

# スマホとどう付き合つ?

親子みんなで考える、  
心と体の健やかな成長――

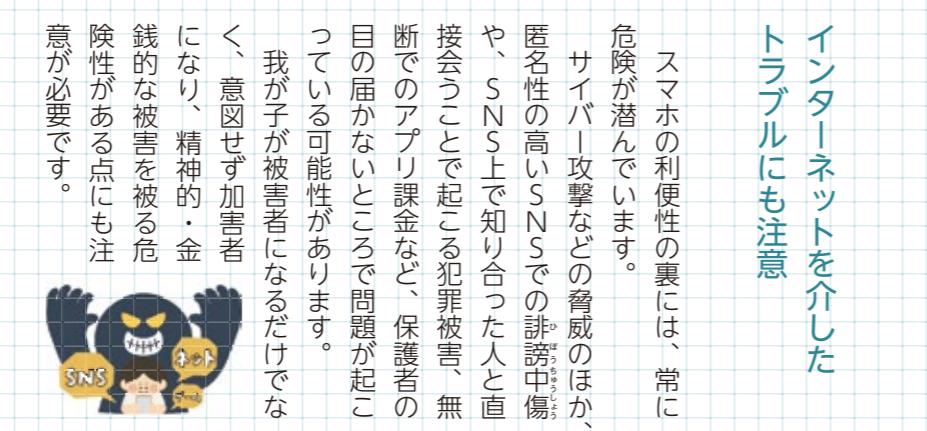
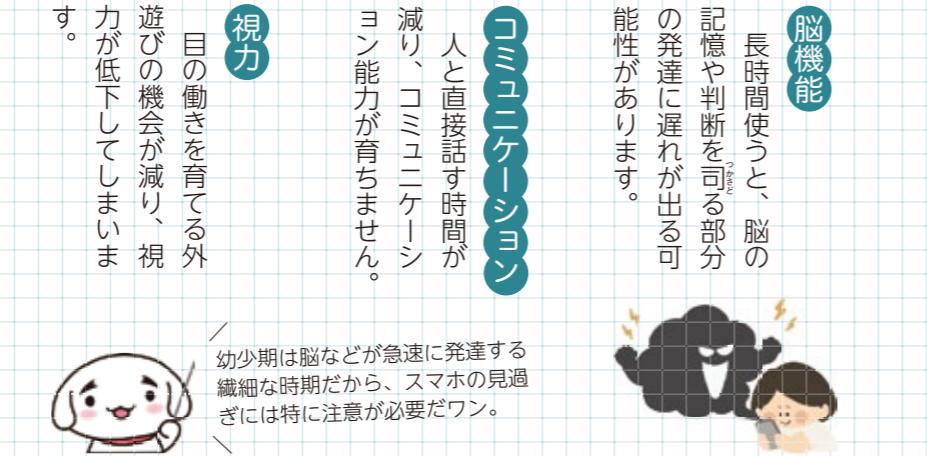


スマホ（スマートフォン）を通してインターネットに接続したり、アプリを利用したりすることは、今や私たちにとって日常であり、自分のスマホを持つことこそが当たり前の時代になりました。夜更かしによる睡眠不足や、SNS\*上での人間関係のトラブルといった、保護者の不安も尽きません。

本特集では、市内の小学校で行われたアンケートの調査結果や、スマホの長時間使用が子どもの成長にもたらす影響などを「実態と課題」を紹介します。そして、各家庭でスマホの適切な使用に向け、親子がともに考えたための具体的なヒントと一緒に探っていきます。

未来ある子どもたちの健やかな成長のため、家族みんなでスマホとの上手な付き合い方を見つめ直してみませんか。

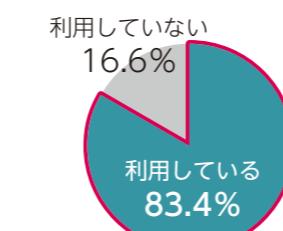
\*SNS: LINEやインスタグラムなど、インターネット上で人々がつながり、文章や写真などを発信し交流できる場のこと。



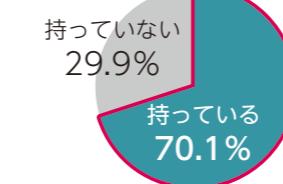
## 市内の小学生はどのくらいインターネットやSNSを利用している？

本年度、市内複数の小学校（全学年）を対象に行われた調査（回答者数1,371人）の結果から、児童のインターネット・SNSの利用実態を見てみましょう。

①家庭でインターネットやSNSを利用していますか。



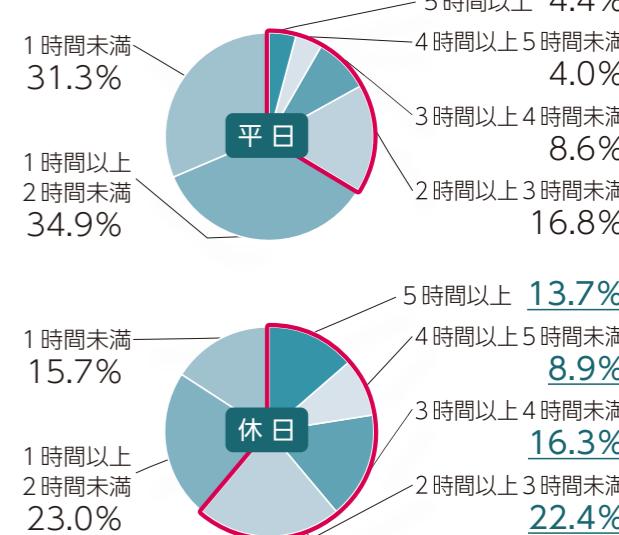
②インターネットやSNSを利用するのに、自分の機器を持っていますか。



③インターネットやSNSを使って何をしていますか。（複数回答可）

第1位 動画を見る	88.9%
第2位 ゲームをする	71.6%
第3位 音楽を聴く	51.1%

④1日平均でどのくらいの時間、インターネットやSNSを利用していますか。

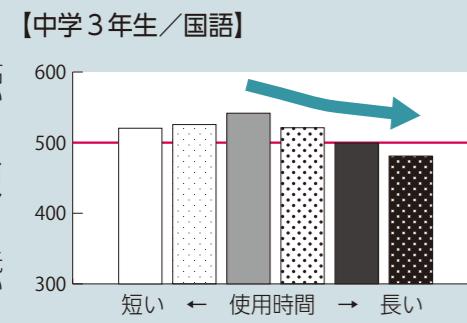
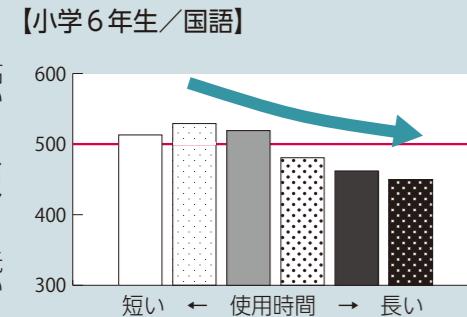
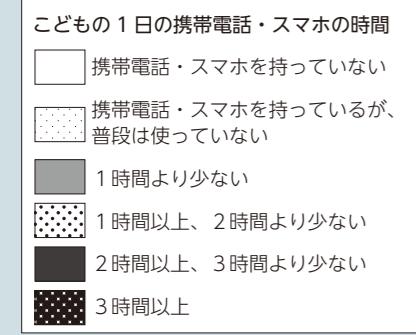


休日は2時間以上利用する児童が61.3%と、平日（33.8%）の倍近くまで増えています。

※②～④の調査項目は、①で「利用している」と回答した児童のみを対象としています。

調査対象の小学6年生と中学3年生のいずれも、スマホの使用時間が一定程度を超えると、経年変化分析調査のスコアが低下することがわかりました。

※スコアは500が基準となっています。



### △経年変化調査とは

「全国学力・学習状況調査」の一部として、特定の調査対象（主に小6・中3児童生徒）の学力や学習状況の変化を、時間で追って継続的に把握・分析する調査です。教育政策の効果検証や改善などに役立てられます。

