

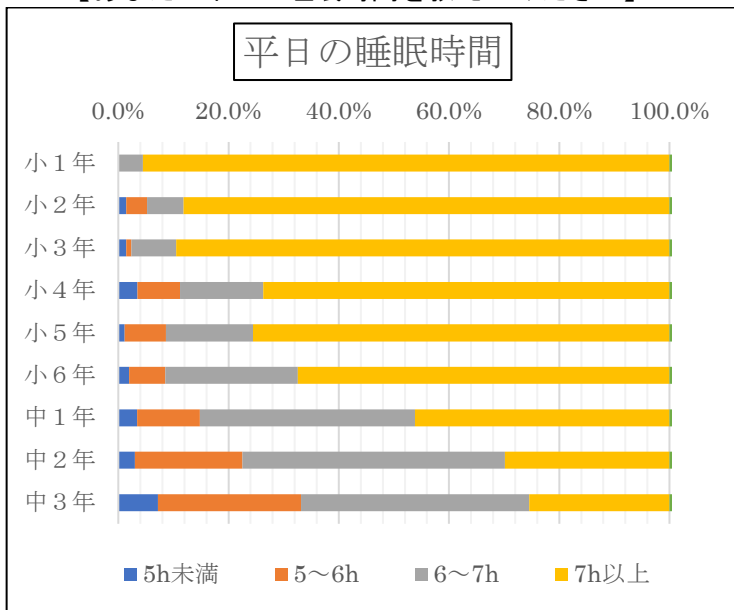
令和5年度スマートフォン・ゲームなどの利用に関するアンケート調査結果について

立春の候、皆様におかれましては、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

また、本町の教育行政につきましては、特段のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、令和5年11月に町内小中学生全員を対象にスマートフォン・ゲームなどの利用に関する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。

Q1【あなたの平日の睡眠時間を教えてください】

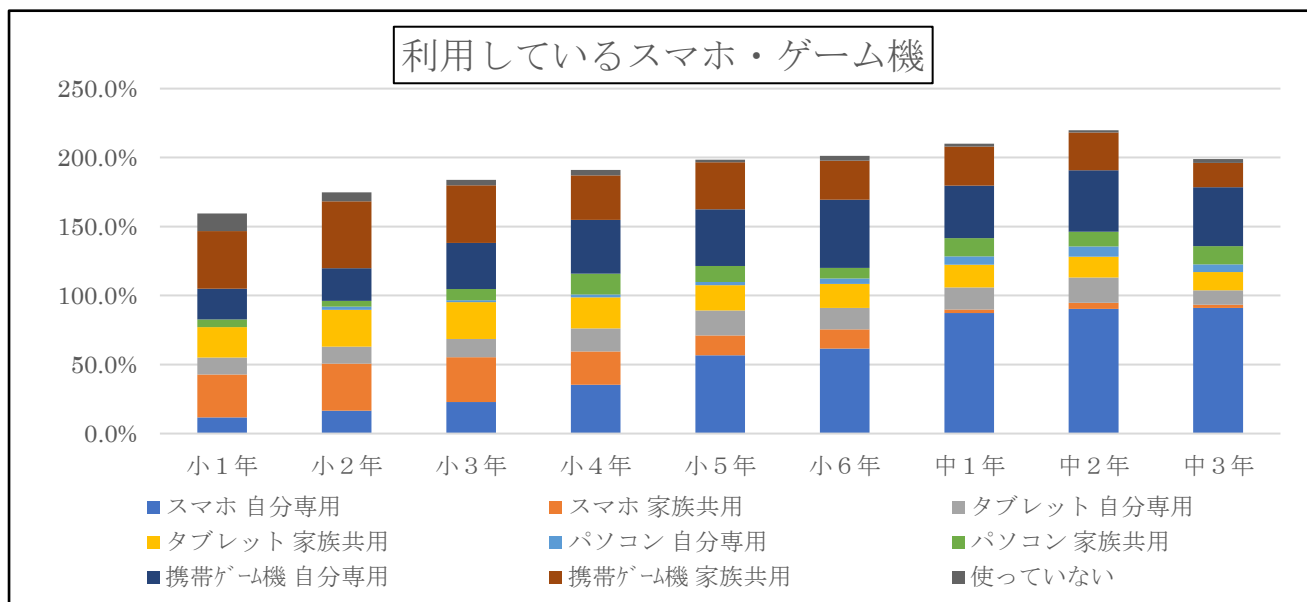


■ 小学校下学年（1～3年）の90%前後が7時間以上の睡眠時間を確保しているが、学年が上がるにしたがって徐々に睡眠時間を7時間確保できている児童が減少する傾向があり、6学年では70%を切っている。この傾向は、ほぼ昨年度同様。

■ 中学生は、1年生では睡眠時間を7時間確保できている生徒が約半数いるが、学年が上がるにしたがい、睡眠時間が6～7時間、5～6時間の生徒が増加していく。

■ 中学2・3年生では、睡眠時間を7時間確保できている生徒は30%を切っている。この傾向は昨年度とほぼ同様だが、3年生で睡眠時間を7時間確保できている生徒が微増している。(R4 19.0% → R5 25.4%)

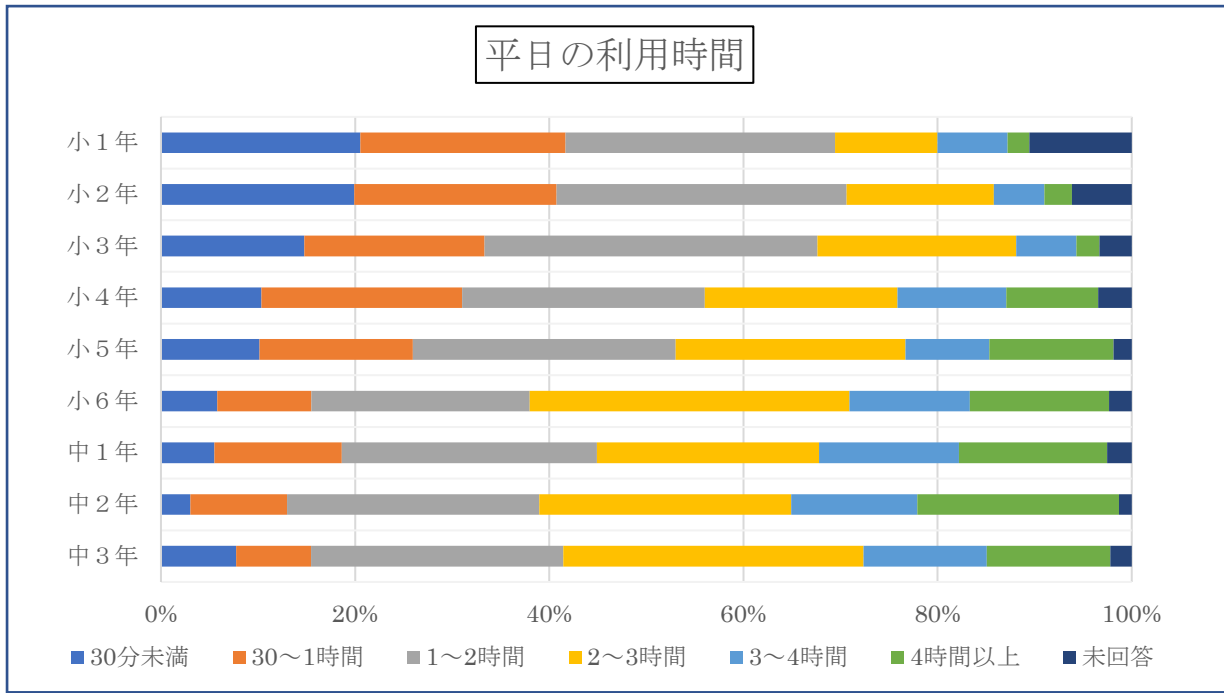
Q2【あなたはスマホ・ゲーム機などを利用していますか】  
(該当するもの全てに○)



■ 小学校では、学年が上がるにしたがって自分専用のスマホ(携帯電話)の所持率が高くなっており、高学年では、60%前後の児童が自分のスマホを所有している。5年生の所有率が、昨年から増加している。(R4 48.8% → R5 56.8%)

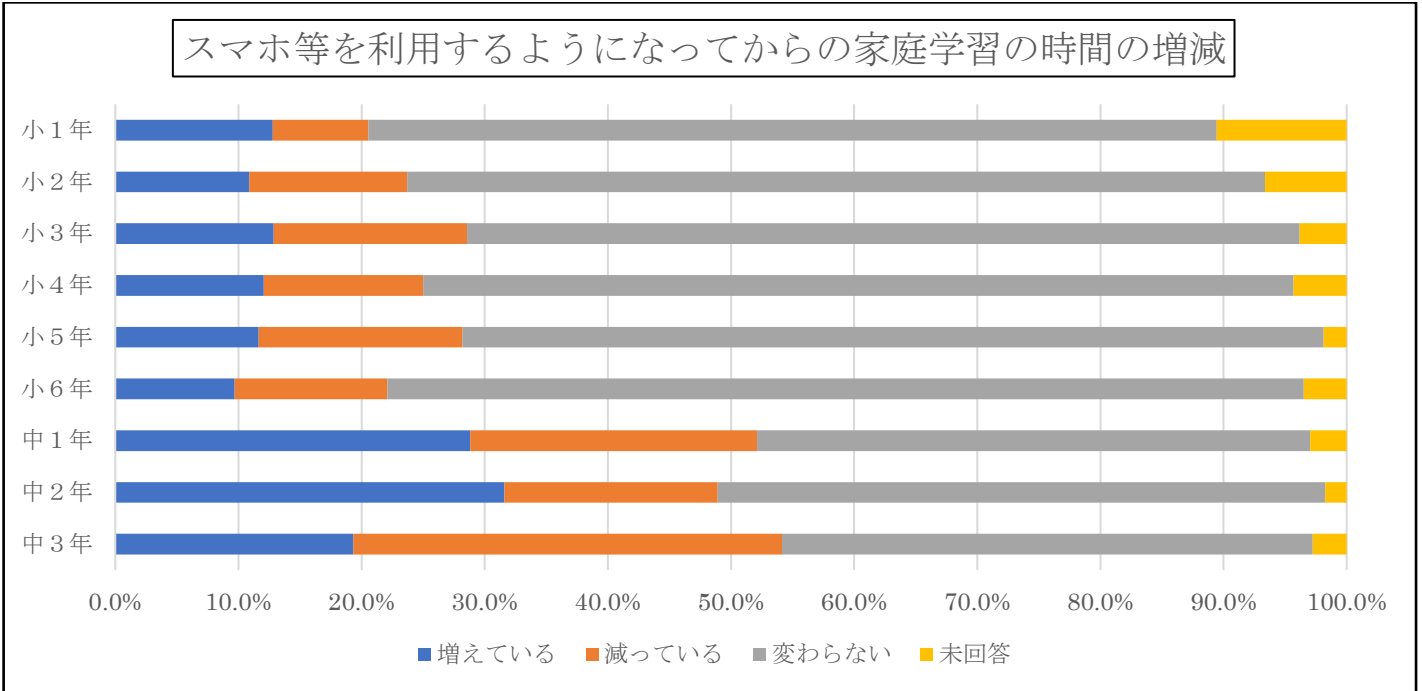
■ 中学校では、自分専用のスマホ(携帯電話)の所持率が90%前後となっている。この傾向は、昨年からはほぼ横ばいである。中学校進級時にスマホの所有率がぐんと高くなる傾向がある。

Q3 【あなたは学校がある日、スマホ・ゲーム機などをどのくらい利用していますか】



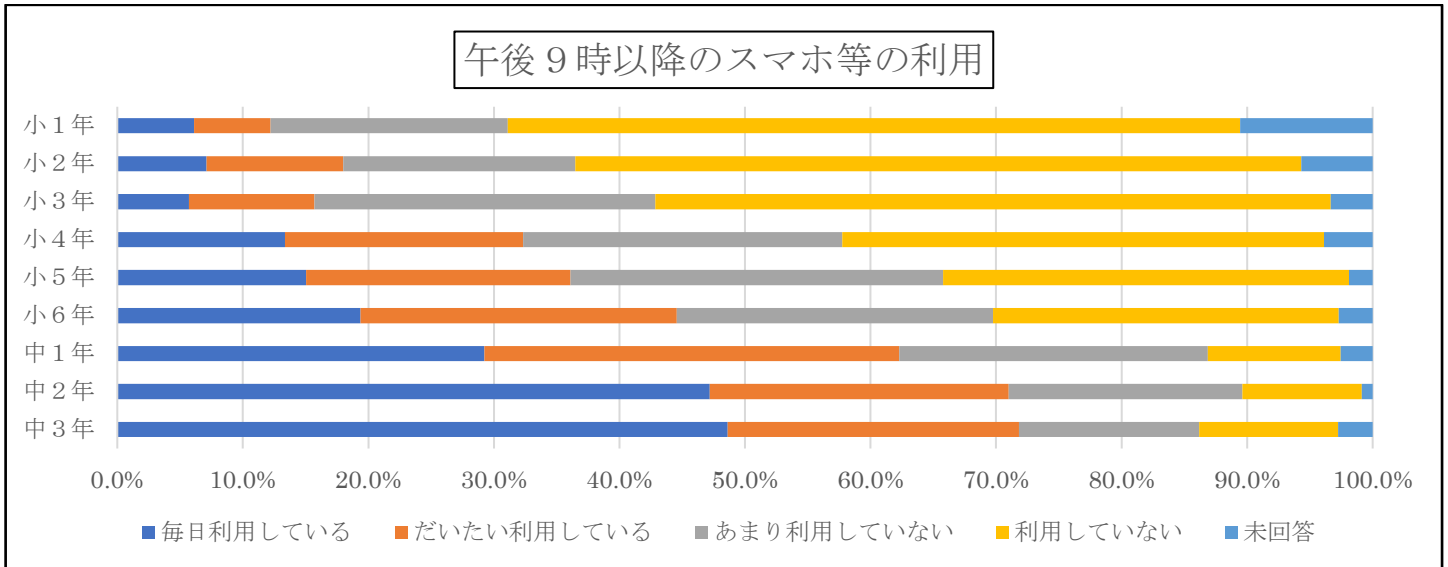
- 小学校で利用時間最多の層は、小1～小5で1～2時間、小6では2～3時間だった。
- 小学校で1時間以上利用している児童が、低学年で約60%、中学年で約70%、高学年では約80%いる。3時間以上利用している児童も、下学年で約10%、上学年で約20%以上いる。
- 中学校では、利用時間が1～2時間と2～3時間の層が多くなっている。
- 中学校では、90%近い生徒が、1時間以上利用している結果となった。

Q4 【スマホ、ゲーム機を利用するようになってから、家庭での学習時間はどうなりましたか】



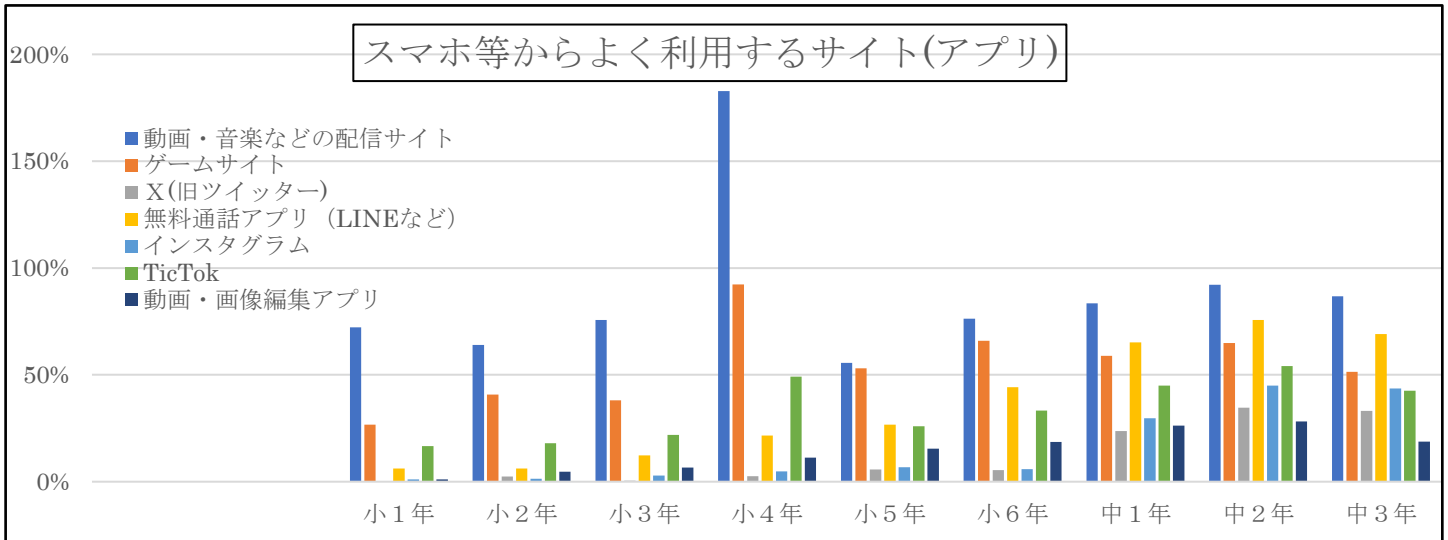
- 小学校全体では、「変わらない」が70.4%(R4 67.4%)、「増えている」が11.6%(R4 16.5%)、「減っている」が13.3%(R4 10.7%)となっており、「増えている」が微減、「減っている」が微増している。
- 中学校全体では、「増えている」と回答した生徒は28.2%で(R4 27.7%)、「減っている」と回答した生徒は24.3%(R4 23.1%)と、昨年度とほぼ変わらない。

Q5【午後9時を過ぎてからスマホ（携帯電話）・ゲーム機などを利用していますか】



- 小学校全体では、「毎日利用している」は11.7% (R4 12.3%), 「だいたい利用している」は16.2% (R4 15.9%), 「あまり利用していない」は24.5% (R4 24.4%), 「利用していない」43.2% (R4 42.1%)で, 昨年度とほぼ変わらない結果となった。
- 小学校では4年生から9時以降利用していると回答する児童の割合が増加し, 高学年では40%前後の児童が利用している結果となっている。
- 中学校全体では, 「毎日利用している」と「だいたい利用している」を合わせて69.7% (R4 71.3%)となっており, 昨年度同様である。

Q6【スマホ・ゲーム機等からよく利用するサイト(アプリ)は何ですか】

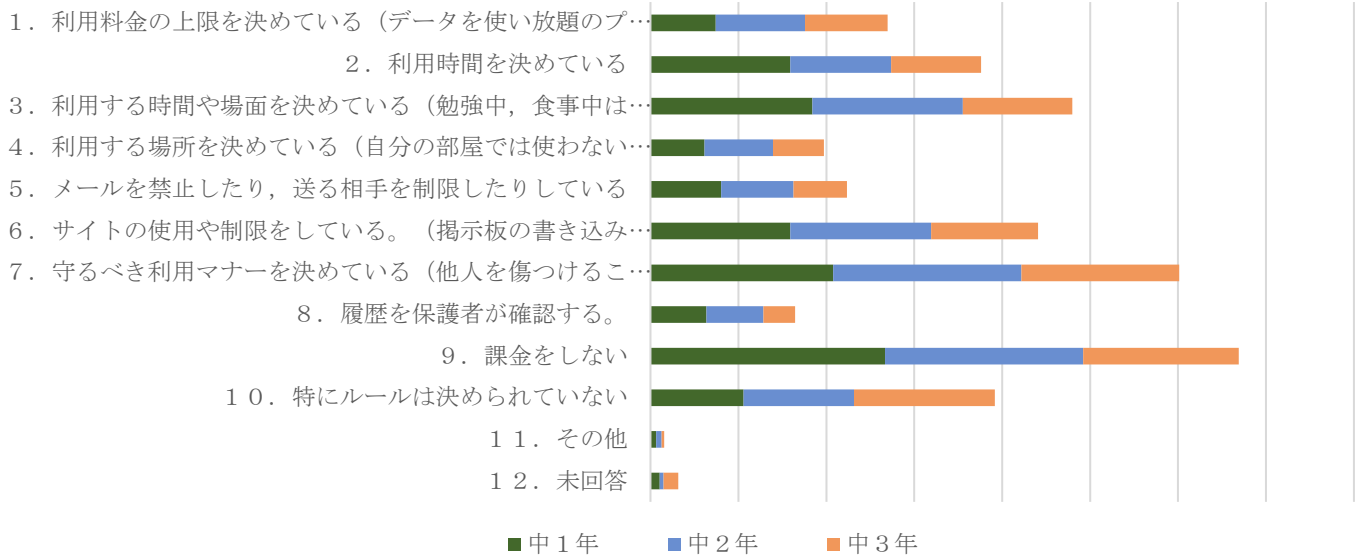


- 小学校全体で, 特に多かったのは「動画・音楽サイト」で87.9% (R4 76.4%), 次いで「ゲームサイト」54.5% (R4 53.6%), 次いで「Tik Tok」28.2% (R4 28.2%) 「無料通話アプリ (LINE など)」20.2% (R4 30.3%) だった。
- 小学校全体で, 「学習アプリ」は12.1%, 「動画・画像編集アプリ」も10.4%使用している。
- 中学校全体で, 特に多かったのは「動画・音楽などの配信サイト」85.1%, 次いで「無料通話アプリ (LINE など)」が72.5%, 次いで「ゲームサイト」で60.8%だった。「X(旧ツイッター)」「動画・画像編集アプリ」「インスタグラム」「Tik Tok」も利用する生徒が多い。



## 家庭でのスマホ・ゲーム機等の使用のルール（中学校）

0.0% 20.0% 40.0% 60.0% 80.0% 100.0% 120.0% 140.0% 160.0%



■小学校全体では、「課金をしない」が52.0%と最も多かった。2番目に多かったのが「利用する時間や場面を決めている」51.1%，3番目が「利用時間を決めている」48.3%，4番目が「守るべき利用マナーを決めている」で38.5%だった。「特にルールは決められていない」は、13.9%(R4 16.5%)いる。

■中学校全体では、「課金をしない」が46.4%と最も多く、「守るべき利用マナーを決めている」が41.6%と2番目に多い。また、「特にルールは決められていない」が25.7%(R4 30.7%)もあり、まだまだルールが決められていない家庭が多い。

### ◇アンケートの結果から

- ・大和町では、適正な睡眠時間の目安とされる時間に満たない児童生徒が多くいる。（適正な睡眠時間：就学児（6歳から13歳）は9～11時間，ティーンエイジャー（14歳～17歳）は8～10時間：「までえに」参照）
- ・自分専用のスマホの所有率が高くなってきており，小学校高学年で60%，中学校では90%に至る。
- ・小学生で約80%，中学生で90%の児童生徒が，平日1時間以上スマホを利用しており，学習の定着に何らかの悪影響を与えていると思われる。（榎浩平 著「スマホはどこまで脳を壊すか」）
- ・スマホ利用後も家庭での学習時間が「変わらない」「増えている」と回答している児童生徒が8割近くいること，スマホで利用しているサイトの内容（動画・音楽サイト，無料通話アプリ（LINE等）等）から，“ながら勉強”をしている可能性がある。このことも，学習の定着に悪い影響をおよぼしている可能性がある。（榎浩平 著「スマホはどこまで脳を壊すか」）
- ・小中ともに，昨年度と比較して，フィルタリングに対する意識が高くなっている傾向が見られる。しかし，何の制限もなくインターネットを利用している児童生徒も一定数おり，“初めからしていない”や“分からない”と回答している児童生徒もいることから，フィルタリング（アクセス制限）の理解も不十分である。
- ・スマホ利用の家庭でのルールの今年度の最多が，小中ともに「課金をしない」（今年度から項目を設定，昨年度は「その他」に含まれていた）になっている。昨年度は「守るべき利用マナーを決めている」が中学校で最多，小学校では3番目に多かった。小中ともに，家庭での「スマホの利用マナー」に対する意識が低くなっている傾向が見られる。

#### ◇大和町教育委員会から◇

- ・睡眠は、脳や心身の休息、成長ホルモンの分泌に必要なものです。成長期にある児童生徒にとって、適正な睡眠時間は、非常に重要です。また、学習したことを定着させるために、睡眠が重要な役割を果たしていることも、脳科学的に解明されてきています。
- ・子どもたちのスマホの利用は、睡眠時間や家庭学習を行う時間に影響することだけではなく、スマホで動画・音楽サイトや LINE 等の無料通話アプリをしながら勉強すると、学習効果が上がらないということも分かってきました。
- ・フィルタリングをかけないことによる子どもたちのネット上のトラブルや、他人を傷つけるようなことを書き込まない等の守るべきルールを軽視することにより、いじめ等に波及していくトラブルも実際に確認されており心配されています。

昨年6月から7月にかけて、町内小学校5・6年生と中学生が、東北大学加齢医学研究所 助教 榊浩平先生から、「みんなで一緒に考えよう、夢をかなえる脳と心の育て方 未来のカギはスマホに負けない強い心」の演題で話を聞きました。その中で、榊先生から、1日1時間以内にスマホ利用を押さえることが大切であること、そのためには児童生徒自ら自己管理能力を高めることの大切さを教えていただきました。各学校では、自己管理能力を高める取組を、子どもたち自ら主体となって始めているところです。

#### ◆大和町教育委員会から保護者の皆様へのお願い◆

- ・適正な睡眠時間を確保し、スマホ利用を1日1時間以内に抑え、子どもたちが各ご家庭で、健康的に楽しく有意義に過ごせるようご配慮願います。
- ・お子様がスマホやゲーム機等を利用するにあたり、各ご家庭で安心安全なルールについて、お子さんと話し合っ決めて決めるようお願いいたします。
- ・保護者の方がお子さんの使用しているアプリやサイト等についての理解を深め、適切な使用について一緒に考えていただくようお願いいたします。
- ・フィルタリングやアクセス制限の管理を必ずお願いいたします。