

# 思春期のメディア使用による生活への影響と依存の実態

まつばら ふみのり<sup>1)</sup>      なかもと みのる<sup>1)</sup>      みやもと ひろこ<sup>2)</sup>  
松原史典<sup>1)</sup>      中本稔<sup>1)</sup>      宮本寛子<sup>2)</sup>  
あしざわ たかお<sup>3)</sup>      まきの ゆみこ<sup>4)</sup>  
芦沢隆夫<sup>3)</sup>      牧野由美子<sup>4)</sup>

キーワード：思春期，メディア，生活習慣，ルール，インターネット依存

## 要 旨

出雲市内の小中学生のメディア利用が，児童・生徒の睡眠，学習時間など生活に与える影響を調査した。その結果，長時間利用が生活に影響を与えていること，また，メディア依存の傾向がある児童・生徒はともに約6%あった。これらは全国に比べると低率であったが，メディア利用に関して家庭でのルールづくりが重要であること，その取り組みは他地域に比べやや遅れていることから，今後，メディアへの依存が高まることが予想され，家庭・学校・保育等の連携した取り組みの強化が必要と思われた。

## 1. はじめに

近年，国際的にゲーム障害が問題視されている。国内でも様々な調査研究が行われており，とりわけ依存症に関する調査研究事業の一環として，尾崎らにより<sup>1)</sup>メディア利用に関する大規模調査が行われ，警告を発している。島根県では，中島ら<sup>2)</sup>が子どもたちのメディアの問題に焦点を当てた調査研究を報告している。出雲市内についてみると，学校ごとにメディア利用に関する調査や指導が行われているが，調査結果は明らかにされて

いない。本研究は，出雲市内の思春期のメディア利用状況および子供たちへの影響について調査し，その結果を今後の取組にいかすことを目的とした。

## 2. 対象と方法

### 1) 調査対象

出雲保健所が主催する出雲圏域思春期保健ネットワーク連絡会の協議にもとづき，出雲市内の小学校2校（6年生147人），中学校1校（2年生181人）をモデル校とし，児童・生徒及びその保護者に調査を実施した。

### 2) 調査期間および方法

2019年1月21日～2月8日に無記名自記式質問紙調査を実施。

Fuminori MATSUBARA et al.

1) 島根県出雲保健所

2) 島根県浜田保健所

3) 出雲医師会

4) ヘルスサイエンスセンター島根

連絡先：〒693-0021 島根県出雲市塩冶町223-1

島根県出雲保健所健康増進課