

乳幼児の ICT・メディア利用の現状と保護者支援への課題

—相模原市内にある認定こども園を含む保育所に在籍する乳幼児の保護者への質問紙調査からの考察—

七 海 陽

乳幼児のICT・メディア利用の現状と 保護者支援への課題

——相模原市内にある認定こども園を含む保育所に在籍する
乳幼児の保護者への質問紙調査からの考察——

七 海 陽

Present status of ICT media use of infants and challenges to support parents

— Consideration from questionnaire survey to parents of children and
enrolled in nursery schools in Sagamihara city —

Yoh NANAMI

This study focuses on the problems of ICT media use during infant development and the parents' childcare period. A preliminary questionnaire survey, in order to take into account parental support measures in local communities, was conducted among parents of infants and young children enrolled in nursery school and certified child care center in the City of Sagamihara.

As a result, although 90% of parents were using smart phones, and 80% of them felt uneasy about letting infants use such devices, they were allowing their children to have access to smart phones upon request and especially out of home.

In order to alleviate parents' anxiety and to suppress the risk of infant development, it is imperative that scientific knowledge and information are provided in an easy-to-understand manner, which can lead to appropriate action taken for children and the parents.

Key Words : infants, ICT media, anxiety, challenges to support parents,

1. はじめに

近年、乳幼児のいる保護者にスマートフォンが普及し、乳幼児が家庭内や外出先でスマートフォンやタブレット型端末などのメディアを利用する機会が増加している。2014年、日本小児連絡協議会^{注1)}内の委員会が「子どもとICTの問題」について緊急提言^{注2)}を発表するなど、社会的懸念は大きい。しかし、メディア利用の何がどのように不適切でどのように扱えば悪影響を抑制できるのか、或いは有効に活用できるのか、育児や保育現場が必要とする具体的な情報は非常に乏しい。子どもたちがメディアのネガティブな影響ではなくポジティブな効果を楽しむことができるよう、また、保護者が子どもの将来を見据えて自信を持って育児ができるよう、地域で連携したきめ細やかで持続可能な支援が必要と考える。

本研究では、まず地域における現状と問題点等を把握するため、相模原市内の特定の地域の認定こども園を含む保育所へ通う乳幼児の保護者に対し、メディア利用の実態と意識行動について質問紙調査を実施した。

2. 調査目的

相模原市内の特定の地域における乳幼児のメディア接触・利用実態、保護者の意識や行動（利用目的、不安や対応）傾向を把握・分析することで、乳幼児の発達面・育児面におけるメディア接触・利用の問題点を明らかにし、保護者へ通達を要する情報を明確にすることを目的とする。

3. 調査概要

(1) 調査対象

相模原市内の特定の地域の認定こども園を含む保育所へ通う乳幼児（第1子で0歳～6歳就学前まで）の保護者

(2) 調査方法

質問紙によるアンケート調査

(3) 手続き

相模原市健康福祉局こども育成部保育課の許可の元、選定された園へ訪問。園長へ調査概要を説明し了承を得たのち、各園にて保護者へ質問紙を配布、2週間後に回収BOXへ投函してもらった。

(4) 調査期間

2015年11月18日（水）～12月8日（火）

(5) 有効回収率

有効回収率44.7%（質問紙配布数291通）

(6) 調査地域

相模原市緑区・中央区・南区

(7) 集計分析方法

SPSSにて集計分析

(8) サンプル数

130

(9) 調査項目

保護者の就労状況・帰宅時間、子どもの起床・就寝時間、子どもの登園・降園時間、家庭でのメディア使用状況、子どもの1週間のメディア利用頻度・時間・時間帯、アプリ・ソフト使用状況、家庭で決めているメディアルール、保護者の子どものメディア利用に関する意識、保護者自身のメディア使用状況、地域とのつきあい、子育て意識等^{注3)}

4. 調査結果^{注4)}

(1) 基本属性

回答者の95%が母親で75%が30代。対象の子どもは男女比ほぼ同率で、84%が3～6歳、47%にきょうだいが一人おり、38%が一人っ子であった。

(2) 保護者の就労状況と子どもの生活時間

① 保護者の就労状況

母親の47.6%が正社員、29%がパート・アルバイト、12.1%が産休・育休・休職中であり、62.3%が週5日勤務していた。平日の帰宅時間は17時台が38.1%で最多で、17～18時台で66.7%を占めた。【図1】

父親の93.8%が正社員・公務員、5.4%がフリー（自営業・在宅ワーク含む）であり、69.4%が週5日勤務で、27.0%が6日勤務であった。平日の帰宅時間は18時台12.5%から徐々に増加し22時～0時台が26.9%で最多であった。【図2】

② 子どもの生活時間

平日は朝6～7時台に78%が起床し、7時～9時台までに100%が登園していた。16時～18時には90%が降園していた。入眠時間は21時～22時半台が76%にのぼっていた。【図3】

休日の起床時間は平日に比べると時間帯ごとに少しずつ後ろにずれていた。それにあわせるように入眠時間も遅い時間にずれていた。休日は平日よりも遅起き・遅寝傾向であった。【図4】

図1 母親帰宅時間 (就労日平均)
(n=105)

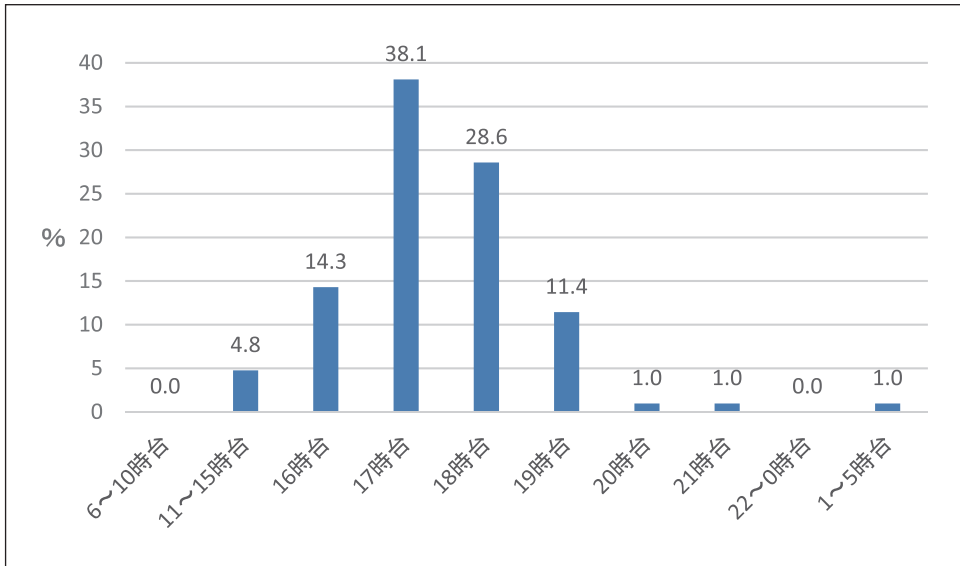


図2 父親帰宅時間 (就労日平均)
(n=104)

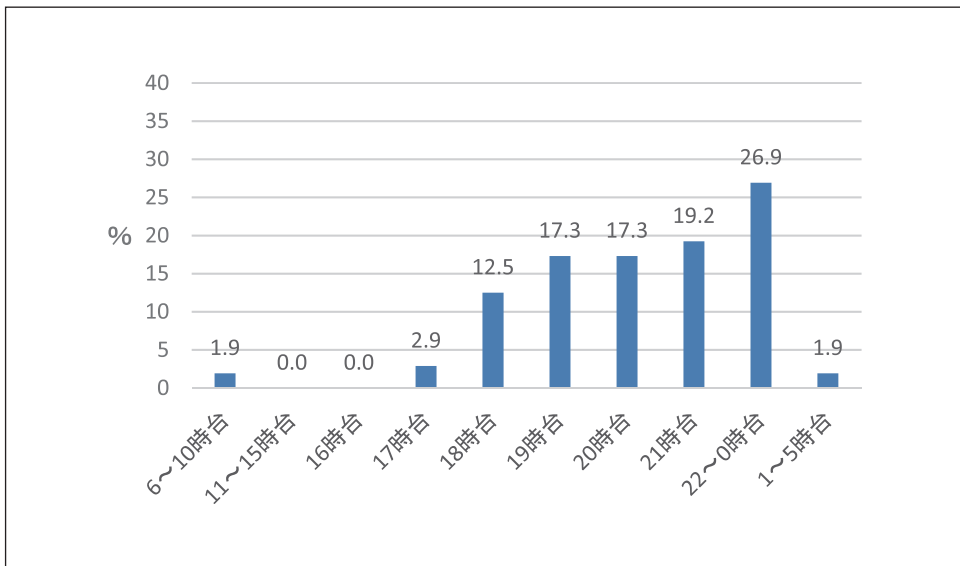


図3 子どもの入眠時間（平日・平均）

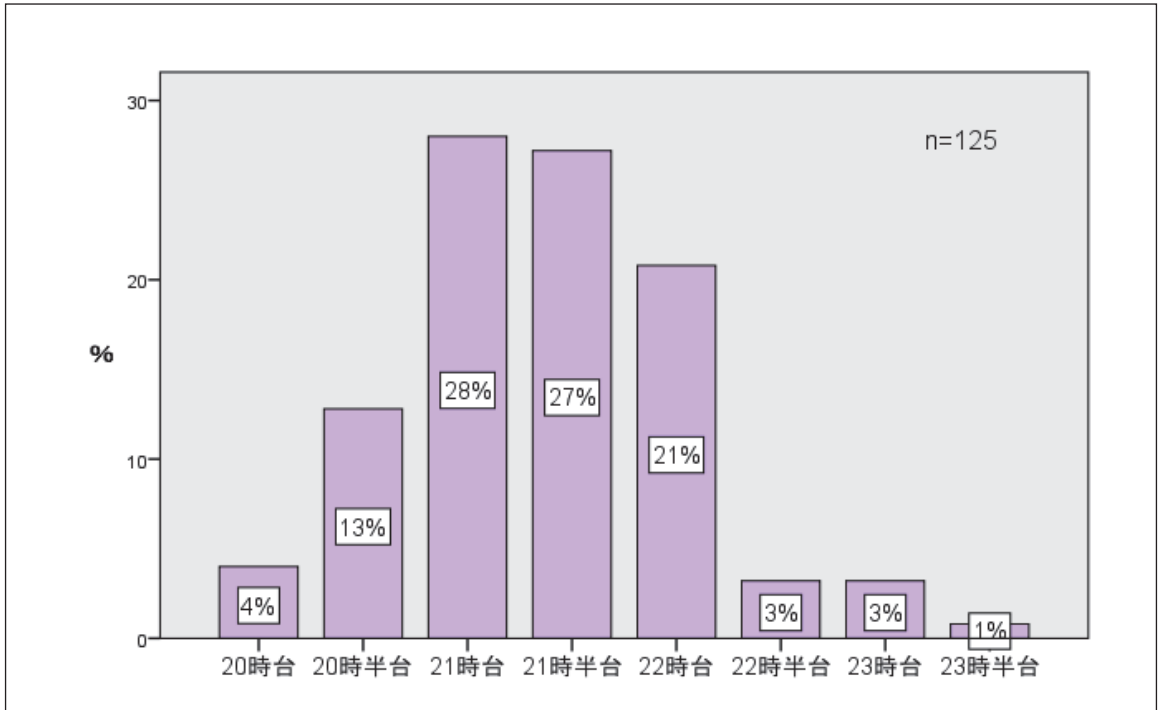
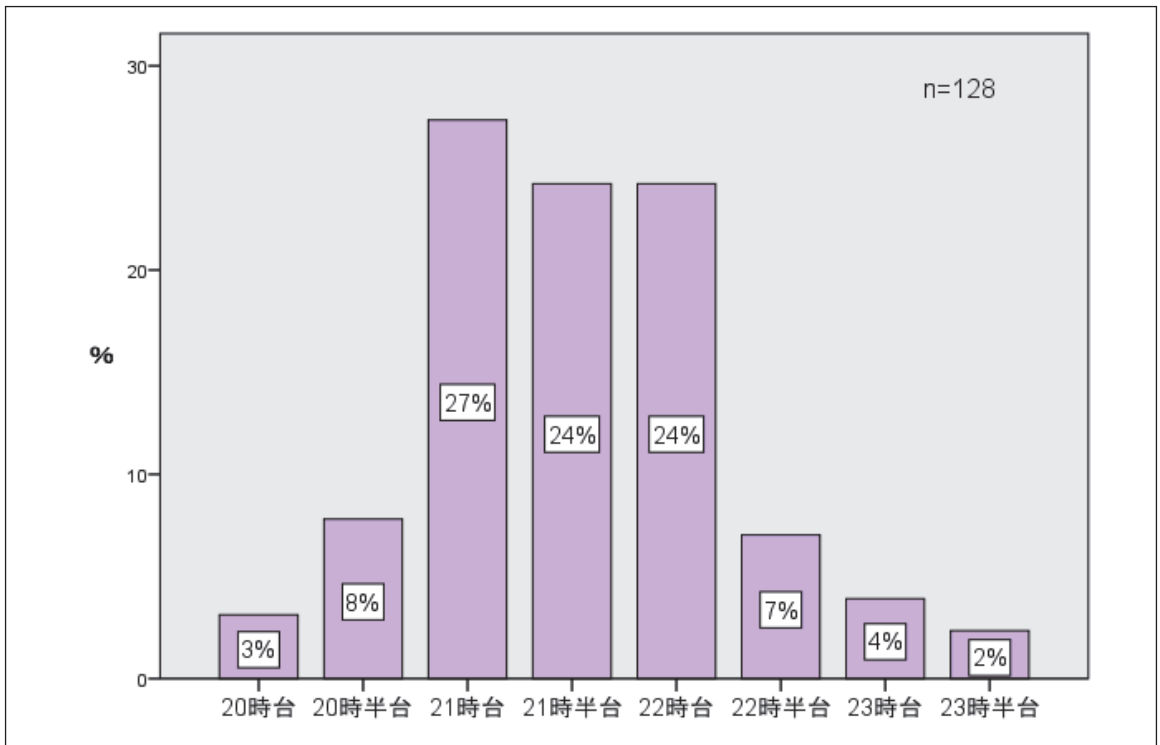


図4 子どもの入眠時間（休日・平均）



(3) 家庭のデジタルメディア使用状況（子どもと同居する家族ごと）

① 保護者

母親・父親のメディア使用率は多い順に、それぞれ、スマートフォン93%・93%、次いでノートパソコン約61%・67%、3番目がタブレット端末で約33%・40%であった。デスクトップパソコンと携帯・据置型ゲーム機は父親の方が若干高いが、平均すると使用率は2割程度であり、その他（お掃除ロボット、ネットTVなど）も同程度使用していることがわかった。

② 回答対象児にもっとも近いきょうだい

回答対象児にもっとも近いきょうだいでは、携帯ゲーム機が37%ともっとも高かった。以降は据置型ゲーム機が約22%、タブレット端末約21%、スマートフォン19%と2割前後であった。

③ 祖父母

祖父母では、携帯電話がもっとも高く75%であるが、スマートフォンも約43%が利用している。次いでノートパソコン35%、タブレット端末は33%で家族の中で利用率がもっとも高かった。

(4) 子どものデジタルメディア使用状況

① 機器（ハードウェア）

子どもが専用で所有しているメディアでは、携帯ゲーム機がもっとも多く14.8%（子ども用

に購入10.7%、親のおさがり4.1%）、次にスマートフォンで7.5%（子ども用に購入0.8%、親のおさがり6.7%）であった。

1週間当たりにはほとんど毎日使用するメディアは、テレビ約90%、ビデオ26%、ついでスマートフォン12%であった。タブレット端末は約7%で携帯ゲーム機の6.5%より利用頻度が若干上回った。幼児に適したメディアであることがうかがえる。

平日のメディア利用時間の合計がもっとも多いのはテレビ番組で、1時間くらいが約35%、2時間くらいが約25%、3時間以上も14%いた。次に多いのはビデオ・DVD・BRで、1時間くらいが22%、30分くらいが17%となっている。3番目に多いのがスマートフォンであるが、使用時間は15分未満がもっとも多く約24%である。しかし1時間から3時間以上利用している子どもも6%弱いた。タブレット端末では8%が1時間から3時間以上利用していると答えており、スマートフォンを上回った。【図5】

平日のメディアの利用時間帯は、起床～9時はテレビに集中しているが、18～20時は殆どのメディアで利用する子どもが増え、テレビ、ビデオの次にスマートフォン24%、タブレット端末15%と、携帯型ゲーム機12%を上回っている。【図6】

図5 子どものメディア使用時間（平日）

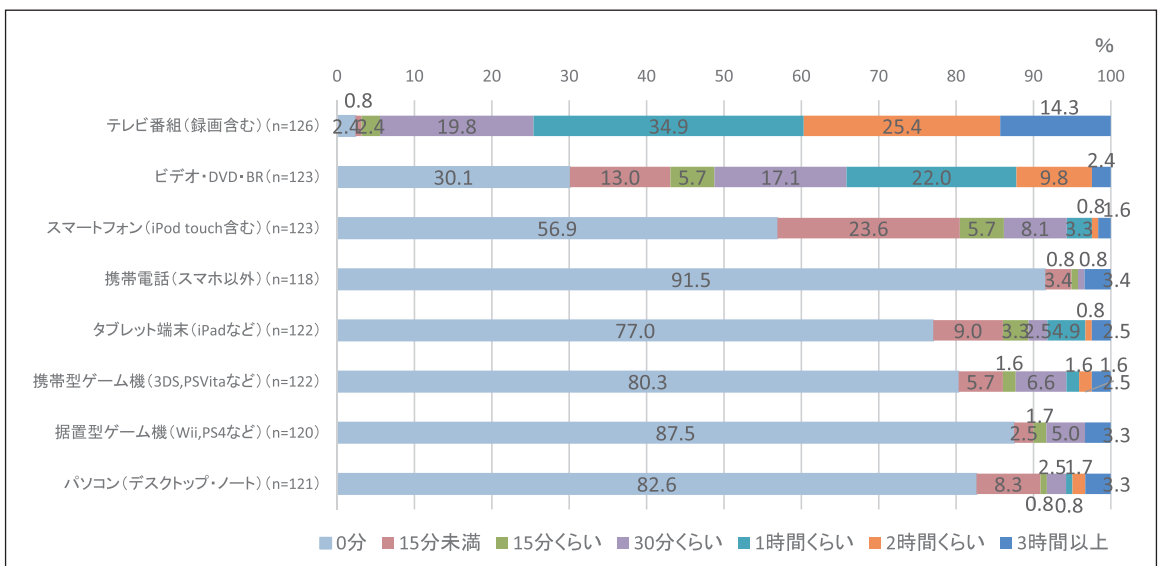
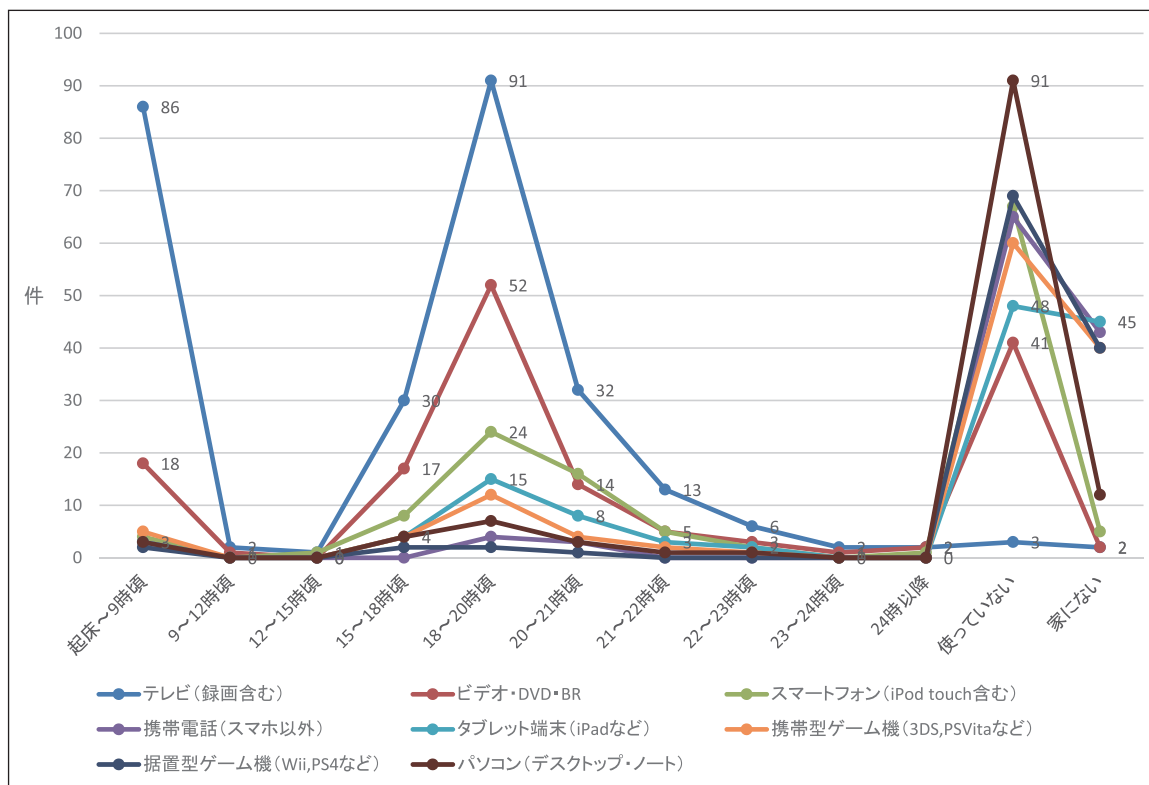


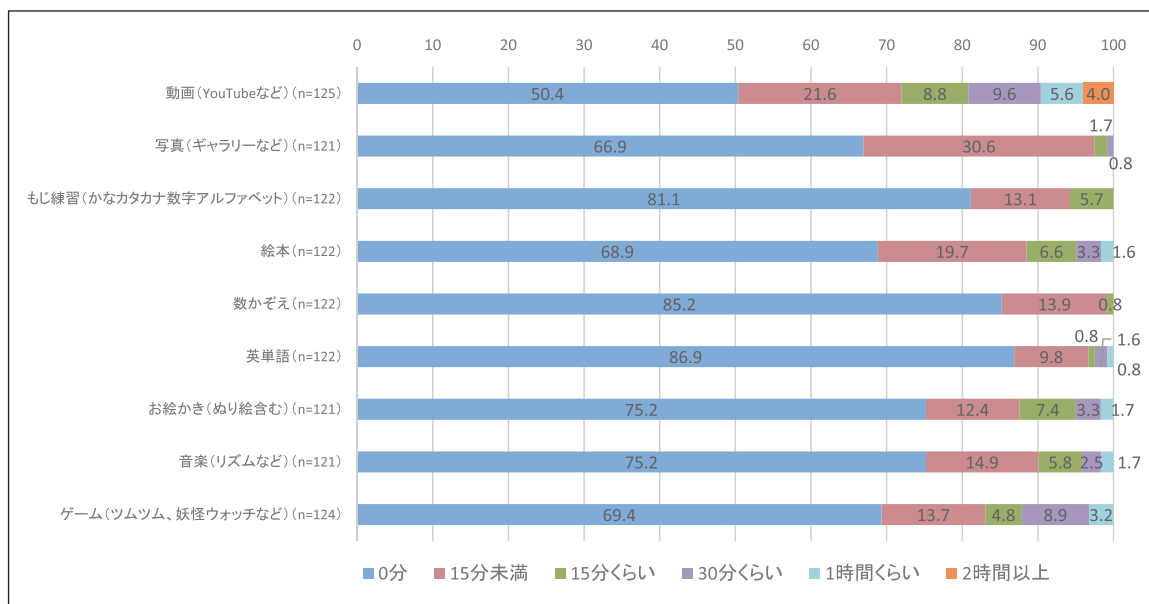
図6 子どものメディア使用時間帯（平日） 複数回答



② アプリ・ソフトウェア・サービスなど
 平日に利用するアプリ・ソフト等でもっとも
 多いのは「動画 (YouTube など)」で5割が15

分未満から2時間以上利用している。次に「写
 真 (ギャラリー など)」、「絵本」、「ゲーム (ツム
 ツム、妖怪ウォッチ など)」が3割強である。

図7 子どものアプリ・ソフト等利用時間（平日） (%)



「動画（YouTubeなど）」は1時間くらいも5.6%、2時間以上は4%と他よりも長時間視聴の傾向がみえる。【図7】

子どもがよく利用するアプリ・ゲームソフト・動画サイトの番組名や内容を記述式で尋ねたところ、もっとも多かったのが「ディズニーツムツム」(11件)、次に「ドラえもん」(9件)、「アンパンマン」(6件)であった。なかにはGooglePlayのレーティングが「7+（7歳以上推奨）」で軽度の暴力とユーザ操作としてデジタル商品の購入が含まれるアプリを使用している例もみられた。

ジャンルとして多く挙げられたのは、「YouTuber」（子ども・大人含む）によるおも

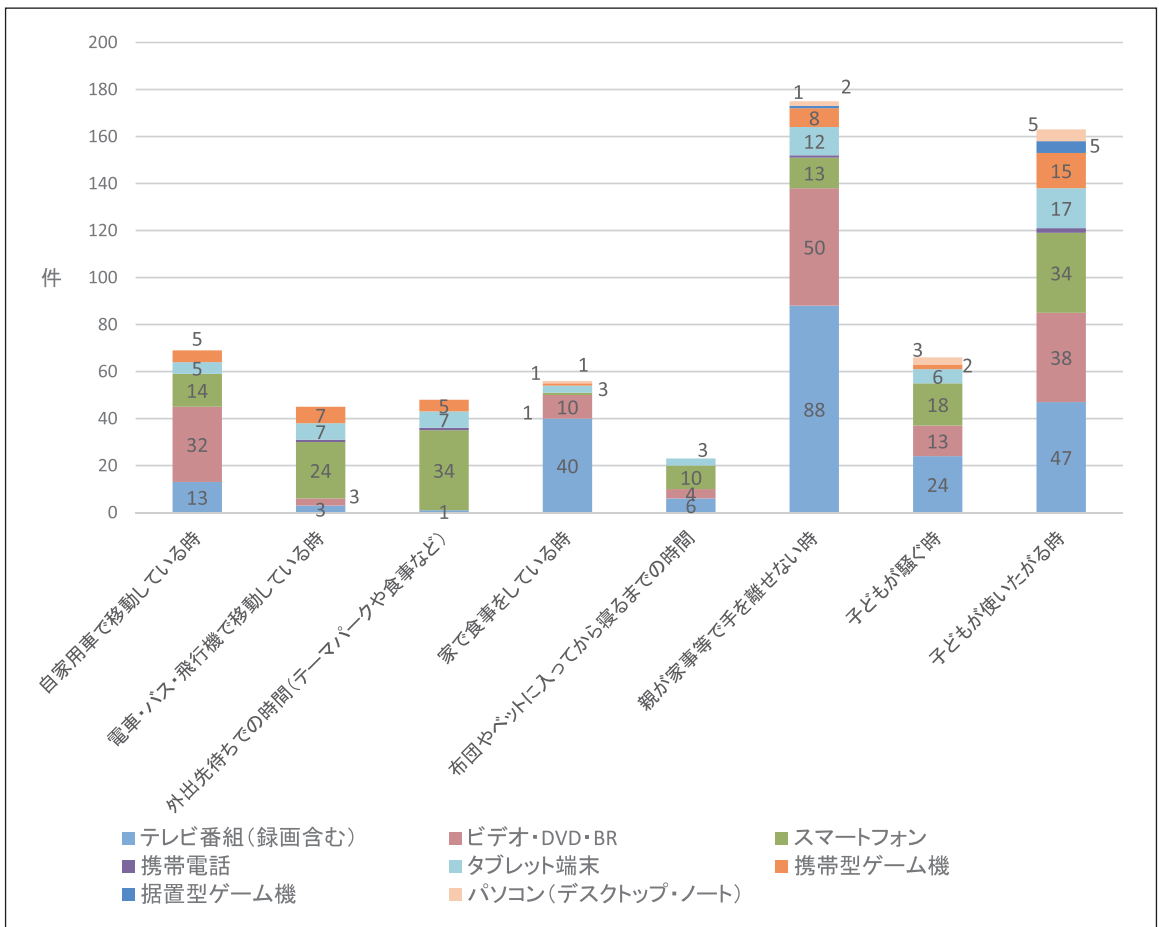
ちゃやお菓子などの実況・レビュー系の「動画」である。子どもたちに人気が高く、今後注目する必要があると考える。

③ 利用場面

子どもが日常生活でメディアをもっとも利用する場面は「親が家事で手を離せない時」であり、その場面で利用するのはテレビ、ビデオが占めている。次に多い場面が「子どもが使いたがる時」であるが、テレビの次に、ビデオとスマートフォンがほぼ並んで多くなっている。

スマートフォン単独でもっとも利用が多い場面は、「子どもが使いたがる時」と「外出先での待ち時間」、次いで「電車・バス・飛行機で移動している時」であった。【図8】

図8 子どものメディア利用場面（複数回答）



④ 利用開始年齢

メディア毎の開始年齢のピークは、テレビは0歳頃(46.3%)、ビデオは1歳頃(39.7%)、スマートフォンは2歳頃(22.3%)、タブレット端末も2歳頃(10.3%)である。どのメディアもピークを越えると年齢に伴い利用開始する子どもは減っている。

メディアの特徴と子どもの発達ならびに視聴・利用環境との関連性が興味深いところである。【図9】

(5) 子どものデジタルメディア利用における保護者のかかわり・意識・考え

① アプリ・ソフトの選択基準

保護者が、子どもが利用するアプリやソフトを選ぶ基準は、「子どもが気に入っている」(38.7%)がもっとも多く、次に「使ってほしい目的にあっていて」が22.6%、続いて「対象年齢を確認」が14.6%であった。

「製作者から親への意図・注意説明あり」(9.8%)、「製作者から子供への使用方法や助言あり」(7.3%)は「レビューを参考にする」(5.7%)よりも基準にされている。もっとも少ないのは「監修者の先生がいる」で0.8%であった。「ややあてはまる」を加えても4.1%と非常に低い。

② メディア利用時のルール設定

設定しているルール別に多い順でみると、「スクリーンに近づきすぎない」、「場所を暗くしない」、「時間を決めている」、「内容を確認している」、「事前に親に伝える約束」までが多く、「食事中は利用しない」、「時間帯を決めている」、「約束が守れなかった場合の対応を決めている」が若干少ない。しかし「特にルールがない」はメディア毎でも1割未満であり、多くの保護者が何らかのルールを設定している。

メディア別では、テレビ、ビデオは「スクリーンに近づきすぎない」が85件でもっとも多いが、スマートフォンでは「事前に親へ伝える約束」が33件でもっとも多く、次に「内容を確認している」が31件、「スクリーンに近づきすぎない」は22件で3番目となっている。【図10】

③ ネット端末への安全対策

子どもが利用するインターネット端末への安全対策は、6割が起動時のパスワードを設定しているが3割はしていない。ウイルス・迷惑行為対策は5割が実施しているが3割はしていない。

安全対策を実施していない割合では、ペアレンタルコントロール機能が6割と高く、フィルタリング・アクセス制限設定も55%と高い。【図11】

図9 メディアを視聴・利用開始した子どもの年齢

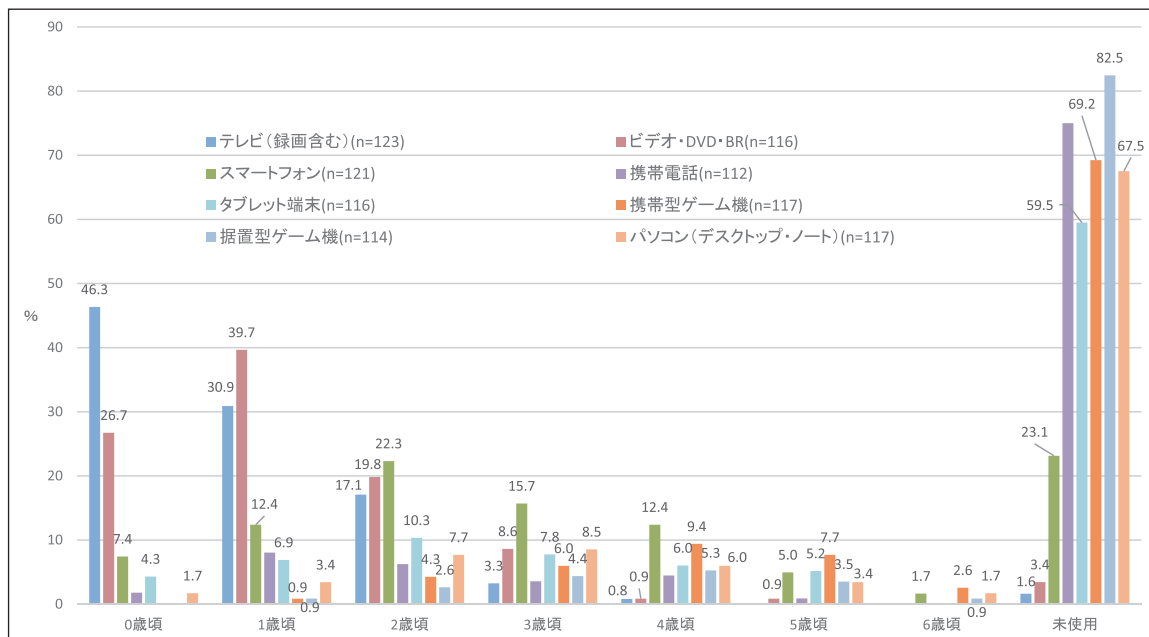


図10 子どものメディア視聴・利用時の設定ルール（複数回答）

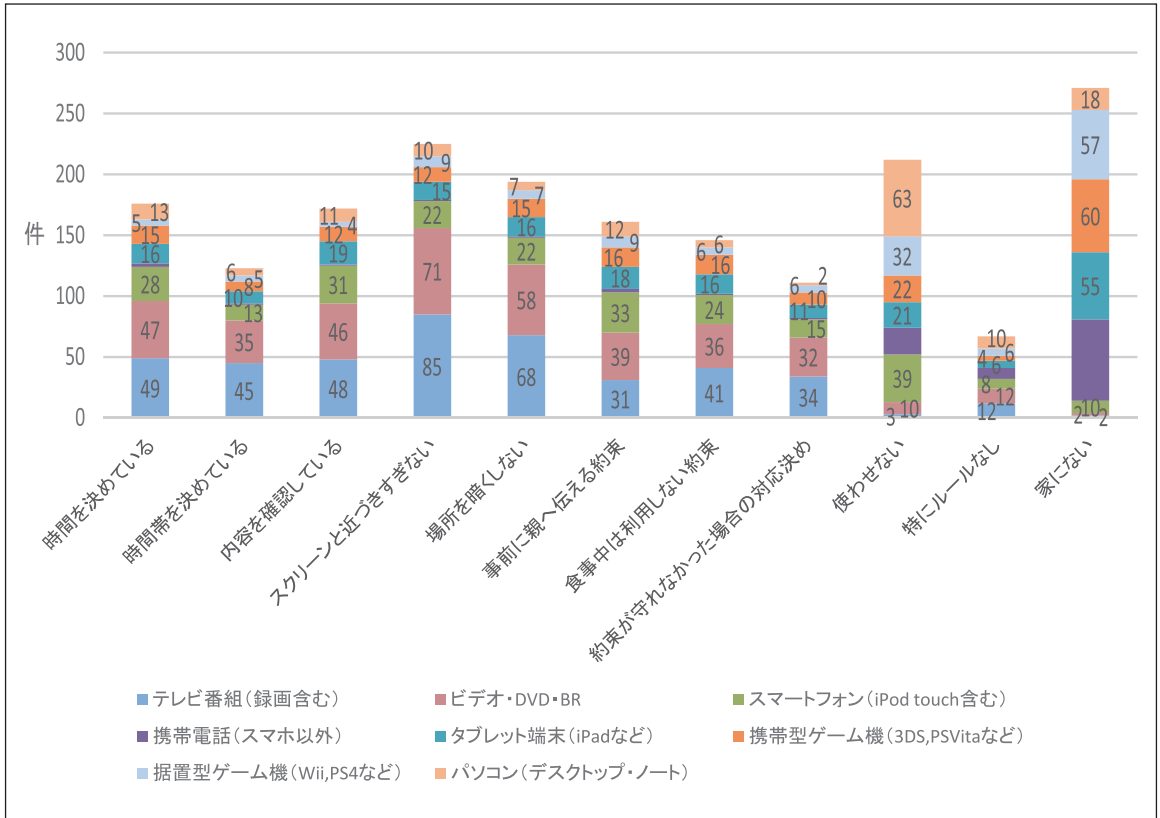
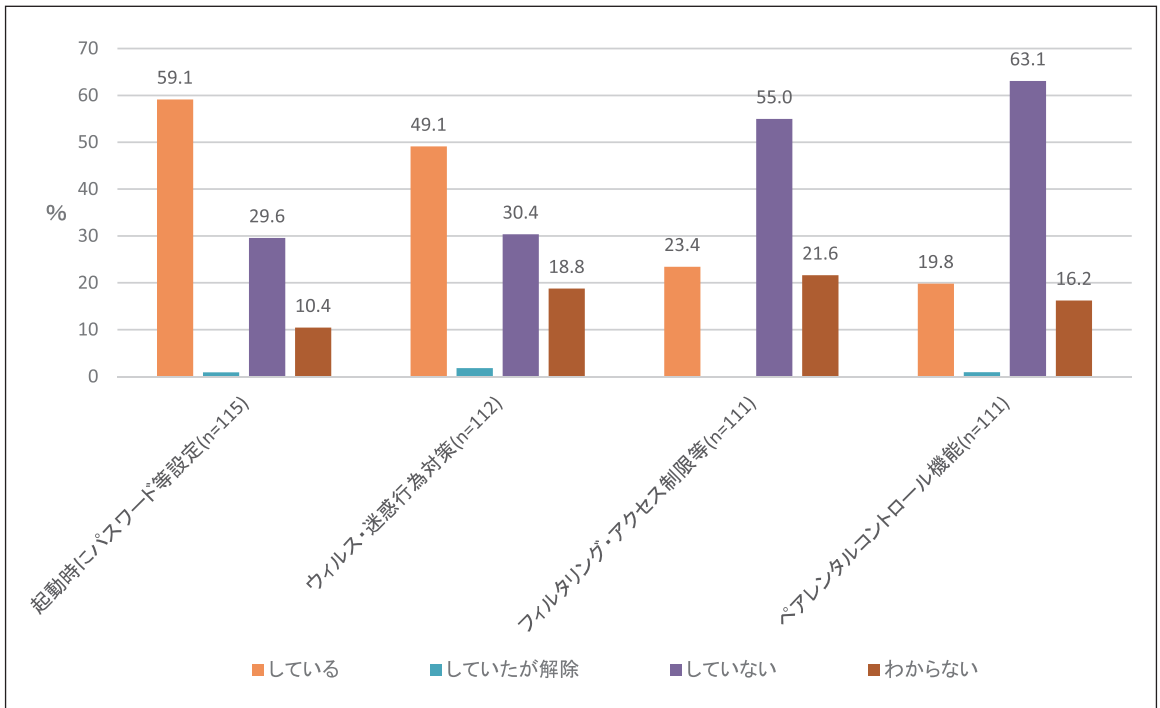


図11 子どもが利用するインターネット接続端末への安全対策実施状況



④ メディア利用時のルール決めに参考にして
いるもの

保護者はメディア利用のルールを決める際に5割超が「配偶者の意見」を、4割超が「自分の経験」を参考に行っている。「ママ友・先輩ママの意見」は2割、「子育て情報サイト」や「育児雑誌」も1割程度にとどまり、医師、保健師、保育士・園長などの意見はそれほど参考にしていない。【図12】

⑤ 子どもにデジタルメディアを利用させること
の不安

スマートフォン (iPod touch 含む)、タブレット端末には8割超が不安を感じている。パソコン、携帯型・据置型ゲーム機も同じ傾向にあり、テレビ番組、ビデオ以外のデジタルメディアを利用させることに対して、不安を感じている保護者は多い。【図13】

図12 子どものメディア使用時のルール決めに参考に行っているもの

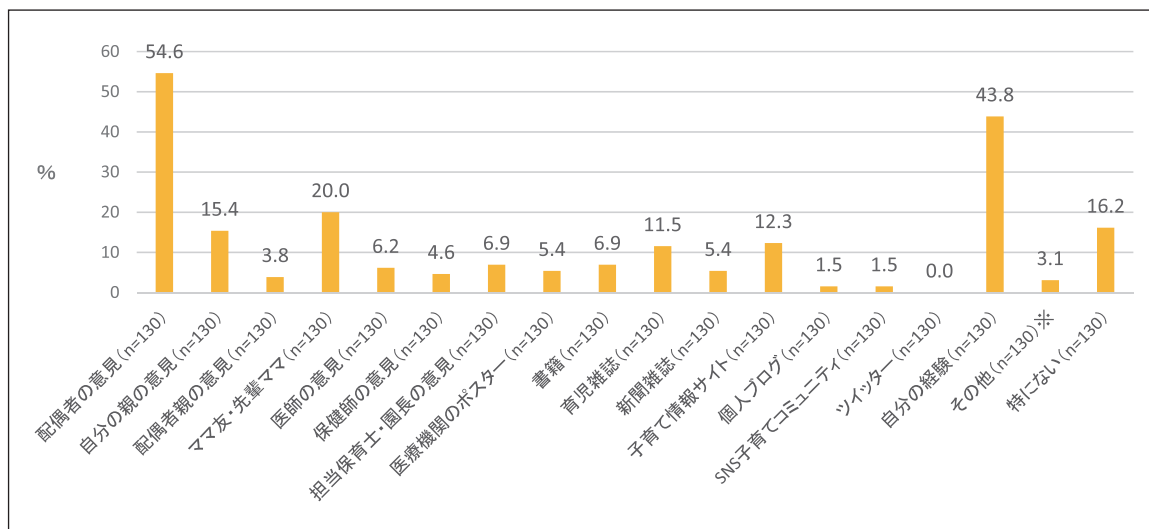
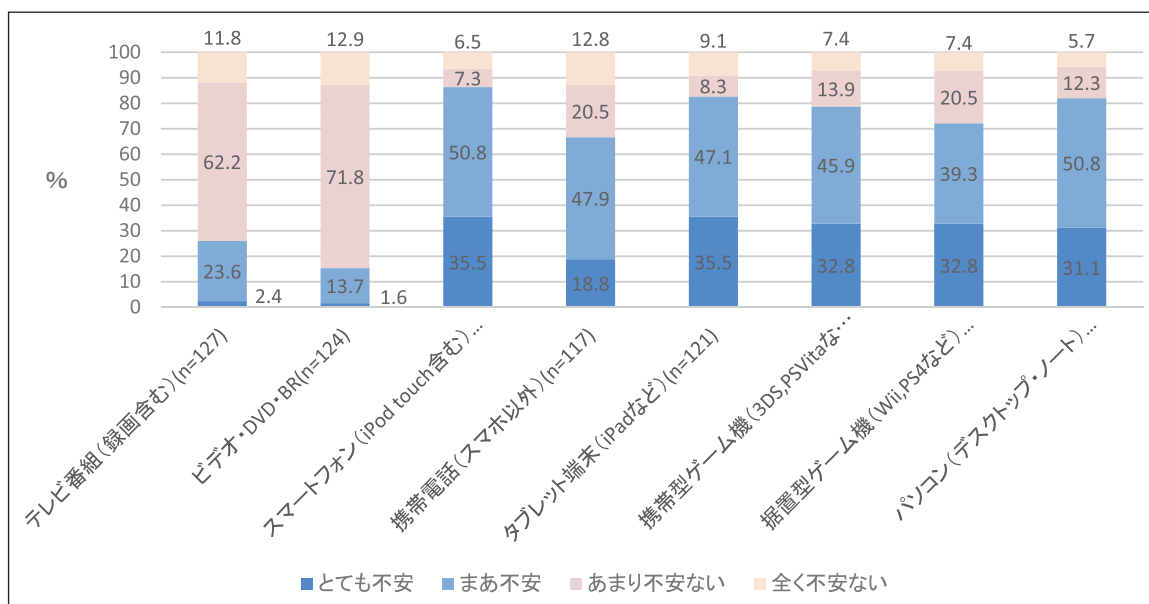


図13 子どものデジタルメディア利用に対する不安の程度



⑥ 子どもへの影響で気になっている要素

保護者が「とても気になる」要素は、「長時間の視聴・利用」と「就寝前の視聴・利用」で5割前後、「ネット依存（将来含む）」が44%と高い。「やや気になる」を加えると「長時間の視聴・利用」と「視力発達への影響」が9割前後、「就寝前の視聴・利用」が85%であった。

【図14】

⑦ 知育系・ゲーム系のアプリやソフトで遊ぶことへの意識

「とてもそう思う」「まあそう思う」を合計すると、両者とも「夢中になる」がもっとも高く約9割、次に「目や健康に悪い」と「歌や踊りを楽しむ」が約8割である。

「知育系」では「知識が豊かになる」と「大きくなったとき依存が心配」、「ゲーム系」では「大きくなったとき依存が心配」、「生活リズムが乱れる」ことへの意識も高い。

(6) 保護者のデジタルメディアとのかかわり・意識

① 保護者の平日のメディア利用時間

平日に母親・父親が利用している割合が多かったメディアは、テレビ、スマートフォン、パソコンの順で、他のメディアと大きな差があった。スマートフォンの利用時間では、母親も父親も1時間半未満がもっとも多く3割前後であった。

② WebサイトやSNSを通じて子育てのために行っていること

もっとも多いのは「情報サイト（企業や団体など）」で「知りたいことを検索して情報収集」で、次に「メッセージ（LINEなど）」で「ママ友と連絡をとるために利用」が多かった。

利用しているWebサイトやSNSではFacebook、LINEが多い。妊活・妊娠・育児中の女性たちのためのコミュニティサイトも使用されている。アプリでは育児記録（授乳量や成長記録）、保育園からのおたよりや献立表を保存できるものなどが利用されている。【図15】

③ 保護者のメディア嗜好性

「あてはまる」「ややあてはまる」を合計すると、約85%が「テレビを観るのが好き」、約73%が「インターネットでの情報取得するのが好き」と答え、約57%が「家にいるときはテレビをつけたまま」であり、約54%が「スマートフォンが世の中になかったら困る」と回答している。

④ 保護者が子どものメディア利用で意識していること

「あてはまる」「ややあてはまる」の合計では、約95%が「自分は子どもの前でマナーに留意して」おり、約78%は「配偶者も子どもの前でマナーに留意している」と答えた。また約67%は「子どもの年齢に適切な内容か話し合っている」。しかし約43%は「あまり・全く」話し合っていない。

図14 デジタルメディア利用で子どもへの影響が気になる要素と割合

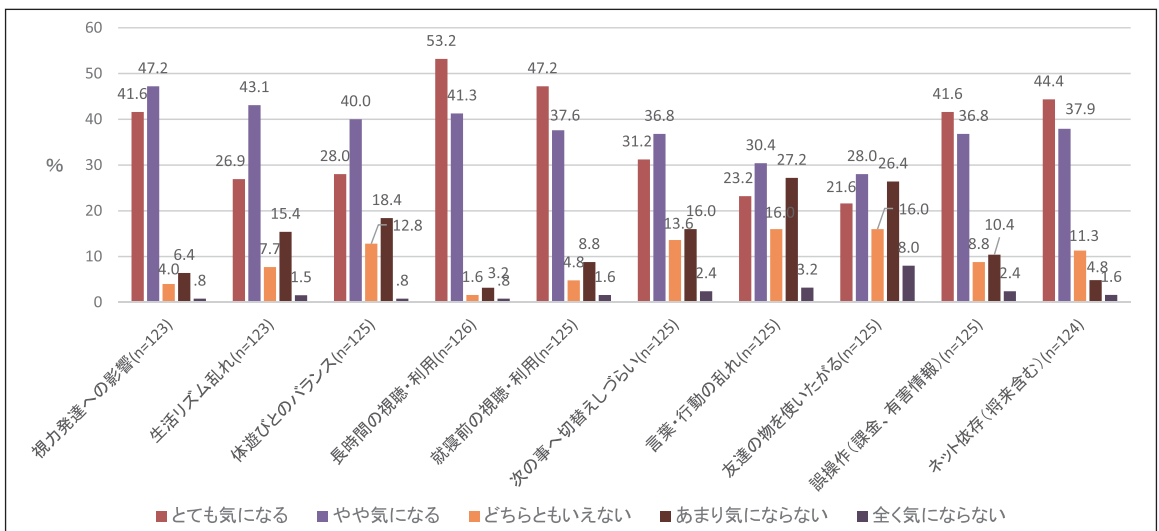
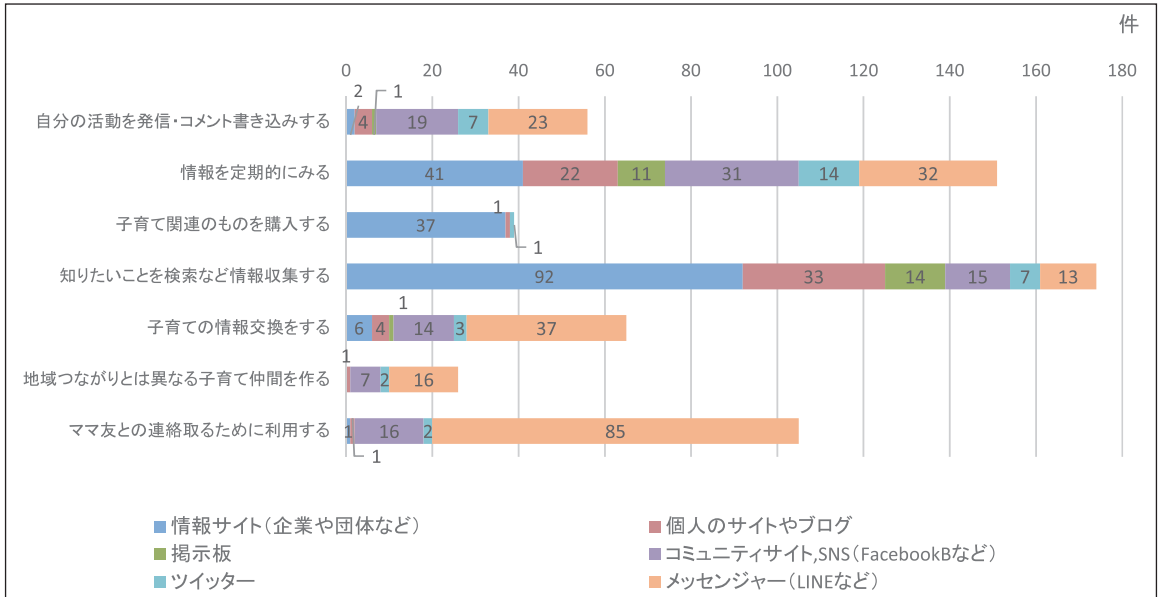


図15 WebサイトやSNSを通じて子育てのためにやっていること（複数回答）



(7) 保護者の日常の子育てについての意識

回答した保護者の約4割が住んでいる地域に「子どもを預けられる人」が「1人もいない」と答えた。「1人はいる」と答えた約2割をあわせると、6割にのぼった。【図16】

子育てについて感じていることで「よくある」「時々ある」を加えると、約8割が「子どもに文句を言われたりだだをこねられたりする」、「自分のための時間確保が難しい」と感じており、約45%が「子どもを預かってくれる人を見つけるのに苦労する」と答えていた。【図17】

図16 地域における子どもを通じた人付き合い状況

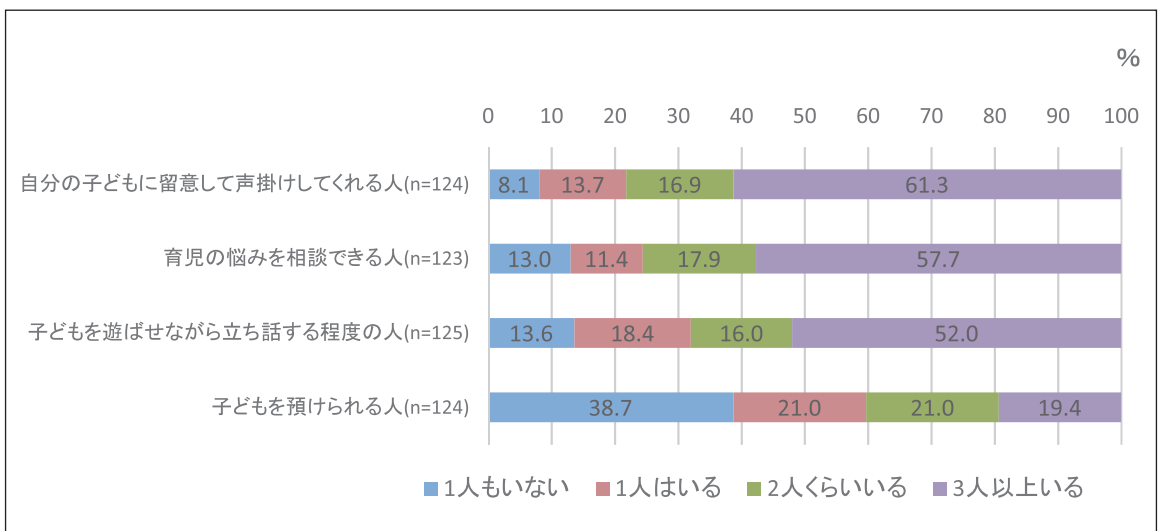
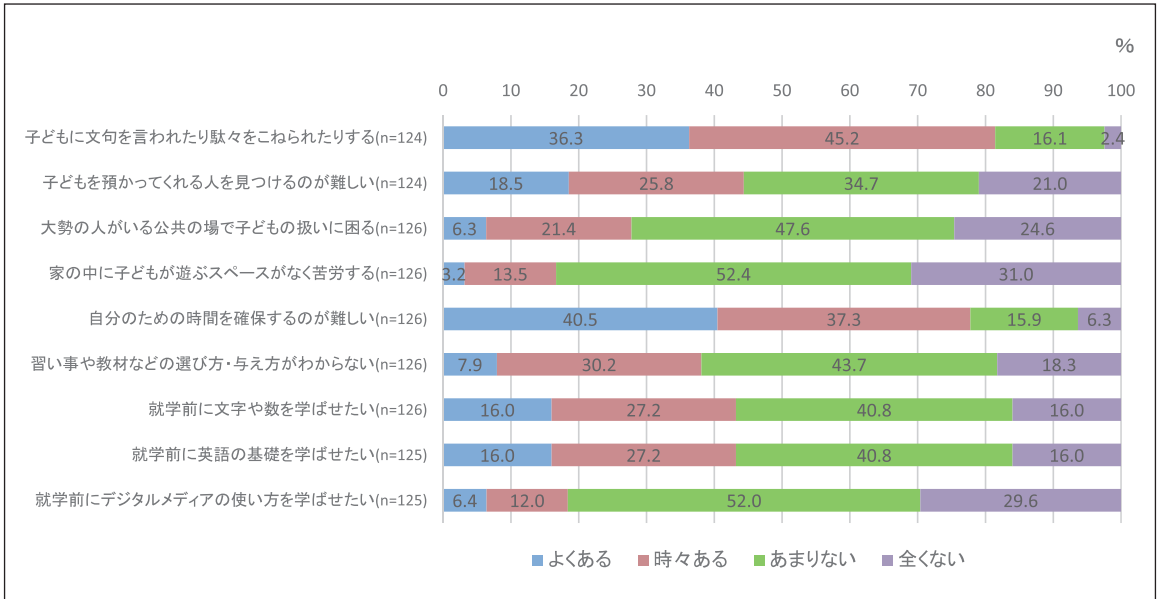


図17 最近子育てについて感じること



5. 結果分析・考察

(1) 平日の父親の帰宅時間が遅い

母親の7割が18時台には帰宅し、父親が帰宅するまでの育児を一手に引き受けている状況がうかがえる。平成27年版少子化社会対策白書のコラムに、夫の帰宅時間が遅いことによる家庭生活の質への影響と課題が示されている。

高見（2014）^{注5)}では「子育てする女性の『イライラ』を高める原因の一つに『(夫の) 気が張りつめている』があり、『気が張りつめている』と妻が感じる割合は、夫の帰宅時間が22時を超えると急激に高まる」。また、松田（2002）^{注5)}では、夫の帰宅時間が21時を超えると、育児参加の度合いが急激に低下するとも指摘されている。夫の帰宅時間が21時、あるいは22時を過ぎるという状況は、小さな子供を育てる家庭の生活の質を損なっている可能性があり、長時間労働もさることながら「(夫の) 帰宅時間」そのものも社会全体で考えていくべき課題といえるだろう（平成27年版少子化社会対策白書、Pp35-36.)。

これらの研究報告に従えば、本調査対象のうち約3割の母親は22時以降にも「イライラ」を高めていることになる。ストレスを解消する間もなく翌朝を迎える日常であることが推測できる。また父親の3割は週6日勤務であり休日が1日しかない。働き盛りの世代ではあるが、少しでも育児ストレスを抑制し、母親・父親ともに余裕のある家庭生活のなかで育児ができるように、就労環境を整える工夫も必要かもしれない（例えば、父親の時短勤務取得を推奨・評価する仕組みの導入など）。

(2) 子どもの入眠時間が遅い、平日は遅寝・早起き、休日は遅寝・遅起きの傾向

近年、小児睡眠医学の臨床研究から、「眠り」は「脳を創り、育て、脳の働きを守る」役割があるとともに、「生命維持機能」と捉えることが重要であることが指摘されている。

乳幼児期の「眠り」に必要な三大要素は、①睡眠持続時間（夜間に頻繁に目を覚ますことなく、起こされずに起きてくるまでの睡眠時間。幼児期は平均10時間必要＝夜間基本睡眠時間）、②睡眠時間帯（19時～朝7時までの間に眠る）、③睡眠リズム（毎日の入眠時間・起床時間、朝食時間に1時間以上のばらつきがない）であるとされる（三池，2016，p15）。

この点からみると、76%の子どもが平日21時以降22時半台に入眠しているのはやはり遅いといえる。仮に7時に起床するなら、遅くとも「21時まで」に入眠し、10時間の持続した睡眠をとることが望ましい（三池, 2014, Pp156-160）のである。

また、夜更かし早起き型生活リズムの慢性化は子どもたちを睡眠欠乏状態に陥らせ、睡眠欠乏蓄積に伴う脳機能の低下は不登校、引きこもり、成人代謝病の基盤となる。さらに、乳幼児期早期における睡眠覚醒リズム（生活リズム）の乱れが発達障害とも大きく関係することも明らかになってきている（三池, 2016, p3）。

(3) 夕方以降はメラトニンの放出を抑制しないように光環境に留意する

生物に備わった仕組みである体内時計により創られる「概日（がいじつ）リズム（サーカディアンリズム）」は、地球の自転時間（23時間56分）を基盤としたもので、ヒトは平均して24時間11分程度のリズムを持っている。この概日リズムは、毎日ほぼ24時間周期で、ホルモン分泌リズム、体温調節リズム、睡眠覚醒リズムを営んでいる。例えば、夕方になると脳の松果体からメラトニンが放出されはじめ、このホルモンの作用により体温（脳温）が低下し「眠りの時間が来た」ことが知らされ、自律神経も交感神経優位から副交感神経優位にシフトして「眠り」がつけられる。朝になるとメラトニンは消えて代わりにコルチゾールなどの活動ホルモン分泌がピークを迎えて体温（脳温）が上昇し始め目が覚めて活動が開始される（三池, 2016, p9）。

私たちは目に強い光が入ってくると「朝だ」と感じ、メラトニンの分泌量が抑制される。

そして近年、坪田（2013）によると、網膜に光を感じるためだけに働く特殊な「第三の視細胞」が存在し、この視細胞は可視光線の中でも「ブルーライト」に特に反応することがわかってきたといい、さらに以下を指摘している。

日本の家屋の照明器具は蛍光灯よりも明るく寿命が長いとされる白色LEDが普及してきている。パソコンやスマートフォンのディスプレイ

プレイも多くは白色LEDが使用されている。そしてこの白色LEDから放たれる光にブルーライトが多く含まれている（坪田, 2013, Pp77-80）。

夕方以降はなるべくメラトニンの放出を抑制しないように室内の光環境に留意する必要がある。

眠りのリズムが崩れると覚醒のリズムも崩れ、生活リズムそのものが崩れる。生活リズムの崩れは生体リズムを崩し、自律神経機能、ホルモン分泌、体温調整、免疫機能、エネルギー代謝に異常をきたし心身のリズムが全て歯車を乱すことになるので、とりわけ乳幼児期の睡眠には最大の注意が必要である。

さらに、新生児期には2～4時間ごとの睡眠覚醒リズム（超日リズム）が支配しており、ほぼ3時間ごとに目をさまし一日の三分の二は眠っていて昼夜の区別がない。生後1か月頃よりメラトニンの日内リズムが、2～3か月には体温調節の日内リズムが現れはじめ、昼夜の区別が少しずつ働きはじめる。これが概日リズムの形成時期と一致し、脳の「視交叉上核」に体内時計の中核がつけられる。

赤ちゃんは実際の生活の中で地球上の社会・生活に適応した睡眠覚醒リズム（生活リズム）を経験し、2歳頃までに「概日リズム」を身につけることで脳の中核時計が統率する「生体リズム」となり、それが人生の生活基盤となっていく。そして生涯にわたって影響する（三池, 2016, p11）。

子どもに生活リズムを教える役目は保護者が担っており、子育ての最初で最重要な役割であることを含め、保護者に対し、新生児期からの睡眠について正しい知識を情報提供することが必要である。

(4) 父親・母親の9割超がスマートフォン使用、タブレット端末も3割超

今日スマートフォンは、乳幼児を育てる家庭に複数台存在する情報メディア機器として、TVの次に多いものになったといえそうである。また、タブレット端末もデスクトップパソコンを抜いて利用されている実態、その他お掃除ロボットやネットに接続するTVも約2割は使用しているこ

とから、今後はAI家電なども普及してくることが予測される。さらに、祖父母世代へのICT化が意外にも進んでいることがうかがえた。

ICTやネットサービス関連の産業界には、これらの情報メディアが「乳幼児の育ち・発達する環境」として、生涯にわたって影響を及ぼすことを自覚し、商品開発ならびに提供していく社会的責任が求められる。

(5) 子どものスマートフォン利用は「子どもが使いたがる時」に親が与えている

テレビ・ビデオの視聴は「親が家事で手を離せない時」が多いが、スマートフォンは「子どもが使いたがる時」に親が与えている傾向にある。このとき子ども一人で遊ばせるのは避けたい。できるだけ保護者や大人と一緒に遊び、対話とともに子どもの「使いたい」や「楽しい」気持ちを共有することが必要である。そのうえで、約束の時間になったらやめて次の行動を起こせるように誘導するなど、子ども自身にメリハリのある使い方が身に着くように促すことが重要である。

また、ベビーカー、車、電車などで移動中（背景が揺れている状態）にスクリーンのコンテンツを見続けることは目にも負荷がかかり視覚発達への影響が懸念されるため、避けるべきである。

(6) 子どもの利用するアプリ・ソフト選びも「子ども主導」が4割

保護者の4割が「子どもが気に入っている」ことを基準にアプリ・ソフトを選んでいる。子どもの興味・関心を尊重することは大事である。ただし要求されるまま与えるのではなく、保護者が実際利用して子どもに適した内容であると判断したものを与えることが大切である。

これまでのテレビの研究からも、乳幼児期にはメディア接触からの発達上のリスクを防ぎ、子どものメディアへの理解やメディアからの学びを促すには、保護者の媒介が非常に重要であることが示されている（向田，2003，p12）。

(7) 子どもの生活時間帯にあわせた利用習慣を身につけるためのルール

今回の調査では多くの保護者がメディアの利用ルールを設定していた。ただ、乳幼児の場合は特に、「生活リズムを崩さずに整えるメディア利用習慣を身につけるための家庭でのルール」という

観点で今一度見直すことを提案したい。

(8) 乳幼児の発達とメディア機器の特徴（画面の大きさや発光特性等）に応じたルール設定

乳児は視機能の発達に伴い視力が成熟に向かっている段階にある。そのためテレビなど距離が離れているスクリーンの内容は近づかないとよく見えない場合もある。むしろ、スマートフォンやタブレット端末の小さな画面を至近距離で長時間見続けてしまうことの方が注意を要すると考えられる。

また、現在普及している白色LEDにはブルーライトが多く含まれているものが多い（坪田，2013，Pp70-71）ため、夜間、特に就寝前の利用は避けるべきである。小児の睡眠や眼科、人間工学などの専門分野からの正しい知識を保護者に伝える必要がある。

(9) 保護者のスマートフォンを利用させる場合にはネット接続安全対策を

安心ネットづくり促進協議会（2016）の調査結果でも、幼児の4割がスマートフォンを利用しており、そのほとんどは親のものを兼用している。そして親の端末のフィルタリング設定、ペアレンタルコントロール機能利用、課金対策、ネット接続制限の実施率は低かった。これでは乳幼児の誤操作、有害情報の視聴、年齢にそぐわないアプリやゲーム等の利用も十分に考えられる。

保護者は、たとえ子どもが幼くても、利用初期からネット接続制限や適切な年齢レーティングなどを設定し、子どもの発達に伴って徐々に制限を解除していくことが望ましい。設定に頼るだけでなく、子どもが視聴するYouTubeなどの動画についても、悪意がないか、子どもにふさわしくない映像などが含まれていないかなど、自分の目で確認し判断する必要もある。

携帯電話やゲーム機などの提供会社、フィルタリングサービス事業者などは、ネット接続安全設定を「わかりやすくする」協力体制の構築、「安全対策をしない」保護者を無くす努力が求められる。

(10) メディア利用時のルールづくりにもそれぞれの専門家からの適切な情報を取り入れる

子どもに最も身近な存在である保護者がメディアを利用する際のルールを決めることは望ましい。

一方で日々進化する技術に関しては「配偶者の意見」や「自分の経験」に頼るのは限界もあるだろう。ルールづくりにはそれぞれの専門家の適切な情報を取り入れる必要もある。

(11) 子どもへの影響に関する気がかりを軽減する情報提供

メディアの子どもへの影響で、保護者の多くは「長時間の視聴・利用」、「視力発達」、「就寝前の視聴・利用」、「誤操作（課金・有害情報）」を気にかけているその一方で、メディアを利用させているのが実態である。これらの気がかりを軽減し安心してメディアを利用できる環境にしていく必要がある。関係する専門分野ならびに事業者には、育児支援の観点からの対応が求められる。

(12) 保護者のネガティブな意識と不安要素への対応に焦点をあてる

保護者は、子どもが知育系やゲーム系のアプリを利用することに対して「歌や踊りを楽しむ」、「知識が豊かになる」などポジティブな意識をもっているのと同時に、ネガティブな意識ももっている。それらは「子どもへの影響」の質問で明らかになった「気になる要素」(図14)と同じ傾向があるため、焦点をあてた対応が必要と考えられる。

(13) スマートフォンは仕事と育児を両立する働き世代の保護者に不可欠な育児支援ツール

スマートフォンは手のひらサイズで持ち運びでき、いつでもどこでも知りたい情報を入手できる最強の育児支援ツールになっている。育児に関する同じ不安や悩みを共有できるコミュニティサイトは会員がお互いに情報交換したり、悩みや喜びを共有したりして、子育てを支え合う大切な場として活用されている。スマートフォン向けの育児支援アプリは今後増えてくることが予測される。

約54%が「スマートフォンが世の中に無かったら困る」と回答していることから、スマートフォンが、仕事と育児を両立しながら頑張る働き世代の保護者には不可欠な育児支援ツールであることが表れている。

(14) メディア利用のマナーやアプリの適性など子どもへの教育的な配慮と意識

保護者の95%が子どもの前では「メディア利用のマナーに留意している」と答えており、意識を

もち配慮している姿がうかがえた。一方で、「子どもの年齢に適した内容かどうか話し合う」家族が67%いるのに対し、「あまり・全く話し合わない」家族も43%おり、二分化傾向がうかがえた。

(15) 働きながら心身に余裕を持った子育てができるように、地域で「共同子育て」できる環境を拡充する

保護者の約4割が「住んでいる地域に子どもを預けられる人が1人もいない」と答えており、「1人はいる」をあわせると約6割にもほなる。また、8割は「子どもに文句を言われたりだだをこねられたりする」、「自分のための時間確保が難しい」と感じており、5割弱が「子どもを預かってくれる人を見つけるのに苦労する」と答えている。ストレスを抱えながらも乳幼児の育児と仕事を両立する忙しい生活をしている実態がうかがえた。

6. 今後の課題

本調査で、相模原市内3地域の乳幼児のメディア接触・利用実態、保護者の意識や行動（利用目的、不安や対応）についての傾向を把握することができたと考える。

特に保護者が、乳幼児にメディアを利用させることの心身発達への影響について不安を感じている一方で、子どもからの要求に従い、あるいは外出先において利用させている実態があった。ここには、周囲への気遣いや、保護者自身の息抜きを確保するためという理由も含まれると推測する。

今後は結果を基に、保護者の不安要素を軽減してできるだけ安心してメディアを利用することができるように、関連する研究分野の知見をリサーチし、分かりやすく情報提供していくことが課題である。また、ICTメディアの事業者においても、育児支援に立脚した安全対策が求められるため、積極的に提言していきたい。

今回、相模原市内における地域差を捉えたかったが全体的にサンプル数が少なく、地域によっても差があったため、統計的に比較検討することができなかった。質問紙は園でお便り帳などに挟み保護者へ渡して頂いたが、回答は任意であり回収率は約45%に留まった。育児と仕事とで時間がない保護者から多くの回答を得るためには、調査対象を増やすことに加えて、質問紙の項目数を絞り込む必要がある。回答に迷う質問や回答欄の見直しも必要である。

今後、調査対象を増やして拡大実施するためには予算の確保等が課題となる。相模原市とも連携を強化し発展させていきたい。

注

- 1) 日本小児保健協会、日本小児科学会、日本小児科医会、日本小児期外科系関連学会協議会の4団体からなる協議会
- 2) 日本小児連絡協議会「子どもとICT ～子どもたちの健やかな成長を願って～」委員会，2014，子どもとICT（スマートフォン・タブレット端末など）の問題についての提言，http://plaza.umin.ac.jp/~jschild/conf/pdf/2015_ict.pdf（2015/05/25閲覧）
- 3) ベネッセ教育総合研究所，2014，第1回乳幼児の親子のメディア活用調査報告書資料編調査見本を参考に作成
- 4) 本調査結果の注意点：①同一の園に在籍している子どもが複数人いる場合は第一子について回答 ②使用している百分比（%）は有効回答数のうち、その設問に該当する回答者を母数として算出し、小数点第2位を四捨五入して表示。四捨五入の結果数値の和が100にならない場合がある。
- 5) 筆者にて参照元の文献著者名へと書き換えた。また、参照元文献名は引用・参考文献に明記した。

謝辞

相模原市内の3園の園長先生、先生方、趣旨をご理解の上ご協力頂きました保護者の皆様に心より御礼申し上げます。

本調査は相模女子大学教育研究費を一部使用して実施しました。

7. 引用・参考文献

- 安心ネットづくり促進協議会，2016，ネット利用の低年齢化対策サブワーキング2015年度報告書，安心ネットづくり促進協議会 調査企画作業部会 ネット利用の低年齢化対策サブワーキング，p13, 14, 18.
- ベネッセ教育総合研究所，2014，第1回乳幼児の親子のメディア活用調査報告書資料編調査見本，(株)ベネッセコーポレーション，Pp93-108.
- 兵庫県立リハビリテーション中央病院子どもの睡眠

- と発達医療センター編，三池輝久・小西行郎・中井昭夫編集主幹，2015，いま、小児医学に必要な実践臨床小児睡眠医学，診断と治療社。
- 松田茂樹，2002，父親の育児参加促進策の方向性，国立社会保障・人口問題研究所編，少子社会の子育て支援，東京大学出版会，Pp313-330.
- 三池輝久，2014，子どもの夜更かし 脳への脅威，集英社新書0735 I，Pp156-160.
- 三池輝久，2016，眠育アドバイザー養成講座テキスト1，アートチャイルドケア(株)，p3, 9, 11, 15
- 向田久美子，2003，第1章メディアと乳幼児，坂元章編，メディアと人間の発達，学文社，P12.
- 内閣府，2015，コラム 夫の帰宅時間が少子化に与える影響（～内閣府経済社会総合研究所の少子化研究より～）平成27年版少子化社会対策白書（概要<HTML形式>），Pp35-36. <http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2015/27webgaiyoh/html/gc-2.html>（2016/6/26閲覧）
- 高見具広，2014，第4章 育児期における女性の負担感と配偶者の関わり —子ども1人の女性を中心に—，有配偶女性の生活環境と就労、出産、子育てに関する分析～、「少子化と夫婦の就労状況・生活環境に関する意識調査」の個票を用いて～，ESRI Discussion Paper No.311，内閣府経済社会総合研究所，Pp110-126. http://www.esri.go.jp/jp/archive/e_dis/e_dis311/e_dis311.html（2016/6/26アクセス）
- 坪田一男，2013，ブルーライト 体内時計への脅威，集英社新書0716 I，集英社，Pp70-71, 77-80.

