

報道関係者各位

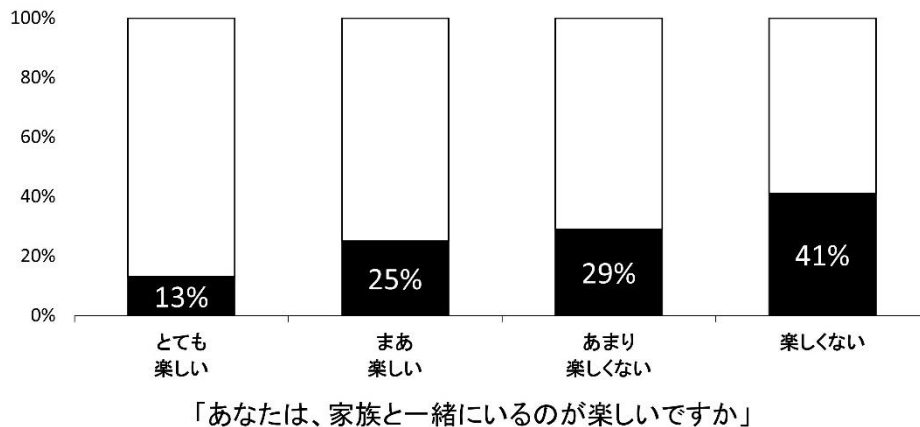
2019年8月15日

国立成育医療研究センター

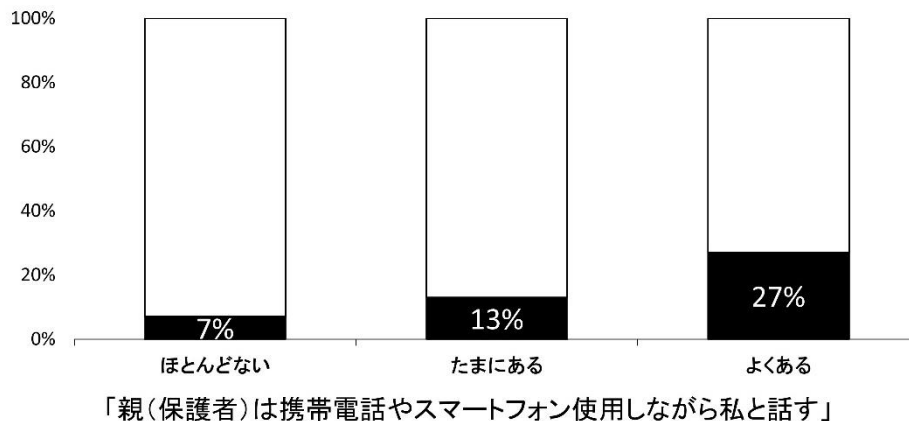
親子関係と、子どものインターネット使用に関する調査分析
～親にとって楽しくない子どもは、インターネットを長時間使用か～

国立成育医療研究センター（所在地：東京都世田谷区大蔵、理事長：五十嵐隆）の社会医学研究部と国立青少年教育振興機構（所在地：東京都渋谷区代々木神園町、理事長：鈴木みゆき）の青少年教育研究センターは、小中学生のインターネット利用と親子関係の実態を把握するために行われた調査データを利用し、「家庭の状況」と「子どものインターネットの長時間使用」との関連を分析しました。その結果、親子の会話中に親がスマートフォンなどを使用していたり、家族と一緒にいても、それぞれ自分のスマートフォンなどを使用していたりすると、子どもがインターネットを長時間使用したり、睡眠不足になる傾向が見られました。また、家族と一緒にいて楽しくないと答えた子どもは、休日にインターネットを長時間使用することが多いことも分かりました。

休日のインターネットの長時間使用（5時間以上）の割合



睡眠不足の経験有りの割合



【プレスリリースのポイント】

- ・ 親のスマートフォンや携帯電話の利用のあり方が子どものインターネットの長時間利用や、子どもの睡眠不足と関連することが示唆された。また家族との時間を楽しんでいない子どもはインターネットの利用が長くなる傾向も示された。
- ・ 子どもが適切にインターネットを使用する環境をつくるためには、親自身が携帯電話やスマートフォンの使用のあり方に注意を払う必要があると考えられる。
- ・ 家庭におけるインターネット使用のルール作りと家族全員の遵守の重要性が示された。

【背景・目的】

近年、スマートフォンやタブレットを使ったインターネットの使用が、子どもの間でも一般化しています。日本および他の先進国で実施された疫学研究では、インターネットの長時間にわたる使用が、睡眠習慣やメンタルヘルスなど「子どもの発達と健康」に悪い影響を及ぼす可能性があるとしてされています。

しかし、どのような家庭環境にいる子どもが、インターネットを長時間使用する傾向にあるのかを明らかにした国内の研究は限られており、特に、親の携帯電話やスマートフォンの使い方などに注目した研究はあまりありません。

【今後の展望】

本研究の結果、子どもだけでなく、親や家族の携帯電話やスマートフォンの使い方についても注意が必要であることが示唆されました。子どものインターネット使用に関しては、家庭内で使用に関するルールを作り、子どもだけでなく親もしっかりと守っていくことが重要であると考えられます。

スマートフォンや携帯電話、タブレット端末が子どもの間にも普及していますが、利用に伴うリスクについては、さらなる疫学研究が必要です。

【調査概要】

本研究は、国立青少年教育振興機構が2017年に実施した『インターネット社会の親子関係に関する意識調査』のデータを用いました。この調査には、国内の20都道府県の小学校5年生から中学校2年生までの約2000名が協力しており、インターネットの使用および親子関係について、様々な質問をしています。詳細については、国立青少年教育振興機構のHPに掲載されている報告書を参照してください。

https://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/contents/detail/i/129/

【掲載学術雑誌】

日本公衆衛生雑誌第66巻・第8号（2019年8月15日発刊）

加藤承彦、青木康太朗「家庭の状況と子の長時間のインターネット使用との関連：『インターネット社会の親子関係に関する意識調査』を用いた分析」

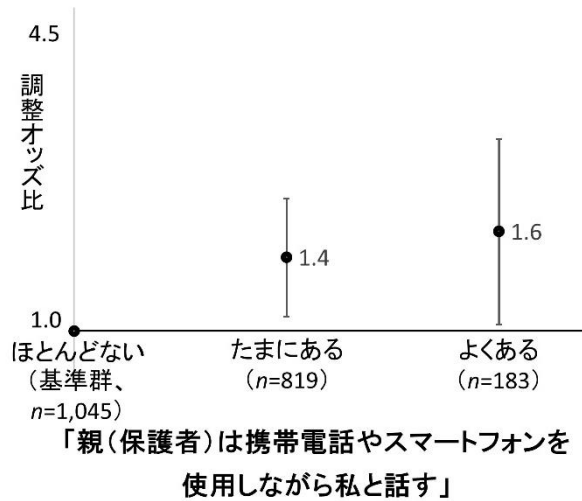
【問い合わせ先】

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター 企画戦略局 広報企画室（村上・近藤）

電話：03-3416-0181（代表） E-mail:koho@ncchd.go.jp

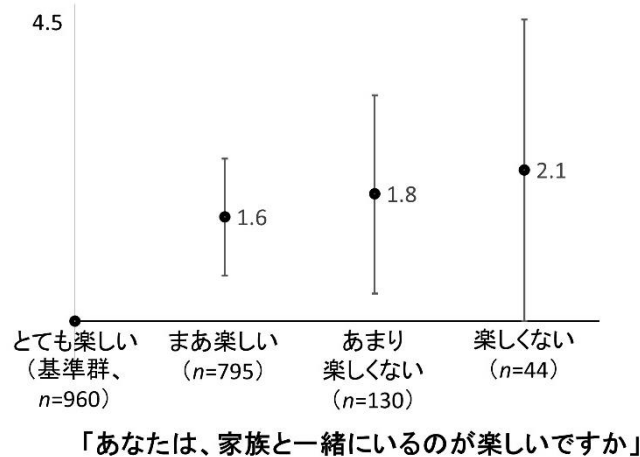
参考資料

<休日のインターネットの長時間使用（5時間以上）との関連>



(説明)

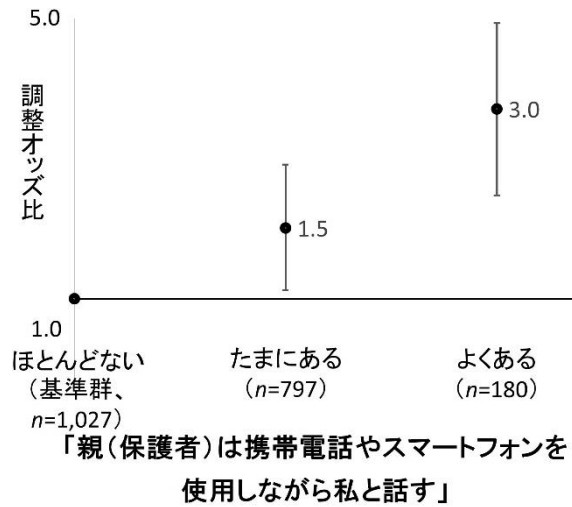
「親（保護者）は携帯電話やスマートフォンを使用しながら私と話す」に「ほとんどない」と答えた子どもたちの群と比較した場合、「たまにある」と答えた子どもたちの群の休日のインターネットの長時間使用の調整オッズ比（確率）^注は、1.4倍、「よくある」と答えた子どもたちの群では、1.6倍だった。



(説明)

「あなたは、家族と一緒にいるのが楽しいですか」に「とても楽しい」と答えた子どもたちの群と比較した場合、「楽しくない」と答えた子どもたちの群の休日のインターネットの長時間使用の調整オッズ比（確率）は、2.1倍だった。

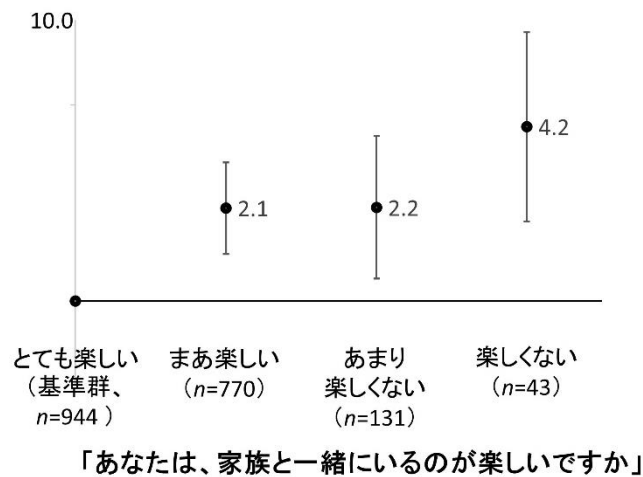
<睡眠不足の経験との関連>



(説明)

「親(保護者)は携帯電話やスマートフォンを使用しながら私と話す」に「ほとんどない」と答えた子どもたちの群と比較した場合、

「たまにある」と答えた子どもたちの群の睡眠不足の経験の調整オッズ比(確率)は、1.5倍、「よくある」と答えた子どもたちの群では、3.0倍だった。



(説明)

「あなたは、家族と一緒にいるのが楽しいですか」に「とても楽しい」と答えた子どもたちの群と比較した場合、

「楽しくない」と答えた子どもたちの群の睡眠不足の経験の調整オッズ比(確率)は、4.2倍だった。

注) 性別、学年、使用開始年齢、主観的な経済状況、所有機器(携帯電話・スマートフォン、パソコン、タブレット)の影響を調整。