

今号のトピックス 新型コロナ緊急調査再分析 日本社会情報学会で報告

大人が一緒でも長時間化 オンライン娯楽の長時間化が心配

5月に群馬大学伊藤賢一教授を中心に実施したweb調査「コロナ臨時休校中の小学生メディア接触実態調査」の調査結果概要やオンライン学習・娯楽への疲労への影響についてオンラインで記者会見をしました。その後、未検討だった項目について、改めて再分析を行い、9月6日（日）日本社会情報学会ワークショップ（オンライン開催）で報告した内容について紹介します。

ウッド一美は「休校中のメディア接触増加の要因」の再分析結果を報告しました。単純集計結果から小学1～6年生全てでメディア接触が8割程度増えている事実から、その要因について、①日中の過ごし方、②新たに使い始めた機器、③非メディア接触との関係について検討しました。誌面の関係で抜粋して紹介します。

日中の過ごし方の場合、「自宅で一人」でいる場合が最も利用時間が増えており、その次に「自宅に子どもだけ（兄弟や姉妹）」が続きます。さらに「保護者や祖父母と一緒に」も増えている実態があります。

自宅に子どもだけいる場合、制限される環境ではなくなるため、増加することは予想できますが、保護者や祖父母が一緒でも増加している実態を見ると、①子どもがメディアを使うことは当たり前、②メディア以外の遊びがない、③コントロールがきかないが考えられます。長時間メディアを使うことが当たり前になっている家庭の状況もあるかもしれません。

今回の調査では、子どもの様子について保護者の回答です。そこで、保護者が自分の子どものメディア接触時間やその様子を見て、どのくらいネット依存危機感を抱いているのかを分析しました。

保護者全体でのネット依存を心配している割合は37%。子どもが学習でオンラインを使っている場合と娯楽でオンラインを使っている場合では、娯楽でオンラインを使っている時の方が、保護者のネット依存危機感が高く、また、娯楽でのオンライン接触時間が2時間以上になると、有意にネット依存の心配をする保護者の数が増えていることがわかりました。

ネット依存を心配する保護者の意識の中では接触時間が2時間を超えると依存症になるのではないかと心配なようです。ただし、学習でオンラインを使っている場合には明確な差はなく、また、3-4時間と長時間学習で使っている子どもたちの数も少ないことから、調査結果では「心配していない」と読み取りました。

ネット依存に危機感を持つ保護者の割合は4割弱でした。しかし、ネット依存の疑いがある子どもたちの数が92万人といわれていることから、今後は保護者向けの啓発方法も探っていく必要があると感じました。（伊藤科研 PT 事務局員）

伊藤理恵のネットニュース

「オンライン疲れ」の正体は“脳過労” 脳科学で考える「1日5分」効果的な解消法

<https://dot.asahi.com/aera/2020090100016.html?page=1> (AERAdot. 2020.9.2 配信)

なぜ、デジタル機器の利用が脳過労につながるのかについての奥村歩医師のお話とコメント。インプットばかりが多くなって脳の整理が追い付かず、脳がゴミ屋敷のようになっていくことを「情報メタボ」と表現されています。また、睡眠の大切さやデジタルデトックスの勧め、デフォルトモードネットワークも「我に返る脳機能」としてお話されています。