

小児における情報機器利用に伴う影響についての文献検討

小島あかり、松井由美子、坪川麻樹子
新潟医療福祉大学 看護学科

【背景・目的】 近年、スマートフォンなどの情報機器の目覚ましい発達によってあらゆる場所でのインターネット利用が可能となった。これによりインターネット利用率も6~12歳という若年層でも7割を超えており、情報機器に触れる年齢は早期化してきているといえるだろう。これに伴い情報機器によって子どもたちに様々な影響があることは数多くの文献で研究結果が出ている。しかしながら、これらは特定の発達段階のみに関する研究が多く、研究結果も発達段階ごとに多様な結果が示されている。そこで本研究では0歳~15歳までの小児を対象として様々な発達段階に伴う情報機器の利用に対するメリットとデメリットを明らかにすることを目的とした。

【方法】 研究デザイン：文献研究
「医学中央雑誌 web 版」「J-stage」「Medical Online」を用いて、5つのキーワード（小児、情報機器、育児、スマートフォン、インターネット依存）を組み合わせ検索した。得られた文献9編はデメリットに関する文献が7編、メリットに関する文献が2編とであった。なお、本研究は関連する利益相反はない。

【結果】 抽出した文献をデメリットとメリットに分類して表にまとめた。小児における情報環境が及ぼす影響のデメリットを表1に、小児における情報環境が及ぼす影響のメリットを表2に示した。

【考察】 表1, 2に示した文献をエリクソンの発達段階ごとに区分して考察を行った。

1. 情報環境が及ぼす影響のデメリット (表1 参照)

【学童期 (小学生)】 依存傾向者は依存のない者やインターネットを使用しない者に比べて就寝時間が遅くなっていることが考えられた。また、依存傾向のある小学生は学習時間が短くなっているという報告もあり、睡眠時間や学習時間などといった生活習慣と学習習慣に関する影響が大きいということが示唆された。

【青年期 (中学生~高校生)】 学童期と同様に生活習慣と学習習慣に対する影響に加えて、中学生・高校生ではメンタルヘルスに関する部分にも影響が出ていると明らかになった。また、これ以外に学童期と青年期の両方で影響がみられたものが親子関係についてである。小児における情報機器が及ぼす影響としては、自らの身体面・精神面に関する影響だけでなく、生活をする上で関わりが深い家族環境にも影響があると考えられる。

2. 情報環境が及ぼす影響のメリット (表2 参照)

【幼児期】 小児における情報機器が及ぼす影響のメリットに関しては、学童期や青年期よりも幼児期における母親に対してのメリットが多かった。育児においてスマートフォンは魅力的なツールであり、母親の育児負担を軽減するといった部分では大きな役割を果たしている。母親はスマートフォンを利用することによって考えられる問題性は理解しているものの、その利便性から魅力的なツールとして捉えており、育児に活用しているのだと考えられる。

【結論】 小児における情報機器利用に伴う影響はデメリットの方が多いが、育児に関してはメリットもあることが分かった。使用をする際は利点と欠点の双方を理解して、利用をしていく必要がある。

表1. 小児における情報環境が及ぼす影響のデメリット

文献	影響・結果の概要
1 「低年齢化する子どものネット・ゲーム依存と睡眠障害」 増田ら (2019)	依存症疑いの子どもは小・中・高校生とも寝付きが悪い、朝だるくて起き上がれない、昼間眠気があると答えた割合が有意に高かった。とくに小学生の依存症疑いでは寝付きが悪いと答えた割合が57%と高かった。一方、朝だるくて起き上がれない、昼間眠気があると答えた割合は中・高校生の依存症疑いで高かった。
2 「小・中学生のインターネット依存傾向-親子関係から見るインターネット利用の現状-」 藤田 (2018)	インターネット依存傾向のある生徒は1日3~4時間インターネットを利用していた。子供のインターネット依存傾向の有無と家族関係とは大きく影響し合っていると考えられる。インターネット依存傾向ありの生徒は家族間でのコミュニケーションが比較的低いことが考察された。
3 「思春期のメンタルヘルス問題がインターネット依存傾向に与える影響」 成ら (2017)	メンタルヘルス問題、特に情緒問題、行儀問題、不注意・多動性などの情緒行動問題を抱えている中学生はネット依存傾向になりやすいことが明らかとなり、これらのメンタルヘルス問題を早期に把握し、早期に対応することは、ネット依存症の予防に有効である可能性が示唆された。
4 「中学生におけるゲーム・テレビの使用と生活習慣、精神・身体症状および保護者の把握状況との関連」 中村ら (2012)	ゲームやテレビの使用時間と生活習慣や精神・身体症状との間に関連性が見られた。また、ゲームやテレビの使用時間や精神・身体症状について中学生とその保護者との間での回答の一致性は低く、回答が一致しない場合には、ゲームの使用時間が長く、精神・身体症状の程度も高かった。
5 「高校生におけるインターネット依存傾向と情緒調節スキルおよびストレス対処との関連」 永浦ら (2018)	分散分析の結果より、まず没入傾向が高い者、長時間利用傾向の高い者の双方に共通する特徴として心理社会的に望ましくないストレス対処方略を多く用いることが示唆された。次に、没入傾向が高い者は自己の感情への気づきや認識に乏しく、他者に相談やサポートを求めることが少ないことが示唆された。また、長時間利用傾向が高い者はストレスを感じたときやる気やプラスのメッセージといった肯定的な情緒を利用することや、ネガティブな情緒をコントロールすることに対して困難さを感じていることが考えられる。
6 「小中学生のインターネット使用に関する実態調査」 津田ら (2015)	依存傾向者は、依存のない者やインターネットを使用しない者に比べ就寝時刻が遅かった。また、小学生では学習時間が短く、中学生では運動時間が短く、インターネットへの依存傾向が生活習慣に影響を及ぼしていることが示唆された。
7 「スマートフォンによる青少年のインターネット依存および親子関係と依存の関連」 堀川祐介 (2015)	当時の最新データによってスマートフォン普及後のネット依存の状況や依存者親子間の葛藤の存在が確認されるとともに、依存脱却に向けた親子関係改善の重要性について示唆的な知見が得られた。本調査からは因果関係についての断定はできないが、親子関係の葛藤のはけ口の一つとして子どものネット依存が生じている可能性と、ネット依存の結果として親子関係の葛藤が生じている可能性の両方が考えられる。

表2. 小児における情報環境が及ぼす影響のメリット

文献	影響・結果の概要
1 「3歳児の養育における統制場面でのスマートフォン使用に関する母親の認識」 大西ら (2017)	母親は「スマホは子供の育ちと親役割を奪う存在だ」「スマホは頼れる《お守り》として子供を支えてくれる」「便利なスマホは私にとって魅力的である」と統制場面でのスマホの特徴を認識していた。また、「親としてスマホを管理する義務がある」「スマホが存在する中で親としての在り方と向き合う」という親としての意思を認識していた。スマホは親子への問題性がありながらも、統制の補助手段として有効かつ母親にとって魅力的なツールであった。
2 「幼児へのスマートフォン使用による育児の実態と母親の抑うつ症状との関係」 福田ら (2018)	幼児へスマホを使用しない母親の方が、抑うつ傾向が高いことが明らかとなった。スマホが身近にある母親にとって幼児へ使用しないことは母親の抑うつ傾向と関係があると考えられるが今後この点については検討していく必要がある。