

# 中学生のSNS及びインターネット利用の実態に関する検討

佐久間浩美

了徳寺大学・教養部

**要旨** A市中学生を対象にインターネット利用についての調査を行った。その結果この1か月間で情報検索、動画などについては、ほぼ9割以上、LINEは8割以上の生徒が利用しており、中学生がインターネットを日常的に利用している実態が示された。また、インターネット依存では、やや依存群は、35.6%(男子34.6%、女子36.9%)、依存群は、20.0%(男子30.7%、女子5.3%)であった。さらにインターネット依存と心理社会的要因との関連では、男子において依存群は、依存がない群に比べ、学校不適応感、身体症状、問題行動の得点が高かった。今後は実態に沿ったインターネット依存に対する予防教育を行う必要がある。

キーワード：SNS、インターネットゲーム、中学生、インターネット依存

## A study on the internet dependency of the middle school students

### Abstract

A survey was conducted on the use of the Internet for the middle school students in the City A. The survey found that some students mostly used the internet for the purpose of searching information, watching the videos and playing the games. On the other hand, some students answered that they primarily utilized the internet for the purpose of the LINE in the past month.

The actual situations that the students used the Internet on a daily basis were shown. The Internet dependent students were divided into two groups. The slightly dependent group was 35.6% (males 34.6%, females 36.9%). The dependent group was 20.0% (males 30.7%, females 5.3%). Furthermore, the study might indicate that the internet dependency might cause the psychosocial issues. The dependent male students had higher incidents of the maladjustments to the school, physical symptoms and problem behaviors than the male students with less dependency. The female students with dependency to the internet showed higher scores in an ability to recognize objects or people and problem behaviors than the female students with less dependency. In summary, this study might suggest that the effective and appropriate use of the internet had to be considered to protect the students from the adverse effects in the middle school education.

Keywords: SNS, Internet games, junior high school students, middle school students, adolescents, Internet dependence

### I. はじめに

平成30年度の内閣府青少年のインターネット利用環境実態調査<sup>1)</sup>によると、中学生のインターネット利用率は95.1%であり、その目的として動画視聴80.9%、ゲーム74.1%と多くの生徒が趣味や娯楽として利用していた。そして、厚生労働省（研究班代表者尾崎米厚）の調査によると、病的なインターネット依存が疑われる中高校生が推計93万人にものぼり、この5年間で倍増していることが明らかになった<sup>2)</sup>。中学生のインターネット過剰使用は、睡眠不足による授業中の居眠り、遅刻、欠席、友人関係のトラブルなど、学

校生活を送る上でのさまざまな問題を引き起こしている。このようなインターネットやインターネットゲームの過剰使用は、薬物依存やギャンブル障害と同様に、これらを求める耐え難い欲求や、自分で使用時間を減らすことや止めることができない制御不能などの依存症状を生じさせている。このことから、WHOは2019年5月に正式にインターネットゲームへの依存をゲーム障害として認定した。そのため教育現場においても早急に適切な予防教育を行う必要がある。しかし、現段階で中学生のインターネット依存予防のための指導方法は、確立していない。そこで本研究においては、インターネット依存に対する予防教育の基礎資料とするため、SNS及びインターネット利用に関するA市中学生の実態と関連する心理社会的要因を明らかにすることを目的とした。

## II. 研究方法

### 1. 調査対象

調査はA市中学校5校を対象校とし、研究協力校の管理職の許可を得て2019年9月から10月にかけて、生徒による自記式調査として実施した。調査は保健委員会の生徒と保健室に来室した3年生を対象に各学校10名ずつにお願いした。アンケートに協力して頂いた50名中、欠損値のない45名（男子26名、女子19名）を分析の対象とした。倫理的配慮として、調査は自由に参加するものであり、途中で止めたくなくなった時には止めてもよいことを伝えた。

### 2. 調査内容

#### 1) インターネット利用の実態

##### ① 1か月に使用したインターネットの種類

動画サイト（You Tube, ニコニコ動画）、情報検索（Google, Yahooなど）、SNS(LINE, Twitter, Instagram, TikTok, Facebook)、インターネットオンラインゲーム

##### ② 1日に使用した時間

学校のある日とない日の1日のインターネット種類別の利用時間を全くしないから5時間以上まで6件法で尋ねた。

#### 2) インターネット利用に関する要因とインターネットに関連する心理社会的要因

##### (1) インターネット利用に関する要因

##### ① インターネットにおけるネットワークの広さ

インターネットでやり取りする相手を、もともとの友だち、ネットで知り合い会ったことのない人、ネットで知り合い実際に会ったことのある人の3項目に対して、そうだ、そうではないの2件法で尋ねた。0点か1点であり、合計得点は0点から3点である。合計得点が高いほどインターネットでやり取りする相手が広範囲であり、インターネットにおけるネットワークが広いことを意味する。

##### ② インターネット利用の効果認知

インターネット上で知り合ったたくさんの友だちが増えたなど、インターネットの効果について5項目4件法で尋ねた。1点-4点であり、合計得点は5点から20点である。合計得点が高いほどインターネットの利用に効果があるとの認知が高いことを意味する。

##### ③ インターネット利用に関する知識

インターネットをやりすぎると自分の意志ではやめられなくなるなど、インターネット利用についての知識を10項目2件法で尋ねた。0点か1点で、合計得点は0点から10点である。合計得点が高いほどイン

ターネット利用に関する知識が豊富であることを意味する。

#### ④インターネット利用による問題行動

インターネットを夜遅くまでしていたために、遅刻や欠席が多くなったなど7項目4件法で尋ねた。1点-4点であり、合計得点は7点から28点である。合計得点が高いほど、インターネット利用で問題行動を引き起こしていることを意味する。

### (2) インターネットに関連する心理社会的要因

#### ①学校不適応感

学校には親しい友人がいるなど5項目5件法で尋ねた。1点-5点であり、合計得点は5点から25点である。合計得点が高いほど学校に対して不適応感を抱いていることを意味する。

#### ②抑うつ

悲しいなど5項目4件法で尋ねた。1点-4点であり、合計得点は5点から20点である。合計得点が高いほど抑うつ傾向であることを意味する。

#### ③身体症状

視力が低下したなど7項目4件法で尋ねた。1点-4点であり、合計得点は7点から28点である。合計得点が高いほど身体症状を多く訴えていることを意味する。

#### ④承認欲求

自分の発言や行動が他の人から良く評価されていないと不安になるなど5項目5件法で尋ねた。1点-5点であり、合計得点は5点から25点である。合計得点が高いほど承認欲求が高いことを意味する。

#### ⑤自己管理スキル

何かを使用とする時には、十分に情報を収集するなど10項目4件法で尋ねた。1点-4点であり、合計得点は10点から40点である。合計得点が高いほど自己管理スキルが豊富であることを意味する。

#### ⑥サポート感

あなたに元気がないと、すぐに気づいてはげましてくれるなど3項目4件法で尋ねた。1点-4点であり、合計得点は3点から12点である。合計得点が高いほど周囲からのサポートがあると認識していることを意味する。

### 3) インターネット依存度

Diagnostic Questionnaire (DQ) の邦訳版の尺度3)を用いた。インターネットに夢中になっていると感じていますか?などの8項目に対して、はい、いいえの2件法で尋ねた。0点か1点であり、合計得点は0点から8点である。合計得点が0点から2点までは問題なし、3点から4点は、インターネット不適応使用、5点以上はインターネット病的使用であることを意味する。本研究では、0点から2点を依存なし群、3点から4点をやや依存群、5点以上を依存群と定義している。

### 4) 属性 性別, 年齢

### 3. 分析方法

1か月のインターネット利用状況における男女の差、学校のある日とない日のインターネットの種類別の利用時間の割合の男女の差、インターネット依存傾向の男女の差について $\chi^2$ 検定を行った。インターネット利用に関連する要因とインターネットに関連する心理社会的要因の得点の差については、男女の差においては、Mann-WhitneyのU検定、インターネットの依存傾向の群間差については、Kruskal-Wallisの検定を行った。統計分析は、すべてSPSS for Windows22を用いた。

### Ⅲ. 倫理的配慮

研究にあたっては、まず、研究の趣旨を文章及び口頭にて説明し同意を得た。さらに調査票には、回答拒否の項目を立て、アンケートに回答しなくても不利益を生じないことを保障した。なお、本研究は了徳寺大学の研究倫理審査（承認番号1936号）の承認を得て実施した。

### Ⅳ. 研究結果

#### 1. この1か月間のインターネット利用状況

##### ①男女別，利用状況

この1か月のインターネットの利用の有無は、表1のように最も利用が多かったのが、情報検索、次いで動画サイト、LINEであった。男女で差がみられたのは、Twitter、インターネットゲームであり、女子より男子の方が多く利用していた。これら以外の利用では、Discord(ゲーマー向けのチャット)2人、スチャナ(写真取り込みアプリ)1人、ゼンリー(位置情報アプリ)1人、SNOW(カメラアプリ)1人、ツイキャス(ツイッターで動画をあげるアプリ)1人、スカイプ(通話アプリ)1人であった。

表1 1か月間のインターネット利用状況 利用あり 人 (%)

	男子 26人	女子 19人	全体 45人	$\chi^2$ 値
動画サイト	25(96.2)	18(95.7)	43(95.6)	0.52
情報検索	26(100.0)	19(100.0)	45(100.0)	一定のため計算されない
LINE	21(80.8)	17(89.5)	38(84.4)	0.63
Twitter	18(62.2)	7(36.8)	25(55.6)	4.66*
Instagram	9(34.6)	12(63.2)	21(46.7)	3.59
Tictok	7(26.9)	5(26.3)	12(26.7)	0
Facebook	4(15.4)	2(10.5)	6(13.3)	0.22
インターネットゲーム	20(76.9)	7(36.8)	27(60.0)	7.35**

$\chi^2$ 検定 \*: $p<0.05$  \*\*:  $p<0.01$

##### ②インターネット種類別の1日の利用時間

インターネットの種類別で、学校のある日とない日の利用時間を示した。学校のある日で、インターネットの種類別で利用時間の多かったものは、動画サイトで1時間未満が44.4%、情報検索で1時間未満が82.2%、LINEで1時間未満が51.1%、Twitterなどで1時間未満が44.4%、ゲームでなしが42.2%であった。学校のない日で、種類別で利用時間の多かったものは、動画サイトで2時間未満が28.9%、情報検索で1時間未満が71.1%、LINEで1時間未満が46.7%、Twitterなどで1時間未満が47.7%、ゲームでなしが42.2%であった。なお、Twitter、Instagram、Facebookは同じインターネットの種類であると考えたためTwitterなどとまとめて示した。学校のある日とない日で、男女でインターネットの利用時間に差がみられたのは、学校のある日、学校のない日ともに動画サイト、インターネットゲームであり、女子より男子の方が長い時間利用していた(表2)。

表2 学校のある日とない日の1日のインターネット種類別の利用時間の割合 人(%)

学校の有無	種類	性別	なし	1時間未満	2時間未満	3時間未満	5時間未満	5時間以上	$\chi^2$ 値
学校あり	動画サイト	全体	2(4.4)	20(44.4)	8(17.8)	7(15.6)	4(8.9)	4(8.9)	11.12*
		男子	1(3.6)	7(26.9)	6(23.1)	4(15.4)	4(15.4)		
		女子	1(5.3)	13(68.4)	2(10.5)	3(15.8)	0(0)	0(0)	
	情報検索	全体	3(6.7)	37(82.2)	3(6.7)	0(0)	1(2.2)	1(2.2)	2.31
		男子	1(3.8)	21(80.8)	2(7.7)	0(0)	1(3.8)	1(3.8)	
		女子	2(10.5)	16(84.2)	1(5.3)	0(0)	0(0)	0(0)	
	LINE	全体	10(22.2)	23(51.1)	8(17.8)	2(4.4)	1(2.2)	1(2.2)	2.25
		男子	6(23.1)	13(50.0)	5(19.2)	1(3.8)	1(3.8)	0(0)	
		女子	4(21.1)	10(52.6)	3(15.8)	1(5.3)	0(0)	1(5.3)	
	Twitterなど	全体	15(33.3)	20(44.4)	5(11.1)	4(8.9)	0(0)	1(2.2)	4.49
		男子	7(26.9)	14(53.8)	2(7.7)	3(11.5)	0(0)	0(0)	
		女子	8(42.1)	6(31.6)	3(15.8)	1(5.3)	0(0)	1(5.3)	
インターネットゲーム	全体	19(42.2)	9(20)	7(15.6)	6(13.3)	1(2.2)	3(6.7)	17.27**	
	男子	5(19.2)	5(19.2)	6(23.1)	6(23.1)	1(3.8)	3(11.5)		
	女子	14(73.7)	4(21.1)	1(5.3)	0(0)	0(0)	0(0)		
学校なし	動画サイト	全体	2(4.4)	11(24.4)	13(28.9)	6(13.3)	7(15.6)	6(13.3)	11.40*
		男子	1(3.8)	5(19.2)	4(15.4)	4(15.4)	6(23.1)	6(23.1)	
		女子	1(5.3)	6(31.6)	9(47.4)	2(10.5)	1(5.3)	0(0)	
	情報検索	全体	6(13.3)	32(71.1)	3(6.7)	2(4.4)	1(2.2)	1(2.2)	1.79
		男子	3(11.5)	18(69.2)	2(7.7)	1(3.8)	1(3.8)	1(3.8)	
		女子	3(15.8)	14(73.7)	1(5.3)	1(5.3)	0(0)	0(0)	
	LINE	全体	12(26.7)	21(46.7)	7(15.6)	2(4.4)	1(2.2)	2(4.4)	2.79
		男子	7(26.9)	14(53.8)	3(11.5)	1(3.8)	0(0)	1(3.8)	
		女子	5(26.3)	7(36.8)	4(21.1)	1(5.3)	1(5.3)	1(5.3)	
	Twitterなど	全体	14(31.8)	21(47.7)	4(9.1)	2(4.5)	1(2.3)	2(4.5)	7.17
		男子	7(28.0)	15(60.0)	1(4.0)	1(4.0)	1(4.0)	0(0)	
		女子	7(36.8)	6(31.6)	3(15.8)	1(5.3)	0(0)	2(10.5)	
インターネットゲーム	全体	19(42.2)	11(24.4)	3(6.7)	8(17.8)	0(0)	4(8.9)	13.41**	
	男子	6(23.1)	6(23.1)	3(11.5)	7(26.9)	0(0)	4(15.4)		
	女子	13(68.4)	5(26.3)	0(0)	1(5.3)	0(0)	0(0)		

$\chi^2$ 検定 \*: $p<0.05$  \*\*:  $p<0.01$

## 2. インターネット利用に関する要因とインターネットに関連する心理社会的要因

分析に用いた基本的属性については、表3の通りである。

表3 分析に用いた対象者の基本的特性 (n=45)

		中央値 (25-75パーセンタイル値) または%	得点のレンジ
インターネット利用に関する要因	ネットワークの広さ	1.0(1.0, 2.0)	0-3
	インターネット利用の効果認知	10.0(6.5, 14.0)	5-20
	インターネット利用に関する知識	6.0(5.0, 8.0)	0-10
	インターネット利用による問題行動	8.0(7.0, 13.0)	7-28
インターネットに関連する心理社会的要因	学校不適応感	12.0(8.0, 15.5)	5-25
	抑うつ	11.0(5.5, 15.0)	5-20
	身体症状	17.0(13.5, 21.0)	7-28
	承認欲求	15.0(9.0, 18.0)	5-25
	自己管理スキル	26.0(23.0, 27.0)	10-40
	サポート感	9.0(7.0, 10.5)	3-12
	性別		
	男子		57.7%
	女子		42.2%
	年齢		
	15歳		100%

インターネットに関わる心理社会的要因とインターネットに関連する心理社会的要因について、男女において差は見られなかった (表4)。

表4 男女別、インターネット利用に関する要因とインターネットに関連する心理社会的要因

	項目	性別	n	中央値 (四分位範囲)	p値
インターネット利用に関する要因	ネットワークの広さ	男子	26	1.0(1.0)	0.79
		女子	19	1.0(1.0)	
	インターネット利用の効果認知	男子	26	12.0(7.3)	0.09
		女子	19	8.0(4.0)	
	インターネット利用に関する知識	男子	26	6.5(3.0)	0.52
		女子	19	6.0(4.0)	
	インターネット利用による問題行動	男子	26	10.0(7.5)	0.08
		女子	19	8.0(1.0)	
インターネットに関連する心理社会的要因	学校不適応感	男子	26	12.0(7.2)	0.95
		女子	19	11.0(8.0)	
	抑うつ	男子	26	8.5(10.0)	0.48
		女子	19	11.0(4.0)	
	身体症状	男子	26	17.0(9.5)	0.52
		女子	19	18.0(7.0)	
	承認欲求	男子	26	13.5(9.0)	0.39
		女子	19	15.0(6.0)	
	自己管理スキル	男子	26	24.5(4.3)	0.29
		女子	19	26.0(5.0)	
	サポート感	男子	26	9.0(4.3)	0.19
		女子	19	9.0(2.0)	

\* Mann-WhitneyのU検定 p値

### 3. 男女別のインターネット依存度

Youngらのインターネット依存尺度では、3点から4点がインターネット不適応使用者、5点以上が病的な使用者である。本調査では、0点から2点までを依存なし群、不適応使用者をやや依存群、病的な使用者を依存群とした。本調査における、やや依存群は、45名中、男子9名、女子7名、計16名(35.6%)、依存群は、男子8名、女子1名、計9名(20.0%)であった。全体の半数の者にインターネット依存傾向が示された。男女におけるインターネット依存の割合に有意な差は見られなかった(表5)。

表5 インターネット依存傾向(8点中、0~2点依存なし群、3~4点がやや依存群、5点以上依存群)人(%)

	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	$\chi^2$ 値
男子 (n=26)	3(11.5%)	4(15.4%)	2(7.7%)	3(11.5%)	6(23.1%)	5(19.2%)	3(11.5%)	0(0%)	0(0%)	7.02
女子 (n=19)	2(10.5%)	6(31.6%)	3(15.8%)	4(21.1%)	3(15.8%)	0(0%)	1(5.3%)	0(0%)	0(0%)	
全体 (n=45)	5(11.1%)	10(22.2%)	5(11.1%)	7(15.6%)	9(20.0%)	5(11.1%)	4(8.9%)	0(0%)	0(0%)	

$\chi^2$ 検定

### 4. インターネット依存と利用時間の関連性

インターネット依存症の尺度得点で、なし群、やや依存群、依存群と分けた時のインターネットの利用時間の差について男女別に検討した。女子の学校ある日のツイッター、学校ない日の動画サイトのみ差がみられ、ない日の方が多く利用していた。それ以外の項目は3群間に差は見られなかった。

### 5. 心理社会的要因

男女別に、インターネット依存について、依存なし群、やや依存群、依存群に分けて心理社会的要因の得点をKruskal-Wallis検定で検討した。男子では、学校不適応感、身体症状、問題行動において有意な差

が見られた(表6). 女子では, 有意な差は見られなかった(表7).

表6 インターネット依存度別 インターネット利用に関する要因とインターネットに関連する心理社会的要因 男子

項目	インターネット依存度	n	平均ランク	$\chi^2$ 値	
要因 インターネット利用に関する要因	ネットワークの広さ	なし	9	12.1	1.11
		やや依存	9	13.0	
		依存	8	15.6	
	インターネット利用の効果認知	なし	9	10.3	2.90
		やや依存	9	14.1	
		依存	8	16.5	
	インターネット利用に関する知識	なし	9	16.1	1.84
		やや依存	9	11.3	
		依存	8	10.0	
インターネット利用による問題行動	なし	9	7.6	10.23**	
	やや依存	9	14.4		
	依存	8	19.1		
インターネットに関連する心理社会的要因	学校不適応感	なし	9	6.1	14.73***
		やや依存	9	15.1	
		依存	8	20.1	
	抑うつ	なし	9	9.5	4.36
		やや依存	9	14.1	
		依存	8	17.0	
	身体症状	なし	9	8.1	7.38*
		やや依存	9	15.1	
		依存	8	17.8	
承認欲求	なし	9	10.8	3.72	
	やや依存	9	12.5		
	依存	8	17.7		
自己管理スキル	なし	9	13.6	3.10	
	やや依存	9	16.5		
	依存	8	10.0		
サポート感	なし	9	16.1	2.37	
	やや依存	9	10.7		
	依存	8	13.9		

群間差は、Kruskal-Wallisの検定による \*: $p<0.05$  \*\*: $p<0.01$  \*\*\*: $p<0.001$

表7 インターネット依存度別 インターネット利用に関する要因とインターネットに関連する心理社会的要因 女子

項目	インターネット依存度	n	平均ランク	$\chi^2$ 値	
要因 インターネット利用に関する要因	ネットワークの広さ	なし	11	9.1	1.56
		やや依存	7	10.6	
		依存	1	15.0	
	インターネット利用の効果認知	なし	11	8.8	2.63
		やや依存	7	10.6	
		依存	1	18.0	
	インターネット利用に関する知識	なし	11	8.7	3.99
		やや依存	7	13.0	
		依存	1	3.5	
インターネット利用による問題行動	なし	11	9.0	3.49	
	やや依存	7	10.3		
	依存	1	19.0		
インターネットに関連する心理社会的要因	学校不適応感	なし	11	9.7	2.79
		やや依存	7	9.1	
		依存	1	19.0	
	抑うつ	なし	11	10.6	3.77
		やや依存	7	7.9	
		依存	1	19.0	
	身体症状	なし	11	10.3	0.77
		やや依存	7	9.1	
		依存	1	13.0	
承認欲求	なし	11	8.1	3.32	
	やや依存	7	12.1		
	依存	1	16.0		
自己管理スキル	なし	11	12.5	0.06	
	やや依存	7	6.2		
	依存	1	8.5		
サポート感	なし	11	10.1	3.02	
	やや依存	7	11.1		
	依存	1	1.0		

群間差は、Kruskal-Wallisの検定による

## 6. インターネット利用における自由記述

男子) (良い点) 毎日が充実している. 楽しくインターネットゲームをできる. ゲームのおかげで知識がついた. 息抜きにやるときに時間を決めてできているので困っていることはない. 友達との友好関係が深まった. 連絡が取り易くなった. 相談しやすい.

(困っている点) 睡眠不足になる. 長時間やってしまうことがある. このアンケートで自分のスマホゲームのやり過ぎに気づいた. 気づいた短所を直したいと思った.

女子) (良い点) ひまつぶしができる. ストレス解消. 楽しい. 好きなアイドルの情報をたくさん知れたり, そのゲームでしか見られない動画を観られたりした. 友達ができて話せる人が増えた.

(困っている点) うちの, 親にスクリーンタイムで時間の制限を掛けられていてLINEが8分しか使えなくて友達に聞きたいって思った時に聞けない事. 目が悪くなる. インターネットの普及は便利で使いやすい一方で, 依存症などデメリットもやはり多いものだと実感した. インターネットは危険でもあるが便利でもあるので, 使うべきものなのかやめるべきなのか考えを使い分けることが大切だと思う.

## V. 考察

A市中学生45名を対象に調査を行った結果, この1か月間で情報検索, 動画などについては, ほぼ9割以上, LINEは8割以上利用しており中学生がインターネットを日常的に利用している実態が示された. さらに男女別にみると, インターネットゲームの利用は男子に多く, LINEやInstagramなどのSNSに関する利用は

女子が多いことが示された。また、インターネットの種類別の利用では、学校のある日では、動画サイト、情報検索、LINE、Twitterなど1時間未満の利用が多く、学校のない日では、動画サイトを2時間超して観る生徒が増えていた。インターネットゲームの利用では、4割の者が利用しないと回答していた。その一方で、1割の生徒が、学校がある日も、学校がない日も5時間以上、動画サイトを観ていることや、インターネットゲームを行うなど過剰に利用している実態も示された。

厚生労働省研究班（尾崎米厚）らの報告によると、平日のインターネットの利用は、男女ともに2時間未満が多く、高校生になると4時間台が増えることから、A市の中学生の9割は平均的な使用をしていると思われる。しかし、1割の生徒は高校生と同様に過剰な使用をしていた。また、インターネット依存については、2017年の全国の調査でインターネット依存尺度の得点が5点以上のインターネット病的な使用者は、中学生12.4%（男子10.6%、女子14.3%）、3点から4点の不応用使用者は、中学生21.8%（男子24.3%、女子22.9%）であった。本研究では、病的使用者（本稿では依存群としている）は、20.0%（男子30.7%、女子5.3%）、不応用使用者（本稿ではやや依存群としている）は、35.6%（男子34.6%、女子36.9%）であり、全国と比較し、インターネットに依存している者の割合が高いことが明らかになった。

本研究では、インターネットの依存とインターネットに関わる要因とインターネットに関連する心理社会的要因との関連を検討した。男子においては、学校不応用感、身体症状、問題行動に差が見られ、依存群ほど学校に適応できないと考え、身体症状を多く訴え、遅刻、欠席、居眠りなどの問題行動を示していた。女子においては、差が見られなかった。また、従来のインターネット依存においては、インターネットの利用時間が長くなるほど、依存傾向があるとされている<sup>2)</sup>。しかし本研究においては、利用時間だけでなく、インターネットに関連する心理社会的要因がインターネット依存に関連する可能性を示唆した。今後は、さらに対象を広げ詳細な検討を行う必要がある。

## VI. 本研究の限界と今後の課題

本研究の調査は5校の中学校の45名の生徒に限られており、また、保健室に来室した生徒と保健委員の生徒を対象にしているため、バイアスがかかった集団となり一般的な中学生の実態を把握するには不十分であった。そのため、今後は、多くの中学校にご協力いただき中学生のインターネット利用の状況及び課題を明らかにする必要がある。その上で、インターネット依存対策が進んでいる海外の実践なども参考にし、今後は早急に実態に沿ったインターネット依存に対する予防教育を行う必要がある。

### 利益相反

利益相反に相当する事項はない。

### 参考文献

- 1) 青少年のインターネット利用環境実態調査、内閣府ホームページ  
[https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/net-jittai\\_list.html](https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/net-jittai_list.html)  
(2019.5.1.22:00 アクセス)
- 2) 厚生労働省研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）総括・分担研究報告書 飲酒や喫煙等の実態調査と生活習慣病予防のための減酒の効果的な介入方法の開発に関する研究、厚生労働省ホームページ <https://mhlw-grants.niph.go.jp/niph/search/NIDD00.do?resrchNum=201709021A> (2019.5.1.21:00アクセス)



- 3) 宮田久嗣, 高田孝二, 池田和隆, 廣中直行編著 (2019) アディクションサイエンス－依存・嗜癖の科学－, 朝倉書店, 東京. 168-178.

2019年11月12日 受理

