

適正なネット利用を促す教育プログラムの普及事業に関する研究

静岡県立大学・看護学部・精神看護ゼミ

参加学生：今本もも香、大見梨乃、八木沙織

担当教授：篁 宗一

はじめに

- 現代社会ではインターネットが生活に不可欠となる一方、ネット依存症やゲーム依存症が問題視されている。
- SNSでは暴力的コンテンツやいじめ、誹謗中傷が拡散され、各国で未成年者のSNS利用を規制する動きが進んでいる。
- オーストラリアやアメリカでは未成年のSNS利用を制限する動きが強まっており、「世界に先駆けた」法律を作り始めている。
- 日本では香川県の条例のみで未成年のSNS利用規制が遅れている。



- 適切なネット利用を促すオンライン教育プログラムを作成した。しかし、その予防効果は未検証である。

目的

ネットの適正な使い方を推奨する学校教育
プログラムを作成して広める

方法

静岡県の小中学校各一校に保健センターを経由して協力を依頼した



研究協力校である小学生、中学生に、教育プログラムの前後に自記式アンケートによる調査を行い、前後比較を実施し、教育への効果を評価した。

教育への効果評価（アンケートの実施）

事前

「ネット利用の実態」、「実際のネットの利用状況」、「利用に関して気を付けていること」、「周囲（保護者など）と決めたルール」

事前と事後

「ネット利用に関するイメージ」

事後

「各教育プログラムについての振り返り」

教育プログラムの構成

パートⅠ

ゲーム依存、SNS依存、コンテンツ依存の3人の登場人物が依存するまでの過程

パートⅡ

依存症の定義・分類、インターネット利用の動向・依存による辺縁系と前頭前野の変化・ネットやゲームにより快感を得る仕組み、ネット依存、ゲーム依存に関するクイズ

パートⅢ

ネット依存、ゲーム依存の症状、初診時に起きている問題、3人の登場人物の解説（ゲーム障害の診断ガイドライン、承認欲求の説明）、ネット依存、ゲーム依存の相談機関の紹介・メッセージ

結果を踏まえた考察

※結果の個別情報は未公開

ネットの利用に関して気をつけていること

利用環境や電子機器を利用するときの姿勢についての回答がある事から、**リスクや身体的な悪影響がある**というイメージを持っていると考えられた。

勉強に対するルールが定められていない事からタブレット授業が定着している事で**保護者も受け入れられやすい環境**になっている。

中学生においては、「途中で別のことに利用しない」との回答があった。この事から、調べ物の途中で趣味嗜好に傾いた検索をしてしまうと結果使用時間は延び、**隠れて利用するリスク**があると考えた。

ネット利用に関するイメージ

ネットは「**便利**だが使い方を誤ると**リスク**がある」という共通の認識が見られた。

教育プログラムを通じて、小学生は「**恐怖**」という感情が加わり、自分の体験を振り返るきっかけとなった。

中学生は、**危険性**を理解した上で、今後の**適切な**付き合い方を考える姿勢が見られた。

地域評価：各パートごとの振り返り

パートⅠ

小学生は絵や文字が見やすくわかりやすかったと評価し、中学生は共感や生活への影響について振り返る場となった。導入として興味を引き、ネット利用の現状理解に繋がった。

パートⅡ

グラフやデータを用いた説明が視覚的にわかりやすく、「脳の話」が知的好奇心を刺激し、依存症への理解を深めた。「怖い」や「依存症にはなりたくない」という感想から、リスクへの認識が高まった。

パートⅢ

依存症の種類や具体例の説明により、「知らなかった」という気づきが生まれ、データやガイドラインで依存症の要因を理解できた。中学生は「悪い方向に行かないように使いたい」と前向きな姿勢を示し、適切な指導や環境整備の重要性が示唆された。

本研究の限界と今後の改善・対策

本研究では、小中学生を対象にネット依存教育プログラムを実施し、その効果を評価したが、**調査地域の限定性**や**サンプル数の少なさ**、**教員視点の不足**といった限界があった。

今後は、対象地域やサンプル数を**拡大**し、統計的信頼性を高めるとともに、教員の意見を取り入れることで**多角的な評価**を行う必要がある。

地域への提言

- 学校と地域が連携したネット依存対策の強化
- ネットリテラシー教育の充実
- 地域全体でのサポート体制の構築
- インターネット利用ルールの策定と共有
- 研究・調査の継続と拡充