

ネット依存を防ぐための情報教育に関する一考察

— 長野県の高校と大学を対象にした質問紙調査を通して —

Information and communications technology education to prevent internet addiction

— a survey study of high-school and college students in Nagano Prefecture —

経営学部現代経営学科

池田 佳代

IKEDA, Kayo, Ph.D.

Department of Contemporary Business

Faculty of Business Administration

神戸大学 キャンパスライフ支援センター

村中 泰子

MURANAKA, Yasuko

Kobe University

Support Center for Campus Life

経営学部現代経営学科

沼田 秀穂

NUMATA, Hideho, Ph.D.

Department of Contemporary Business

Faculty of Business Administration

キーワード：情報教育，スマートフォン，ネット依存，質問紙調査

要旨：高等教育において情報教育を行うにあたり，現状の学生の情報機器環境の理解は欠かせない。最近の傾向として「若者のPC離れ」が進んでいるといわれ，その背景としてスマートフォンの普及が挙げられる。一方で，インターネット回線の普及，SNSや動画サイト等の普及によりネット依存の問題が起っており，心身への悪影響が報告されている。情報教育には，利用を促進するだけではなく，健康的に情報環境と向き合う教育も必要といえる。本稿では，長野県の高校と大学で実施した質問紙調査をもとに，ネット依存について分析を行った。その結果，就寝時間がネット依存に影響を与える傾向があることがわかった。また，大学生は高校生よりもインターネットが生活の一部となり，ネット依存状態からさらに中毒状態へ移る傾向があることがわかった。

Abstract：When providing information and communications technology (ICT) education in higher education, it is essential to understand the rapidly evolving environment of students' use of communication devices. There is a growing trend of young people turning away from using personal computers due to widespread adoption of smartphones. As internet connectivity, social media, and online video sites have flourished, internet addiction has arisen as an emerging social problem. Reports of negative physical and mental effects on young people are also growing. Given this situation, we should consider how to provide ICT education that not only promotes internet literacy but also includes healthy ways to interact with the ever-expanding information environment. In this paper, we examine internet addiction based on surveys of high-school and college students in Nagano Prefecture, Japan. Among the findings, we found, for example, that internet addiction tends to adversely affect student bedtime, that college students are more seriously attached to internet use as a part of their lives, and that college students were at higher risk of moving from "addiction" to an "abuse" stage of engagement.

Keywords：ICT Education, Smartphone, Internet Addiction, questionnaire survey

1. はじめに

我が国における情報教育としては、首相官邸ミレニアムプロジェクトにおいて教育の情報化に関する目標が示されて以来、文部科学省で2002年『情報教育の実践と学校の情報化～新「情報教育に関する手引き」～』、2011年『教育の情報化ビジョン～21世紀にふさわしい学びと学校の創造を目指して～』が公表されている。ここでは、情報活用能力の育成を、「必要な情報を主体的に収集・判断・処理・編集・創造・表現し、発信・伝達できる能力等を育むこと」とし、「基礎的・基本的な知識・技能の確実な定着とともに、知識・技能を活用して行う言語活動の基盤となるものであり、「生きる力」に資するもの」としている。実際のところ、現在の初等教育では端末環境等のインフラの充実が中心テーマである。また、大学等の高等教育では授業や就職に向けた要請を受けて、教養科目の中に情報に関する演習科目を設けているが、情報を専門とする学部・学科以外では、メール、Web、オフィスアプリケーション等の基礎的な知識とオペレーションを習得するレベルに留まっている場合も多い。

また、情報モラル教育についてもその重要性が指摘されており、文部科学省2010年「教育の情報化に関する手引」の中では、「情報社会で適正な活動を行うための基になる考え方と態度」を「情報モラル」と定め、「他者への影響を考え、人権、知的財産権など自他の権利を尊重し情報社会での行動に責任をもつこと」、「危険回避など情報を正しく安全に利用できること」、「コンピュータなどの情報機器の使用による健康とのかかわりを理解すること」等をその範疇とし、各教科の指導の中で身につけさせることとしている。

大学をはじめとする高等教育機関における情報教育に求められる多様性が増していることは間違いない。それは、大学の社会的使命に、適切な教育を行い社会貢献できる人材を輩出することがあるからだ。

これまで情報教育に関する研究としては、中尾ら(2012)の、情報スキルの習熟について高校までの情報スキルの違いの吸収ができていくかという研究や、宇都宮(2012)の日本とタイの中学生の情報リテラシーと情報モラルの実態比較がある。また、高等教育としては、宮下、水野(2012)、當間ら(2013)など、自大学内の情報環境の整備を報告したものがある。情報モラル教育においては、壁谷(2013)が、情報モラル教育ではICT技術を利用する人々の「動機」を理解するプロセスが必要であるとしつつ、情報通信技術に

特化した教育ではなく、道徳一般を考える倫理学的実践の間口として行う可能性を示している。阿久津(2012)は、学生の個人情報流出への危機意識、個人情報漏えいに対する知識やスキルの習得への意欲はあるものの積極的なアプローチは行われていない、としている。

2. 目的

本稿では、文部科学省2010年「教育の情報化に関する手引」における「コンピュータなどの情報機器の使用による健康とのかかわりを理解すること」に着目する。高等教育において情報教育を行うにあたり、現状の学生の情報機器環境の理解は欠かせない。最近の傾向として、「若者のPC離れ」が進んでおり、「スマホを使いこなす若者なのに、PCのキーボードが打てない」という現象が起きている(山口, 2016)。つまり、急速な情報機器環境の変化により、学生の環境も変わってきており、その環境に対応した情報教育が求められることになる。特にスマートフォンは現代人には手放せないアイテムとなっており、空き時間や友人との集まりの中でもスマートフォンを操作したり、歩きスマホをしたりする姿はいたるところで見受けられる。これをネット依存という心の健康面から捉え、今後の情報教育に必要な要素を検討することが本研究の目的である。

一方で、インターネット回線の普及、SNSや動画サイト等の普及によりネット依存の問題が起きている。ネット依存については、その悪影響として現実の人間関係や生活を犠牲にする(大野他, 2011)ことに加え、生活充実感を下げ、神経質傾向・体調不良・ストレス性・凝り性を高める(鄭, 2008)ことが報告されている。しかし、高等教育での情報教育を検討するにあたり、高校から大学へと移行する間にネット依存傾向がどのように変化するかという観点が必要であるが、その研究は行われていない。これを解明することで健康的に情報環境と向き合う教育を行う一助としたい。

本稿では、まず、公的機関による調査によって青少年の情報機器環境の変化を整理する。その上で、長野県の高校と大学で行った質問紙調査をもとにインターネットの利用とネット依存に関する分析を行い、今後の情報教育に対する提言を行う。

3. 青少年の情報機器環境

内閣府の『平成25年度 青少年のインターネット利用環境実態調査』によると、高校生ではほとんど(96.4%)の者が自分専用の携帯電話(PHS・スマートフォン含む)を所有しており、そのうち「スマートフォン」を持っていると回答した高校生は82.8%である。また、携帯電話の利用内容については表1のように、メール(81%)や調べもの(73%)が多い。「パソコンを使っている」高校生は80.3%で、「自分専用のパソコンを使っている」高校生は13.1%、「家族と一緒に使っているパソコンを使っている」場合が62.8%と圧倒的に多数であった。

総務省の『平成28年版 情報通信白書』によると、私的な用途のために利用している端末として20代では87.0%がスマートフォンを利用しており、フィーチャーフォンの利用率は20.0%、タブレット端末は19.5%となっている。情報通信白書では10代のデータはとられていない。

以上より、現代の青少年の多くは、個人利用の情報機器としてスマートフォンを利用していることがわかる。

表1 携帯電話の利用内容(『平成25年度 青少年のインターネット利用環境実態調査』データをもとに筆者作成)

	高校生 (計)	高校生 男子	高校生 女子
該当数	489人	260人	229人
メール	81.0%	78.5%	83.8%
SNSサイト等	51.3%	49.6%	53.3%
メッセージやチャット等	46.6%	44.6%	48.9%
調べもの	73.0%	73.1%	72.9%
ゲーム	51.5%	63.5%	38.0%
(音楽や動画等の)閲覧	60.1%	57.3%	63.3%
(音楽や動画等の)ダウンロード	32.3%	32.3%	32.3%
買い物やチケットの予約	14.5%	10.4%	19.2%
インターネットは使っていない	3.3%	3.1%	3.5%

4. 質問紙調査

4.1 対象

長野県の高中生、大学生に質問紙調査を行った。

高校生については、2015年5月28日に長野県内のA高校の定時制における42名(男子22名、女子20名)に対し行った。A高校の定時制は、17時20分(ホーム

ルーム)から20時55分(4限目)までを授業時間としており、質問紙調査は、全学年に向けた出張講座の際に行った。大学生については、2015年11月24日長野県内のB大学の2年生22名(すべて女子)に対し2限目授業内で行った。いずれも研究の目的と内容等について説明を行い、個人情報に関する法令およびその他の規範を遵守し、分析結果は学術的な目的以外に使用しないことを明示したうえで、同意が得られた者に回答してもらった。

4.2 調査内容

アンケート項目には、性別、年齢、1日のうちでインターネットを利用する時間、平日の起床/就寝時間、スマートフォンの所有に関して自分専用/家族と一緒に利用/なしのいずれであるかを選択できるように設定した。また、スマートフォンを所有している場合は、所有している期間とスマートフォンでのインターネット利用の内容を複数選択方式で設定した。選択肢は、内閣府の『平成25年度 青少年のインターネット利用環境実態調査』の設問項目を参考にし、メール、SNSサイトなどインターネット上のコミュニケーション、メッセージやチャット等を用いたコミュニケーション、調べもの、ゲーム、(音楽や動画等の)閲覧、(音楽や動画等の)ダウンロード、買い物やチケットの購入、その他(具体的に記述)とした。

さらに、「インターネット依存自己評価スケール(青少年用)K-スケール」をもとにしたインターネット依存に関する設問(表2)を4件法、「Rosenberg自尊感情尺度」をもとにした自尊感情測定に関する設問(表3)を5件法で行った。

4.3 分析方法

統計解析ソフトにIBM SPSS Statistics Version24を用いた。

本稿では、生活態度とくに就寝時間がネット依存に影響すると仮定し、就寝時間と1日のうちでインターネットを利用する時間についてクロス集計を行った。

また、ネット依存性尺度15項目について主因子法による因子分析を行った。

5. 質問紙調査結果

5.1 利用実態

スマートフォンの所有状況を表4に示す。調査対象の高校生は、自分専用のスマートフォンを73.8%持つ

表2 インターネット依存に関する設問

インターネットについて質問します。 この場合、利用する機器は、パソコン、携帯電話、スマートフォン、ゲーム機などオンラインで使用するすべてを含みます。	
1	インターネットの使用で、学校の成績や業務実績が落ちた。
2	インターネットをしている間は、よりいきいきしてくる。
3	インターネットができないと、どんなことが起きているのか気になってほかのことができない。
4	“やめなくては”と思いながら、いつもインターネットを続けてしまう。
5	インターネットをしているために疲れて授業や業務時間に寝る。
6	インターネットをしていて、計画したことがまともにできなかったことがある。
7	インターネットをすると気分がよくなり、すぐに興奮する。
8	インターネットをしているとき、思い通りにならないとイライラしてくる。
9	インターネットの使用時間をみずから調節することができる。
10	疲れるくらいインターネットをすることはない。
11	インターネットができないとそわそわと落ち着かなくなり焦ってくる。
12	一度インターネットを始めると、最初に心に決めたよりも長時間インターネットをしてしまう。
13	インターネットをしたとしても、計画したことはきちんとおこなう。
14	インターネットができなくても、不安ではない。
15	インターネットの使用を減らさなければならないとも考えている。

ている一方、家族と一緒に使っている人（4.8%）や持っていない人（19%）がいた。大学生は90%以上が自分専用のスマートフォンを所有していた。

スマートフォンを使い始めてどのくらい経つかという使用期間を表5に示す。

高校生はスマートフォンを持っていない人を含め1年未満が多く（42.9%）ついで3年以上4年未満（31.0%）が多くなっている。大学生は、2年以上3年未満（31.8%）が一番多く、ついで3年以上4年未満（22.7%）となっており、ほぼ同時期にスマートフォンが生徒の間で普及したことが想定される。

スマートフォンでインターネットを使って何をしているかについて集計した結果が表6である。本設問は複数項目を選択可としている。

スマートフォンでのインターネット利用の内容として、高校生は調べものが84.8%と一番多く、次に音楽や動画等の閲覧（66.7%）、ゲーム（63.6%）となっている。大学生はSNSと調べものが同率（90%）で一

表3 自尊感情測定に関する設問

他人からどう見られているかではなく、あなたが、あなた自身をどのように思っているかを、ありのままにお答えください。	
1	少なくとも人並みには、価値のある人間である
2	色々な良い要素をもっている
3	敗北者だと思うことがよくある
4	物事を人並みには、うまくやれる
5	自分には、自慢できる場所があまりない
6	自分に対して肯定的である
7	だいたいにおいて、自分に満足している
8	もっと自分自身を尊敬できるようになりたい
9	自分は全くだめな人間だと思うことがある
10	何かにつけて、自分は役に立たない人間だと思う

表4 スマートフォンの所有状況

	高校生 (人)	高校生 (%)	大学生 (人)	大学生 (%)
1. 自分専用のスマートフォン	31	73.8	20	90.9
2. 家族と一緒に使っているスマートフォン	2	4.8	0	0.0
3. 持っていない	8	19.0	2	9.1
合計	41	97.6	22	100.0

表5 スマートフォンの使用期間

	高校生 (人)	高校生 (%)	大学生 (人)	大学生 (%)
1年未満 未保有含む	18	42.9	2	9.1
1年以上 2年未満	4	9.5	4	18.2
2年以上 3年未満	2	4.8	7	31.8
3年以上 4年未満	13	31.0	5	22.7
4年以上 5年未満	3	7.1	2	9.1
5年以上	2	4.8	2	9.1
合計	42	100.0	22	100.0

番多く、次いでメール（85.0%）となった。また、買い物やチケットの購入は高校生（21.2%）と大学生（55.0%）とで違いが出ている項目である。

表7は、一日にインターネットを何時間利用するかについて集計した結果である。設問では、利用する機器は、パソコン、携帯電話、スマートフォン、ゲーム機などオンラインで使用するすべてを含むこととしている。

高校生のインターネットの利用時間で5時間以上

表6 スマートフォン利用内容

	高校生 (人)	高校生 (%)	大学生 (人)	大学生 (%)
メール	18	54.5	17	85.0
SNS	19	57.6	18	90.0
メッセージや チャット	13	39.4	11	55.0
調べもの	28	84.8	18	90.0
ゲーム	21	63.6	13	65.0
音楽や動画等の閲 覧	22	66.7	14	70.0
音楽や動画等のダ ウンロード	10	30.3	6	30.0
買い物やチケット の購入	7	21.2	11	55.0

表7 一日のインターネット利用時間

	高校生 (人)	高校生 (%)	大学生 (人)	大学生 (%)
1時間未満	2	4.8	0	0
1時間以上 2時間未満	5	11.9	4	18.2
2時間以上 3時間未満	8	19.0	5	22.7
3時間以上 4時間未満	7	16.7	7	31.8
4時間以上 5時間未満	2	4.8	3	13.6
5時間以上	17	40.5	3	14.3
合計	41	97.7	22	100.0

(40.5%) が一番多い結果となった。中でも、10時間以上の回答が4名もあり、睡眠時間と授業時間を除くと現実的には不可能ではないかと考えられるため回答の信ぴょう性が疑われる。調査した高校では、授業中は携帯、スマートフォンを回収している。10時間以上の4名を除いたインターネット利用時間の平均は、209.7分 (SD=120.8) となった。

大学生は3時間以上4時間未満 (31.8%) が一番多く、次いで2時間以上3時間未満 (22.7%) となった。インターネット利用時間の平均は、196.4分 (SD=134.1) となった。

睡眠についての設問では、平日の平均的な起床時間、就寝時間を聞いている。ここから算出した睡眠時間を表8に示す。

高校生は8時間以上9時間未満が31.0%と一番多く、比較的睡眠はとれているようであるが、6時間未満も7.2%いる。平均睡眠時間は、8時間4分であった。対象が定時制高校であるため、仕事をしている生徒もあり、生活実態がつかめない部分があることは考

表8 平日の平均的な睡眠時間

	高校生 (人)	高校生 (%)	大学生 (人)	大学生 (%)
5時間未満	1	2.4	2	9.1
5時間以上 6時間未満	2	4.8	3	13.6
6時間以上 7時間未満	6	14.3	8	36.4
7時間以上 8時間未満	5	11.9	5	22.7
8時間以上 9時間未満	13	31.0	3	13.6
9時間以上 10時間未満	8	19.0	1	4.5
10時間以上	6	14.3	0	0
合計	41	97.7	22	100

慮しなければならない。

大学生は6時間以上7時間未満が36.4%と一番多く、ついで7時間以上8時間未満が22.7%であった。平均睡眠時間は6時間33分であり、高校生と比べると睡眠時間が少なくなっている。

5.2 就寝時間とインターネット利用時間によるクロス集計

生活態度がネット依存に関連すると仮定し、就寝時間と1日のうちでインターネットを利用する時間についてクロス集計を行った結果が表9である。

χ^2 分布表の自由度10における有意水準1%の限界値は23.21である。「24時までに寝る」と「24時以降25時までに寝る」「25時以降に寝る」の就寝時間間では、限界値 (23.21) < χ^2 値 (24.38) となることから、1%水準で帰無仮説は棄却される (P=0.007<0.10)。1%水準で有意となり、就寝時間がインターネット利用時間に影響しており、24時までに寝る早寝の人よりも遅寝の人の方がネット時間が長くなっている傾向にあるといえる。特に5時間を超えるネット依存傾向にある人は遅寝傾向があると言える。

5.3 因子分析

ネット依存性尺度15項目について主因子法による因子分析を行った。

固有値の変化は5.135, 1.923, 1.418・・・というものであり、3因子構造が妥当であると考えられた。そこで、再度、3因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、十分な因子構造を示さなかった2項目を分析から除外し、再度、

主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関を表10に示す。

第1因子は7項目で構成されており、「長時間インターネットをしてしまう」「いつもインターネットを続けてしまう」など常にインターネットを意識している内容の項目が高い負荷量を示した。そこで、「ネット依存」因子と命名した。

第2因子は4項目で構成されており、「計画はきちんとおこなう」「疲れるくらいインターネットはしない」など、ネットと健全な関係性がある内容に高い負荷量を示した。そこで、「ネット健全」因子と命名した。

第3因子は2項目で構成されており、インターネットができないと、「そわそわと落ち着かなくなる」「気になってほかのことができない」など、中毒状況を示す内容の項目が高い負荷量を示した。そこで、「ネット中毒」因子と命名した。

ト中毒」因子と命名した。

5.3.1 下位尺度間の関連

ネット依存性尺度の3つの下位尺度に相当する項目の平均値を算出し、「ネット依存」下位尺度得点 (M=2.03, SD=.573), 「ネット健全」下位尺度得点 (M=2.71, SD=.595), 「ネット中毒」下位尺度得点 (M=1.66, SD=.661) とした。内部整合性を検討するために下位尺度の α 係数を算出したところ、「ネット依存」で $\alpha=.74$, 「ネット健全」で $\alpha=.73$, 「ネット中毒」で $\alpha=.77$ と十分な値が得られた。

ネット依存性の下位尺度相関係数を表11に示す。3つの下位尺度は「ネット依存」と「ネット健全」は有意な負の相関, 「ネット中毒」と「ネット健全」は有意な負の相関, 「ネット依存」と「ネット中毒」は有意な正の相関を示した。

表9 就寝時間とインターネット利用時間によるクロス集計

		インターネット利用時間						合計
		1時間未満	2時間未満	3時間未満	4時間未満	5時間未満	5時間以上	
就寝時間	24時までに寝る	1	6	3	8	0	2	20
	24時以降に25時までに寝る	1	2	8	6	5	7	29
	25時以降に寝る	0	1	2	0	0	6	9
合計		2	9	13	14	5	15	58

表10 ネット依存尺度の因子分析結果 (Promax回転後の因子パターン)

	因子		
	1	2	3
一度インターネットを始めると、最初に心に決めたよりも長時間インターネットをしてしまう。 “やめなくて”と思いながら、いつもインターネットを続けてしまう。	.886	-.018	-.102
インターネットをしていて、計画したことがまともにならなかったことがある。	.808	-.046	-.067
インターネットをしているとき、思い通りにならないとイライラしてくる。	.709	.057	.065
インターネットをしているために疲れて授業や業務時間に寝る。	.697	.029	.165
インターネットをすると気分がよくなり、すぐに興奮する。	.467	-.084	.170
インターネットの使用を減らさなければならないといつも考えている。	.402	-.031	.259
インターネットをしたとしても、計画したことはきちんとおこなう。	.353	.211	.106
疲れるくらいインターネットをすることはしない。	-.032	.812	.155
インターネットの使用時間をみずから調節することができる。	.312	.726	-.191
インターネットができなくても、不安ではない。	-.246	.545	.116
インターネットができないとそわそわと落ち着かなくなり焦ってくる。	-.218	.419	-.193
インターネットができないと、どんなことが起きているのか気になってほかのことができない。	.022	.012	.941
因子間相関	.178	.004	.549
	1	2	3
		1	2
			1

表11 ネット依存性尺度の3つの下位尺度相関

		ネット依存	ネット健全	ネット中毒
ネット依存	Pearsonの相関係数	1	-.388**	.553**
	有意確率(両側)		.002	.000
ネット健全	Pearsonの相関係数		1	-.269*
	有意確率(両側)			.031
ネット中毒	Pearsonの相関係数			1
	有意確率(両側)			

** p<.01 * p<.05

5.3.2 t検定による男女差の検討

男女差の検討を行うために、ネット依存性尺度の下位尺度得点についてt検定を行った。その結果、ネット依存尺度 (t=1.05, df=60, ns), ネット健全尺度 (t=0.84, df=60, ns), ネット中毒尺度 (t=1.09, df=60, ns) と、いずれの尺度も男女差は有意ではなかった。

男女差の平均値とSDおよびt検定の結果を表12に示す。

表12 男女差の平均値とSDおよびt検定の結果

	女性		男性		t 値
	M	SD	M	SD	
ネット依存	2.1107	.59519	1.9545	.49169	1.05
ネット健全	2.7063	.59519	2.8295	.48419	0.84
ネット中毒	1.7375	.74238	1.5455	.48573	1.09

5.3.3 t検定による学校間(高校/大学)差の検討

学校間(高校/大学)差の検討を行うために、ネット依存性尺度の下位尺度得点についてt検定を行った(表13)。その結果、ネット依存尺度 (t=2.88, df=62, p<.01), ネット健全尺度 (t=0.02, df=62, ns), ネット中毒尺度 (t=2.90, df=62, p<.01) と、いずれの尺度も学校間差は有意ではなかった。

表13 学校間(高校/大学)差の平均値とSDおよびt検定の結果

	高校		大学		t 値
	M	SD	M	SD	
ネット依存	1.8878	.50437	2.2987	.61074	2.88*
ネット健全	2.7083	.62205	2.7045	.55440	0.02
ネット中毒	1.5	.50606	1.9773	.80884	2.90*

** p<.01

5.3.4 学校間(高校/大学)別の相関係数

因子間の学校別の相関を検討した。

高校生の場合は、「ネット依存」「ネット中毒」間で中程度の正の相関、「ネット健全」間において中程度の負の相関があるが、有意ではない(表14)。

表14 因子間相関(高校)

		ネット依存	ネット健全	ネット中毒
ネット依存	Pearsonの相関係数	1	-.185	.225
	有意確率(両側)		.242	.152
ネット健全	Pearsonの相関係数	-.185	1	-.048
	有意確率(両側)	.242		.761
ネット中毒	Pearsonの相関係数	.225	-.048	1
	有意確率(両側)	.152	.761	

大学生は「ネット依存」と「ネット中毒」間で、1%水準で有意な正の相関を示し、「ネット健全」と「ネット依存」「ネット中毒」ともに1%水準で有意な負の相関を示している(表15)。

表15 因子間相関(大学)

		ネット依存	ネット健全	ネット中毒
ネット依存	Pearsonの相関係数	1	-.837**	.772**
	有意確率(両側)		.000	.000
ネット健全	Pearsonの相関係数	-.837**	1	-.640**
	有意確率(両側)	.000		.001
ネット中毒	Pearsonの相関係数	.772**	-.640**	1
	有意確率(両側)	.000	.001	

** 相関係数は1%水準で有意(両側)

大学生は高校生よりもインターネットが生活の一部となり、依存状態からさらに中毒状態へ移りつつあることが浮き彫りになった。

6. 考察

統計データおよび質問紙調査結果により青少年のス

スマートフォン利用が高いことが確認できた。内閣府の『平成25年度 青少年のインターネット利用環境実態調査』では「スマートフォン」を持っていると回答した高校生は82.8%であり、本稿の質問紙調査においても自分専用のスマートフォンを73.8%持っており、家族と一緒に使っている人（4.8%）を含めると78.6%となることから、概ね80%程度の高校生はスマートフォンを利用しており、この数字はスマートフォンに代わる情報機器が出現しない限りは下がることはないと言えよう。さらに大学生になると、質問紙調査では90%以上が自分専用のスマートフォンを所有していた。総務省の『平成28年版 情報通信白書』によると、私的な用途のために利用している端末として20代では87.0%がスマートフォンを利用しているという結果が出ており、概ね90%程度の大学生はスマートフォンを利用していると言える。スマートフォンは今や、青少年にとって欠かすことのできない情報機器になっている。

スマートフォンでのインターネット利用の内容として、質問紙調査結果では、高校生は調べものが84.8%と一番多く、次に音楽や動画等の閲覧（66.7%）、ゲーム（63.6%）となっている。大学生はSNSと調べものが同率（90%）で一番多く、次いでメール（85.0%）となった。また、買い物やチケットの購入は高校生（21.2%）と大学生（55.0%）とで違いが出ている項目である。内閣府の『平成25年度 青少年のインターネット利用環境実態調査』では、高校生の携帯電話（PHS・スマートフォン含む）の利用内容としてメール（81%）や調べもの（73%）が多い結果となっている。ここで大学生と高校生の利用形態の違いとして、SNSや買い物の利用である。高校までのメールなどの狭いコミュニティや一方向（受信）の情報検索（調べもの）から、大学生になると（不特定）多数の人とのつながりが生まれており、より一層、インターネット利用の機会を増やすことが想定される。インターネットとうまく付き合っていくことは、社会とのつながりと直結しているともいえる。

しかし、一方で健康を害してしまうようなインターネット依存は避けなければならない。

インターネット依存については、世界的な診断基準としての定義が確立されていない（総務省、2014）が、一つの指標としてインターネットの利用時間が挙げられる。仕事で利用する社会人とは異なり、高校生、大学生は授業中には利用できないなど、限られた時間での利用となっている。しかし、そういった環境の中でもかなりの時間をインターネットに費やして

いるケースが見受けられた。本稿では就寝時間とインターネットの利用時間の関係を分析し、24時までに寝る人よりも24時以降に寝るの方が、ネット時間が長くなっている傾向を掴んだ。特に5時間を超えるネット依存傾向にある人は遅寝傾向がある。インターネット依存を防ぐためには、睡眠への配慮が必要であることが本稿で明らかになった。

また、質問紙調査でのネット依存性尺度15項目について主因子法による因子分析を行い、3つの下位尺度「ネット依存」「ネット健全」「ネット中毒」と命名し、因子間の相関を検討したところ、大学生は「ネット依存」と「ネット中毒」間で、1%水準で有意な正の相関を示し、「ネット健全」と「ネット依存」「ネット中毒」ともに1%水準で有意な負の相関を示した。高校生については有意な相関は見られなかったことから、大学と高校という環境の違いはインターネット依存からインターネット中毒へとより危険な状態へと移る可能性が示唆された。

本稿の質問紙調査は、高校の定時制と女子大学生という偏ったサンプルではある。しかし、現代の青少年の置かれた環境を一部物語っていることは間違いない。大学において情報教育を行うにあたり、身近なスマートフォンの存在を無視しては語ることはできない。また就寝など生活のリズムをコントロールする基礎的習慣についても十分教育する必要があることを提案する。

7. 参考文献

- 阿久津 毅 (2012) 「SNSと個人情報に関する意識調査」日本教育情報学会年会論文集 (28), pp.294-295
- 壁谷 彰慶 (2013) 「「情報モラル教育」に必要な人間理解の視座について」千葉大学人文社会科学研究所研究プロジェクト報告書 255, pp.21-30
- 韓国政府「インターネット依存自己評価スケール（青少年用）K-スケール」<http://www.kurihama-med.jp/tiar/tiar_07.html> (2017年1月14日アクセス)
- 宮下 健輔, 水野 義之 (2012) 「京都女子大学における全学情報教育とそれを支える情報システムの変遷に関する考察」情報処理学会論文誌 53 (3), pp.997-1004
- 文部科学省 (2002) 『情報教育の実践と学校の情報化～新「情報教育に関する手引き」～』<http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/zyouhou/020706.htm> (2017年1月14日アクセス)

- 文部科学省 (2011) 『教育の情報化ビジョン～21世紀にふさわしい学びと学校の創造を目指して～』 <http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/23/04/_icsFiles/afieldfile/2011/04/28/1305484_01_1.pdf> (2017年 1月14日アクセス)
- 内閣府 (2014) 『平成25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/h25/net-jittai/pdf/index.html>> (2017年 1月14日アクセス)
- 中尾 茂子, 北原 俊一, 加藤 暁子, 風間 文明, 安達一寿 (2012) 「大学初年次の基礎的情報教育受講による学習効果の分析」日本教育情報学会第28回年会
- 大野 志郎, 小室 広佐子, 橋元 良明, 小笠原 盛浩, 堀川祐介 (2011) 「ネット依存の若者たち, 21人インタビュー調査」『東京大学大学院情報学環情報学研究調査研究編』 27, pp.101-139
- 総務省 (2016) 『平成28年版 情報通信白書』 <<http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h28/pdf/index.html>> (2017年 1月14日アクセス)
- 総務省 (2014) 『高校生のスマートフォン・アプリ利用とネット依存傾向に関する調査報告書』 <http://www.soumu.go.jp/main_content/000302914.pdf> (2017年 1月14日アクセス)
- 當間 亜紀子, 池田 佳奈子, 桑名 杏奈 (2013) 「情報教育支援の実践報告 ～お茶の水女子大学附属図書館ラーニング・コモンズにおける学生支援～」情報知識学会誌 23 (2), pp.253-258
- 宇都宮 (2012) 「日本とタイの中学生の情報リテラシーと情報モラルの実態比較－学校における情報教育の望ましい在り方の検討－」日本教育情報学会第28回年会
- 鄭艶花 (2008) 「インターネット依存傾向と日常的精神健康に関する実証的研究」『Journal of Japanese Clinical Psychology』 26 (1), pp.72-83
- 山口健太 (2016) 『モバイルの現在と未来』「第32回「若者のPC離れ」批判は的外れ, そこに生産性向上のヒントあり」 <http://www.nikkeibp.co.jp/atcl/column/15/yamaguchi_kenta/081900037/?rt=nocnt> (2017年 1月14日アクセス)