

「当世美高生気質」全校一斉アンケート

スマホ事情を徹底調査

坂の上通信

平成三十年六月十五日
広島市立美鈴が丘高等学校
新聞文化部(四〇三演習室)

文化祭 特別号

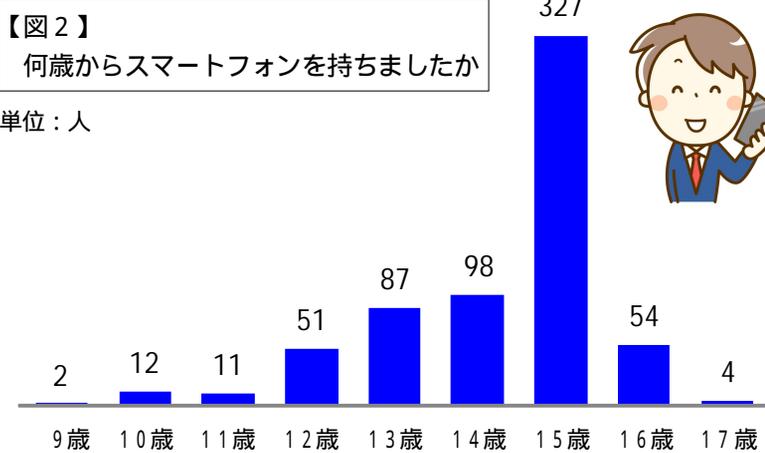
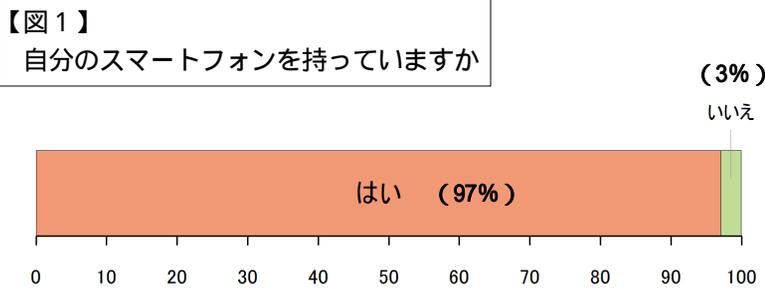
スマホ所持率97% 4割は中学から



まずは図1を見てみよう。約97%の美高生がスマートフォン(以下スマホ)を所持しており、現在持っていない人はわずか3%であった。これは内閣府が発表している「青少年のインターネット利用環境実態調査」ともほぼ一致しており、美高

生が特別に高いわけではなく、一般的な高校生所持率であるといえる。リクルート進学総研の調査によると11年時の高校生のスマホ所持率はわずか約15%であり、ここ数年間で急速に携帯電話からの移行が進んでいることがうかがえる。

図2を見ると、持ち始めたのは15歳が最も多い。高校入学のお祝いとして買ってもらった人も多いのだろう。ただし高校生から持ち始めるのは全体の約半数で、約4割の生徒は、すでに中学生の時から持っていることが分かる。



【アンケートの有効回答数について】現在の美高の全校生徒数は711名。アンケートは、各クラスの協力のもと1年生237名、2年生238名、3年生207名から回答を得ました。総回答者数は678名で、全校生徒の約95%です。ご協力ありがとうございました。

使用時間 休日は大幅増加

続いて図3を見てみよう。「スマホに触る時間」は、一日どれくらいか」という質問で、平日は約41%の人が、「1〜2時間」と答えている。全体的に見ても、平日の使用時間は2時間以下の人が約82%を占めている。

内閣府の調査と比較すると、全国では一日の使用時間がおおむね3時間程度で、2時間以下の割合は約半数にすぎない。全国平均と比べて、美高生の使用時間はむしろ少なめであると言える。

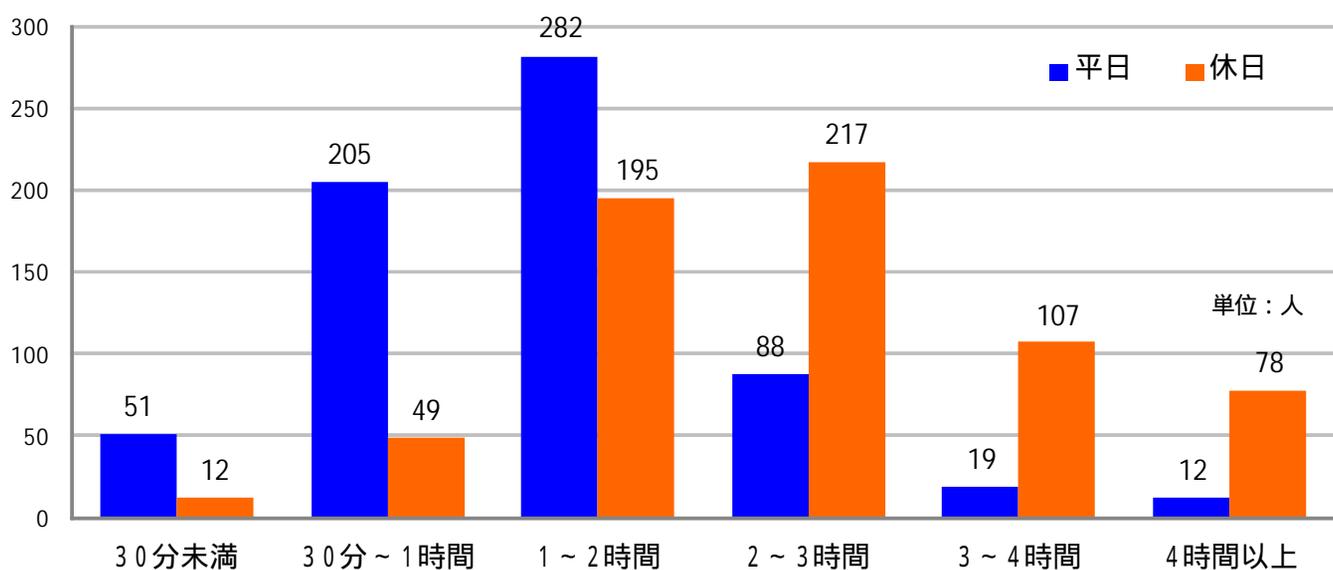
しかし休日は大きく利用時間が増える。グラフからも、山が大きく右側にずれているのが見てとれる。

最も多いのは「2〜3時間使う」と回答した人で、全体の32%。3時間以上使用する人も多く、合計すると、休日には約6割の人が、2時間以上スマホに触れている。

何に利用しているかは今回のアンケートでは聞かなかったが、これも内閣府の調査を引用すると、ラインなどの「コミュニケーション」や「音楽・動画視聴」「ゲーム」「情報検索」がいずれも約75%を超えている。最も多いのは「コミュニケーション」で、メッセージのやりとりが全体の使用時間を底上げしている可能性もある。

表し、スマホ利用の頻度と学力の低下の相関を指摘した。使用時間を1日1時間に抑えることができれば成績は下がらず、むしろスマホを使わない子よりも成績がいい場合もあるようだ。

【図3】 スマートフォンに触る時間は、一日平均どれくらいですか



スマホルール 6割が「特になし」

図4・5は、スマホの家庭内ルールについてのグラフである。

図4を見ると、1年生は半数以上が保護者との間に何らかのルールを設けているのに比べ、2年生は約4割、3年生においては約2割にまで下がっている。全体を計算すると、ルールを設けているのは美高生の約40%である。総務省の調査では「家庭内でルールを決めている」と回答した高校

生は約53%で、美高生は比較的制限なく、自由に使っていることがうかがえる。学年が上がると「ある」の割合が下がっているのは、何を意味するのか。年度ごとに家庭内で改めてルールの確認をすることは考えにくい。これは、スマホを持った当初に決めた保護者とのルールが、なまじり曖昧になっていき、ルール自体を忘れて

てしまっている可能性が考えられる。事実、総務省の調査でも、「ルールを設けている」と回答した保護者は約75%で、高校生の回答(53%)と比べて、大きなギャップがある。保護者は「決めていくつもり」になっている、もしくはルールを決めても実際には守られないという点も興味深い。続いて図5を見てみよう。「ルールがある」

と答えた人のうち、実際に設けられているルールの種類について尋ねたグラフである。最も多かったのは、「課金」についてのルールだった。ルールがある人のうち、約62%が課金に何らかの制限を設けているようだ。スマホの課金・決済方法は主に3種類ある。通信料などに課金した分だけ合算されていくもの、クレジットカードで支払われるもの、コンビニなどで購入したプリペイドカードによるものだ。プリペイドカードの場合はあら

かじめ購入した金額の範囲内では買うことができないため、比較的安全だ。しかし、クレジットカードなどにを入力するだけで簡単に決済できてしまうため、高額な課金につながりやすい。このため課金についてのルールを設けている家庭も多いだろう。スマホ依存やネットの危険性に関わるルール以上に、課金のルールが伸びている点も興味深い。さて2番目に多いのは、終了時間について

のルールであった。広島市には10(テン)オフ運動という、午後9時以降は送信しない。遅くとも10時までには使用をやめる」という取組が全市立小・中学校で行われている。高校生で10時というのは難しいのかもしれないが、例えば11時など独自にルールを設けてみるのもいいかもしれない。前の図3を合わせて考えると、利用時間・終了時間に關しては現状を変えるための取組が必要といえるのではないだろうか。

佐伯警察署生活安全課長 東真里さんの話

新聞文芸部は、このアンケート結果を佐伯警察署に持ち参し生活安全課長東真里さんにお話を伺った。

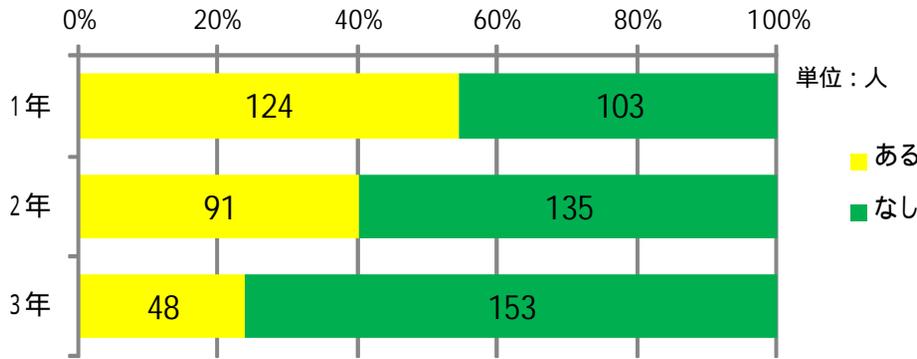
たのか。ルールが緩やかになった理由が気になりますね。スマホはとても便利なものですが、個人情報やプライバシーの流出など多岐にわたる危険が潜んでいます。個人情報の書き込みや、写真の掲載には、十分な注意が必要です。また、不用意にアプリをイ

ンストールしないよう注意してください。トラブルが起きた時は、すぐに保護者や先生など、大人に相談してください。

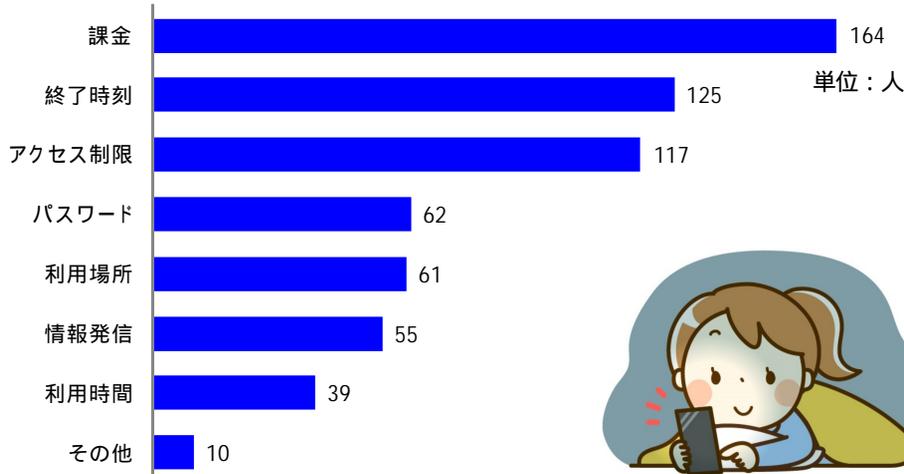
データをみると、学年が上がると「ある」の割合が増えていることが分かります。自分を守るために保護者と考えたルールが、本当に必要になっ

保護者の方には、子供が事件に巻き込まれないため、フィッシング機能を活用し、家族でのルール作りをしてください。スマホの危険性を、子どもと共有することが大切です。

【図4】 スマートフォンについて、保護者と間にルールはありますか



【図5】 (「ある」場合) それは何についてのルールですか (複数回答可)



【ルールの例】

- 課金 (ゲームやアプリなど有料のものは利用しない、あるいは 円まで、など)
- 終了時刻 (夜は何時以降は使わない、など)
- アクセス制限 (フィルタリングをかける、不用意にアプリをインストールしない、など)
- パスワード (保護者にパスワードを覚えておく、必要に応じて保護者に見せること、など)
- 利用場所 (学校には持っていかない、 には使わない、など)
- 情報発信 (個人情報を書き込まない、写真を投稿したりしない、など)
- 利用時間 (スマホは一日何時間まで、など)

人気の食堂メニューランキング

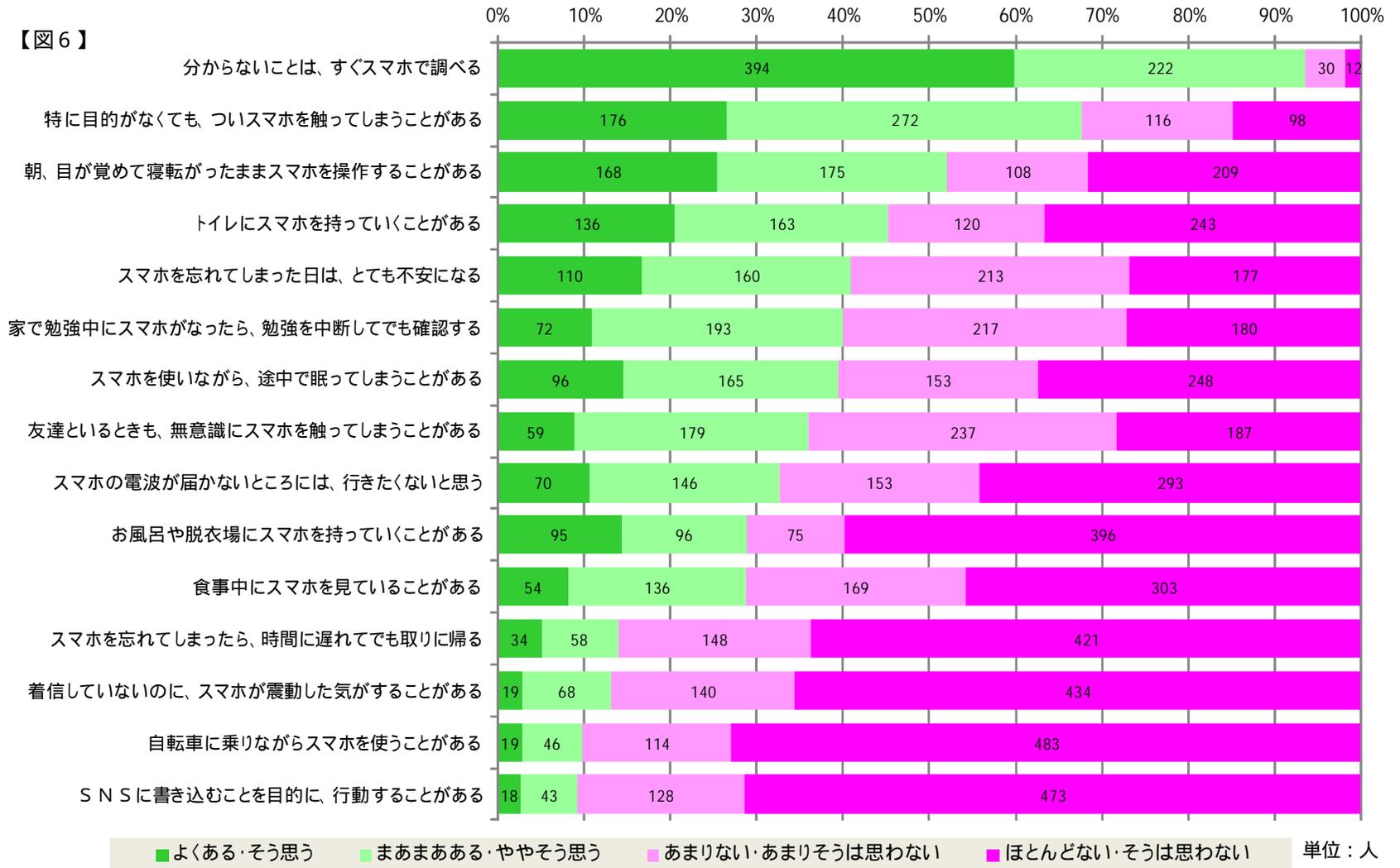
文化祭企画の一つとして、食堂のメニューの中から好きなものを選んでもらった。メインメニュー、サイドメニューのそれぞれ約10種を提示したが、結果は左表のようになった。

一方でサイドメニューは、とり唐揚げが圧倒的な支持を集めた。文化祭当日も販売しているので、食べてみてはどうだろうか。



メインメニューベスト5		
1位	中華そば	127票
2位	カツカレー	86票
3位	かけうどん	84票
4位	親子丼	71票
5位	カツ丼	66票
サイドメニューベスト5		
1位	とり唐揚げ	341票
2位	今川焼き	82票
3位	たいやき	60票
4位	フライドポテト	56票
5位	チキンカツ	46票

【図6】



そう思う・ややそう思うの数	人数
0個～3個	198
4個～6個	242
7個～9個	146
10個～11個	60
13個～15個	16

(一人あたりの平均は、約5.5個)

図6は、日常生活における美高生とスマホとの関連についてまとめたものである。質問項目は、ネット上にある様々な「スマホ依存症チェックリスト」を参考に、新聞文芸部が考案した。上から順に「そう思う・ややそう思う(以下、肯定)」の割合が高いものを並べた。

肯定割合が最も高かったものは「分からないことは、すぐスマホで調べる」だった。実に約90%以上の生徒が該当する。趣味などで興味ある対象を調べるほか、翻訳アプリや解説動画などを活用して学習に役立てている人もいるだろう。ニュースを見たり、社会事象をより詳しく知るために使う人もいるかもしれない。スマホは小さなパソコンとも呼ばれており、手軽さを考えると有効な使い方だとも言える。

しかし、2番目以降の項目についてはどうだろうか。特に目的がなくても、ついスマホを触ってしまう人は約70%、朝起きて最初にすることがスマホのチェックという人は約50%、トイレにまでスマホを持っていく人は40%以上いる。いずれも、スマホに依存していると言われても否定できない数字である。

左の表は、質問に対して肯定的に回答した人数を、人数ごとに整理したものである。一人当たりの平均は5.5個だが、7個以上当てはまる人も全体の約34%あり、美高生のスマホへの依存傾向は高いと言えるのではないかと。

「スマホ依存症」多い予備軍

保健室の先生の話

スマホの長時間の使用は、身体に悪影響を及ぼします。

目は、視力の低下やドライアイ、頭痛、目のかすみを引き起こします。また使用時の姿勢が悪いと、肩こり、頭痛、血行不良、めまい、吐き気、手の痺れなどの症状があらわれます。また、ブルーライトの影響で睡眠のリズムが崩れることもあります。睡眠リズムの狂いは、苛立ちや無気力を引き起こす可能性もあります。

対策として最も効果的なのは、言うまでもなく長時間の使用を避けることです。また夜の使用を控えること、画面の明るさを下げたり、正しい姿勢を心がけることも大切です。

保健室に来る生徒の中にも、スマホの使用が原因と思われる事例がアクティブ健康観察で明らかになっています。健康のために適切な使い方考えましょう。



また「家で勉強中にスマートフォンが鳴ったら、勉強を中断してでも確認する」という問いへの肯定的回答は約40%という結果になった。

S N S やメッセージアプリの通知は、すぐに返さなくてはいけないという強迫観念があるのかもしれない。学生の半分は学習だが、これでは集中力も持続できないだろう。学習中は、思い切ってスマホの電源や通知を切ることが重要だ。

またLINEには通

知の一時停止機能もある。「オフ」「今から1時間停止」「午前8時まで停止」の中から選択できるので、利用してみてもどうだろうか。

昨年の流行語大賞に選ばれた「インスタ映え」だが、この言葉はあまり美高生には関係がないようだ。「S N S に書き込むことを目的に行動することがある」という質問に対して、肯定的な回答は10%にも満たなかった。

美・鈴・鈴・鈴

様々な取組がなされる高校の文化祭だが、ここ最近はその盛り上がり長期低落傾向が続いているという指摘がある。考えられる原因はいくつかあるが、生徒の意欲と自治能力の低下がその一つと言われる。「かったるい。やりたくない」という生徒が増えており、話し合いをしても自分のやりたいことを説明する力が低下してきているのだという。クラスの団結力も昔より弱まっていると言われる。原因の一つとして、今回取り上げたスマホの存在があるそう。昔は、いくら学校外に仲の良い友達がいなくても、毎日会うクラス友達の存在が大きかった。しかしメールやS N S が普及した今は、学校外の仲の良い友達と頻りに連絡が取れるので、クラスの友達とのつながりが相対的に弱くなってしまっているのだとか。とはいえ、文化祭でしか味わえない醍醐味も必ずあるはずだ。せっかくの機会を無駄にせず、十分に楽しみ、思い出につながる文化祭にしたい。

(廣岡琴美)

編集後記

なんと文化祭当日に間に合わせる事ができた。ほっとした。