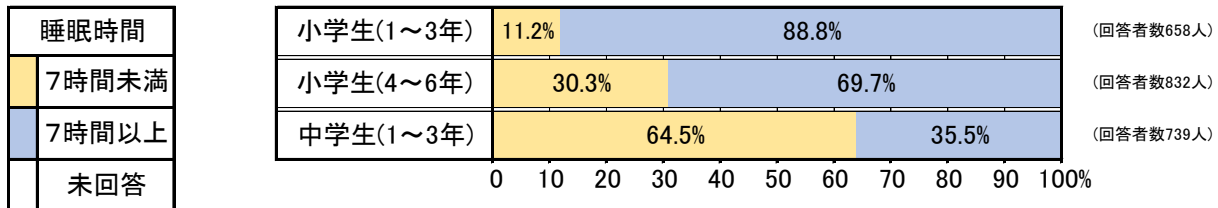


携帯電話,スマートフォン等の利用に関するアンケート調査結果について

令和3年12月に町内小中学生全員を対象にアンケート調査を行いました。その調査結果がまとまりましたので、皆様にご報告申し上げます。調査にご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。

【対象者】小学校(児童数1,771人, 回答率84.1%)  
中学校(生徒数 820人, 回答率90.1%)

Q1: 平日の睡眠時間を教えてください。

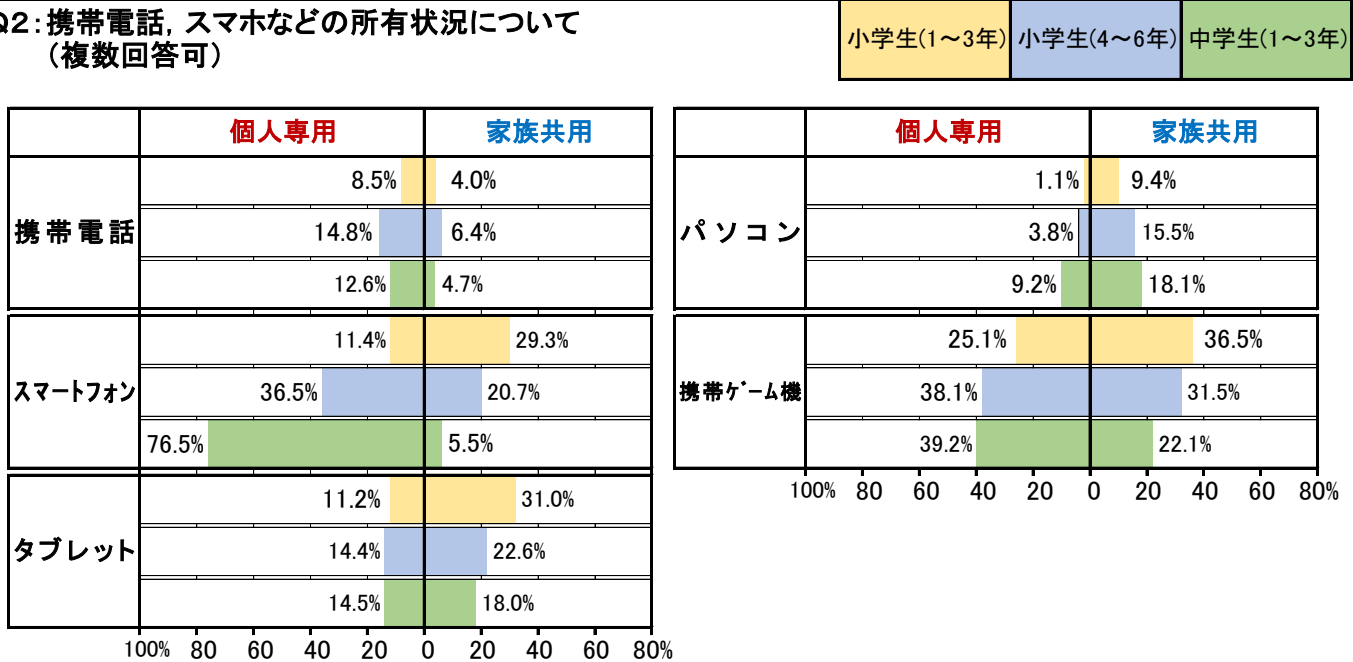


アンケート結果から

昨年の調査時と比較すると、睡眠時間が7時間未満の児童・生徒が中学生は横ばいですが、小学生で増えております(小学生(1~3年) 5.7%→11.2%, 小学生(4~6年) 18.4%→30.3%, 中学生(1~3年) 64.8%→64.5%)。

厚生労働省が平成26年3月に改定した「睡眠指針」の中で、睡眠不足が続くと、疲労回復が困難になると指摘があります。不足した睡眠を休日にまとめて解消しようとするを「寝だめ」と呼ぶことがありますが、たくさん眠ったからといって睡眠不足が解消するわけではありません。そのため、日ごろから睡眠不足にならないように、適切な睡眠時間を確保する必要があります。保護者の皆様には、お子様へ夜更かしをしないよう夜9時には布団に入る習慣づけをお願いいたします。

Q2: 携帯電話, スマホなどの所有状況について (複数回答可)



アンケート結果から

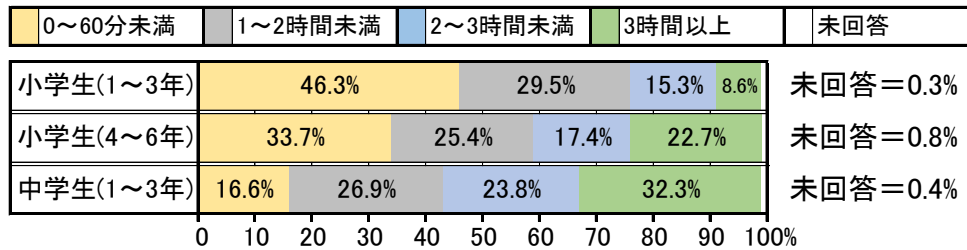
小学生の携帯電話所有の個人専用については、キッズケータイや、GPSの機能を利用した防犯用として所有している場合もあり、所有率は合計で12.0%で、スマホの個人所有は25.4%と、合計で全体の約4割がどちらかを所有している結果となりました。

中学生の携帯電話(個人専用)の所有率は12.6%で、スマホ(個人専用)は76.5%という結果になり、全体の約9割がどちらかを所有している結果となっております。

携帯ゲーム機(個人専用)は、小学生32.3%、中学生39.2%が所有しています。

所有率の増加に伴い、スマホやゲームに依存してしまう子供は近年増加しています。そこで、家庭内で利用時間等のルールを決めることが重要になります。本アンケート調査によると携帯電話・スマホ等の使用についてルールが決められていないと回答したのが、小学生で14.9%、中学生で26.4%という結果になりました。使用時間を抑えるために家庭内でルールづくりの徹底をお願いいたします。

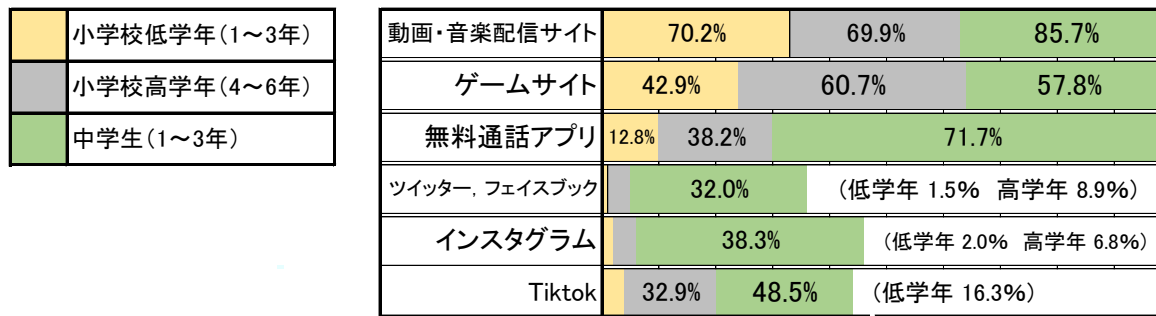
**Q3: 学校がある日に携帯電話, スマホなどをどのくらい利用していますか。**



**アンケート結果から**

昨年の調査時と比較すると、「0～60分未満」が小学生(1～3年)で(50.2%→46.3%),小学生(4～6年)で(36.8%→33.7%),中学生(1～3年)で(21.3%→16.6%)と全てで減少しました。対照的に「3時間以上」が小学生(1～3年)で(5.8%→8.6%),小学生(4～6年)で(8.5%→22.7%),中学生(1～3年)で(27.3%→32.3%)と全てで増加しました。特に小学校高学年での増加が著しい結果となりました。近年、視力の低下した児童生徒が増加しており、急激な視力の低下は目の病気につながる恐れがあります。ご家庭では利用時間を制限する,休憩を取りつつ利用するなどといった適切なご指導をお願いいたします。

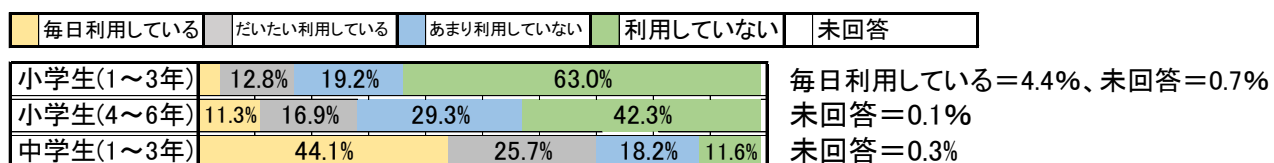
**Q4: 携帯電話, スマホなどからよく利用するサイトを教えてください。(複数回答可)**



**アンケート結果から**

小中学生ともに最も多かったのは、動画・音楽配信サイトでした。次いで、小学生はゲームサイト、中学生は無料通話アプリ(LINEなど)の順となっています。お子様が安心・安全にアプリ等を使用するために、まず保護者の方々がお子様が使用しているアプリ等についての理解を深め、使用方法について一緒に決めることをお願いいたします。  
 ※フィルタリングの有無を尋ねた回答では「最初からしていない」と「後から解除した」と答えた小学生は24.1%,中学生で27.2%となっております。知らないうちに不適切な動画サイトや悪質なサイトを閲覧している可能性もあります。保護者の方々はお子様の利用状況を把握し、フィルタリングやアクセス制限の管理をお願いいたします。

**Q5: 午後9時を過ぎてから携帯電話, スマホなどを利用していますか。**



**アンケート結果から**

小学生の約6割は午後9時以降,携帯電話・スマホ等を使用していませんが,中学生は約7割が頻繁に使用しているという結果になりました。若年世代では、寝床に入ってからスマホやゲームなどに熱中する人が多く、その後就寝しても、長時間光の刺激が目に入ることによって、目が覚めている状態になり、睡眠が浅くなります。また、夜更かしにもつながり睡眠時間が減少します。規則正しい生活習慣を身に着けるためにも、午後9時以降の利用禁止について引き続きご家庭での声かけをお願いいたします。

**○大和町教育委員会からのお願い(再掲)**

- ・特に小学生のお子様をお持ちの家庭は、夜の9時には布団に入る習慣づけをお願いいたします。
- ・お子様が携帯電話やスマートフォンを利用する場合には、利用時間を「1時間以内」とするなど、ご家庭での適切なご指導・ルール作りを行い、利用目的や利用場所・時間帯を決める等のご対応をお願いいたします。また、お子様がトラブルに合う可能性があることも、十分ご理解をお願いいたします。
- ・お子様が安心・安全にアプリ等を使用するために、まず保護者の方々がお子様が使用しているアプリについての理解を深め、使用方法について一緒に決めることをお願いいたします。
- ・お子様の携帯電話やスマートフォンの利用状況を把握し、フィルタリングやアクセス制限の管理をお願いいたします。

携帯電話やスマートフォン等の午後9時以降の利用禁止について、引き続きご家庭での声かけをお願いいたします。