**放任主義**」ある場合には、子どもはスマホの依存性を助長させていることが示された。
- ▶ 家庭内におけるスマホの利用性についての規範を保護者が示すことや、通常の家庭生活における一般的なルールを示す養育態度を示すことなどが重要であることが推察された。

27

考察③

- ▶ 「**保護者規範**」における「制限と規範」及び「家庭内指導」は、スマホ依存の各下位因子に対しては一切の影響力を示さなかった。これは保護者が子どものスマホの使用に対して「制限をかけられない」「制限をかけても通用しない」などの問題があるのか、そもそも「制限をかけることをしない」ということが推察された。
- ▶ 昨今、保護者である親も子どもの前でスマホをいじっている様子などを見ることから、双方が依存していて気に留めないということも想定される。
- ▶ この結果は、「**保護者の依存**」が子どもの依存度の下位尺度すべてに有意に正の影響性を示したことから示されている。

28

考察④

- ▶ 考察③でも示した通り、「保護者自身のスマホ依存」が子どものスマホ依存に関する4つの下位尺度（「常備性」を除く）に正の影響性を示していた。
- ▶ 保護者の生活行動が子どもの生活行動の規範となり、スマホ依存においても同様に強く影響していることが示された。
- ▶ まずは子どもへの規範を示せるように、保護者自身がスマホ依存的な行動を改めるようにすることが必要である。
- ▶ 子どものスマホ依存性を低下させるためには、子どもへの直接的なアプローチも必要であるが、保護者会などにおいて、保護者教育なども同時に行っていくことなど、間接的なアプローチ方法が必要であると考えられる。

29

考察⑤

- ▶ 「**保護者の健康理解**」の各因子も「子どもの依存」への影響力が多くは認められなかった。つまり、保護者自身がスマホを利用することに対して、それほど健康被害があることを認識していない可能性も想定された。
- ▶ 特に、健康理解のいくつかの下位因子では、子どもの依存性に対して正の影響性を示す結果となったことから、健康理解をしていても子どもの依存性に対して抑制力を示すことがないということも想定されることから、今後、親の知識・理解が子どもの認知にどのように影響するかを詳細に検討する必要がある。

30

考察⑥

- ▶ 親の養育態度の下位因子の多くが、子どものスマホ依存に対してポジティブな影響力を示していた。
- ▶ 「**子どもの自主性を尊重**」及び「**積極的コミットメント**」の下位因子は、子どもの依存性を低下させる効果を示していた。この結果から、子どものスマホ利用を制限・自粛させるのではなく、自身に考えさせるような機会を設けることや自分を見つめ直すような養育態度を示すことが、結局は親子関係を上手に構築することが可能となり、その結果、肝心な時には親の指導力が発揮できるとか、子どもの心に届くことにより行動を抑制することができるなどの可能性が示されたと考えられる。

親子関係も複雑化しており、親による子どもの行動抑制も昔ながらの方法は通用しない可能性が高い

31

考察⑦

- ▶ 子ども自身の「スマホの利用による健康への影響の理解」は、子どものスマホ依存に対して、多くの下位因子は抑制効果が示された。特に、「**健康被害**」や「**金銭被害**」に対する認知が、依存度を抑制させる効果を示したことから、スマホの使用についての健康教育などでは、「**心身の健康問題への影響**」や「**金銭的な被害に遭う可能性**」など、実例などを交えながら示すことが有効であることが想定される。
- ▶ 一方、子ども自身がスマホの利用に関して依存性があることを理解していながら、依存度を高めていることも示された。そのため、健康教育においてスマホの依存性を強調しても、依存度自体を低下させることは困難である可能性も示唆された。この点については、どのように今後、対応策が検討できるのかを考えて行く必要がある。

32

ご清聴をありがとうございました。

- ▶ 研究の助成をいただきました、安心ネットづくり促進協議会の皆様には、心より御礼申し上げます。

- ▶ 研究代表者：清水安夫（国際基督教大学）

33