

# 夏休みに注意すべき ネットの長時間利用と その利用傾向

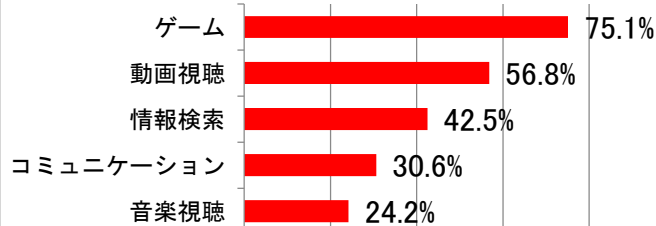


今年度もすでに2か月が過ぎ、夏休みが近付いてきました。子どもたちが夏休みを中に陥りやすい「長時間利用」を未然に防ぐため、子どもたちのインターネット利用の傾向について、確認してみましょう。

## 中・高生のインターネット利用状況

内閣府が実施した「平成27年度青少年のインターネット利用環境実態調査」の結果によると、中・高生のインターネット利用の傾向は、「ゲーム」や「動画視聴」など『娯楽型』の長時間利用が多くみられますが、学校種が上がるにつれて、コミュニティサイトの利用やメッセージ交換など「つながり型」の長時間利用が多くなります。

■青少年のインターネットの利用内容（中学生・高校生）



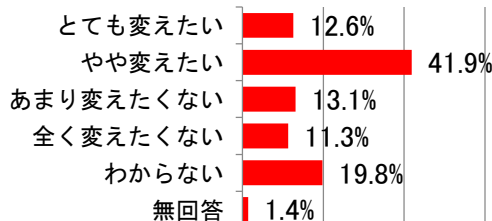
参考：平成27年度 青少年のインターネット利用環境実態調査（内閣府）

## インターネットの長時間利用による影響

インターネットの長時間利用は、家族や友人との人間関係にマイナスの影響を及ぼしたり、ネット依存や生活習慣の乱れなどから心身の健康を崩す恐れがあり、社会的な問題となっています。

ゲームや動画視聴、メッセージ交換などに費やした時間は、成長期の子どもたちにとってかけがえのない時間です。平成26年度に北海道教育委員会が実施した「中学生・高校生のインターネット利用実態調査」の結果によると、ネット依存的傾向の自覚がある生徒のうち、54.5%が利用の状況を「とても変えたい」もしくは「やや変えたい」と回答しており、子どもたちにそのきっかけを与えるためにも、学校や家庭における適切な助言や見守りが必要です。

■自分のネット依存傾向に対する意識（中学生・高校生）



参考：平成26年度 中学生・高校生のインターネット利用実態調査（北海道教育委員会）

## 指導の要点

学校においては、子どもたちの実態や発達段階に応じた情報モラル教育を進める必要があり、具体的には、他者への影響を考えインターネット上での行動に責任をもつことや、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などが含まれます。

コミュニティサイトにおけるメッセージ交換などの利用状況は、個人の努力だけでは改善が難しいため、学級や学校全体での時間の使い方やインターネットの適切な利用について指導することが大切です。