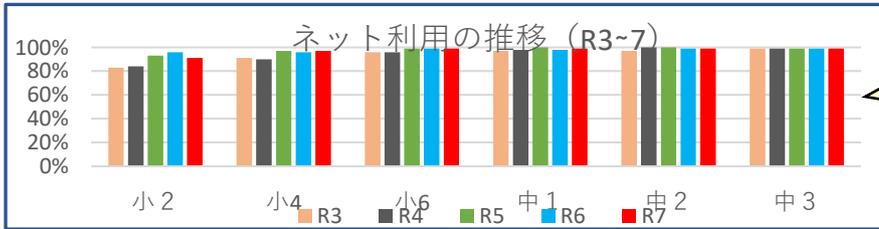


令和7年9～10月実施

小2・4・6年生、中学生の保護者のべ1,434人（対象児童生徒の14.2%）

インターネットの利用状況と内容は？



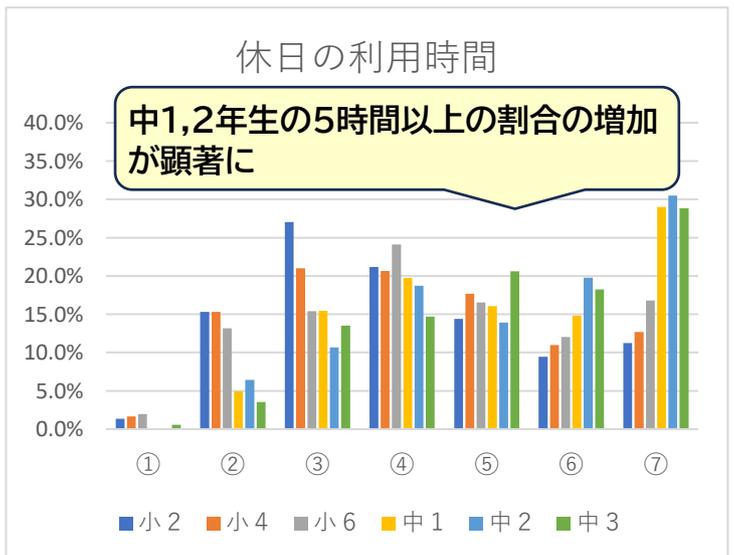
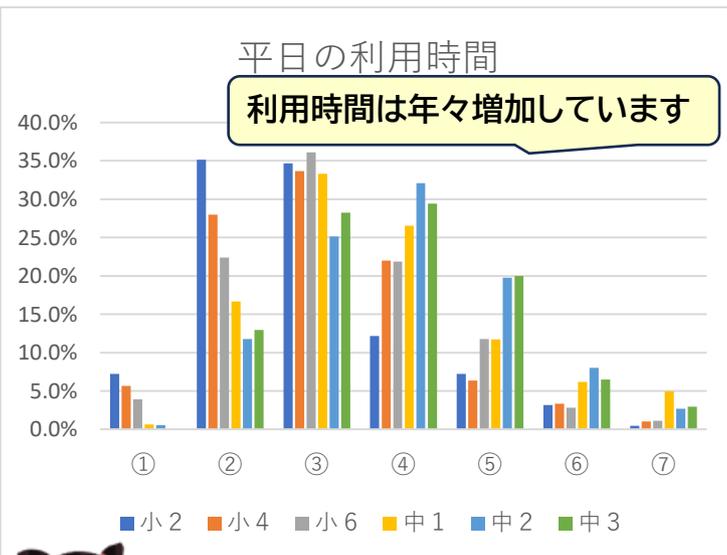
小2以外の学年で97%を超え、ネットの利用は日常生活の中に定着していることがわかります

利用機器

- 1位：スマホ（小37%、中78%）
- 2位：タブレット（小24%、中9%）

インターネット利用時間は？

①利用なし②1時間未満③1～2時間④2～3時間⑤3～4時間⑥4～5時間⑦5時間以上



利用時間 (R6→R7)

- 平日で3時間以上：小学計：9%→13%、中学計：25%→27%
- 休日で5時間以上：中1：20%→29%、中2：21%→30%

インターネット利用時のルールは？

我が家独自のルール

- ・その日にやるべき宿題、自宅学習、翌日の準備等、やるべきことを全部終えてから、1日30分
- ・スマートフォンはリビングでのみ使用可能。他の部屋へは持って行かない
- ・30分観たら10分休憩(キッチンタイマー使用)
- ・ゲームの使用時間は、親のスマホに通知される
- ・月曜日、水曜日、金曜日は使わない
- ・充電は共有スペースです。親がスマホを見せてといたら見せる
- ・SNSは見る専門で投稿やコメントは禁止平日は帰ってきてから夕食までの間のみ
- ・アプリを無断でインストールしないよう、保護監視モード追加
- ・人の写真を撮る時は必ず許可をとる
- ・プライベートなやりとりでも、玄関に貼っても大丈夫な内容にする
- ・パスワードは親が管理する。アプリのダウンロードは親がロックを解除パスワードは親が管理する
- ・約束を破ったら(やるべきことをやらなかったら)設定時間を減らす



各家庭でルールが決められています...

## スマートフォンの所持率は？

所持の割合		※子ども本人所有のスマートフォン						
学年	小2	小4	小6	中1	中2	中3	小学計	中学計
R5	9.4%	26.6%	42.3%	76.2%	76.9%	81.8%	28.2%	78.3%
R6	10.9%	29.2%	51.7%	78.7%	85.6%	86.9%	32.4%	84.0%
R7	15.3%	33.0%	56.0%	86.4%	89.3%	88.8%	37.9%	88.2%

小・中学生とも所持率が、年々上昇しています



## スマートフォンを持たせて、心配なこと？ その対応は？

心配なこと	小	中
睡眠不足になった	6	16
視力や姿勢が悪くなった	43	71
ことば遣いが荒くなった	6	2
時間が守れなくなった	27	26
運動することが少なくなった	10	9
家族とのふれあいや会話が減った	3	15
親子喧嘩が増えた	2	0
友達同士のトラブルが増えた	2	5
その他	9	12
心配なことは特にない	93	93

その他

- ・正しく理解して、ネット環境にあるものを使用できるか
- ・クラスのグループラインに強制的に入れられていること
- ・夜遅くにメッセージが入ったり、通話がかかってくる
- ・時間がなくなり、行動を振り返ったり、新しく何かやったりすることが減る。

そのつど対応はとられていますが...

- ・就寝時にはロックがかかるようにした
- ・クラスのグループラインについて学校に相談した
- ・使用時間を減らすように促し、姿勢などに気をつけるように伝えた
- ・スマホは禁止中で、回収している

今回は、昨年度までの調査も含めて、専門家の先生に豊川市の結果を見ていただきました。元愛知県青少年保護育成審議会委員で、県内各地や豊川市主催の健康講演会でもご講演をいただいている「予防医療研究所」「スマホ依存防止学会」の代表である 磯村毅先生からのコメントです。

～豊川市の保護者のみなさまへ～

アンケートの結果をご覧になっていかがでしょうか。ますます多くの小中学生が、スマホに時間を奪われ、親子の悩みが深まっていると感じたのではないのでしょうか。ほんの10年前までは、スマホを小さい時から手にしたデジタルネイティブは、ITを使いこなし、これまでの世代とは全く違った能力を獲得して素晴らしい未来を切り開くのではないかと期待されてきました。しかし、現実には、家族の対話は少なくなり、宿題を自分でできる子どもは減り、不登校や家庭内暴力が増え続け、スマホの利用が原因だとされる自殺のニュースも聞かれます。

ついに海外では、子どものSNSやYouTubeの使用を法律で禁止する事態に至っています。これは、家庭や学校の努力だけでは、子どもの脳の発達や精神を守ることが困難であると、国として認めたことを示します。また、スウェーデンやフィンランドなどでは、タブレットの教科書を紙に戻し始めました。紙の教科書より成績が下がるばかりか、精神病や障害が増えることが判明したからです。今までは、家族でルールを作り上手に使えるように子どもを教育しようとしてきました。しかし、スマホを使うとルールがあっても脳や精神への悪影響が避けられません。困った時に相談してもよい治療法がありません。そのため海外では子どもの使用自体を制限する必要があると考えられるようになったのです。

日本ではこうした動きはこれからですが、それは、保護者や市民の皆さんが無力であることを意味しません。巨額な費用や特殊な技術がなくても、漏れのない知識とパパ友・ママ友の協力があれば、最低限の対処は可能です。どうするかは、現実には保護者にゆだねられています。本当の意味で子どもの安全を大事にした社会を実現するために、みんなで粘り強く漏れのない知識を普及する努力を続けていきましょう！

スマホ依存防止学会 代表 磯村 毅

子どものスマホ利用が広がる今、私たちが知らなければいけないことがまだまだたくさんあります。これまで以上に、スマホ等の利用のさせ方を考えていかなければいけませんね。