

令和7年度 インターネット利用に関するアンケート調査結果

～調査概要～

○実施時期 令和7年6～9月

○対象

- ① 市内小学3年生～中学3年生
(実施主体)子どもとメディア信州、市町村、市町村教育委員会、校長会等
- ② 市内小学6年生及び中学2年生
(実施主体)市教育委員会

○回収数

- ① スマホやPC、ゲーム機等とのよりよい関わりに向けたアンケート
(以下、「子どもとメディア信州データ」という。)

	回収数	児童・生徒数	回収率
小学3年生	190	201	95%
小学4年生	207	234	88%
小学5年生	229	258	89%
小学6年生	188	235	80%
中学1年生	175	249	70%
中学2年生	221	257	86%
中学3年生	157	253	62%

- ② 市内小学6年生、中学2年生を対象とするインターネット利用等に関するアンケート調査
(以下、「市教データ」という。)

	回収数	児童・生徒数	回収率
小学6年生	208	263	79%
中学2年生	209	264	79%

(両データの対象者数はR.7.4.1時点)

＜考察～児童・生徒アンケート結果より～＞

1 自分が自由に使える携帯電話(スマホ・キッズケータイ)の所持率について

- ・自分専用の所持率は、学年と共に増加している。中学1年生では半数が所持し、中学3年生では約7割の生徒が所持している。P1 [1, 2] 参照
- 持ち始めは小学校低学年から始まっており、早い段階でのネットリテラシー教育が必要であり、持たせる側の責任として、保護者への啓発活動も大切である。

2 保護者との約束(ルール)について

P1 [3] 参照

- ・学年と共に、約束を守っているが減少し、守っていない、約束なしが増えている。
ネット使用のブレーキとなる約束の大切さや、保護者との関りの大切さなども、出前講座を通して伝えたい。

3 インターネット上で知り合った人がいますかについて

P2 [4, 5] 参照

- ・小6は26%、中2は31%が知り合った人がいると答え、その中で実際に会ったことがあるのは各々10%、9%となり、会ってはないが会ってもよいとの回答が5%、23%となっている。昨今の青少年に関わる事件では、インターネットを利用した出会いによるものが多く、犯罪に巻き込まれないためにも、絶対に会いに行かないことを指導する。

4 インターネット上でトラブルが発生した場合、誰に相談しますかについて

P3 [6, 7] 参照

- ・各学年に6～11%の割合で誰にも相談しない児童、生徒がいます。ネット上では緊急性が大切な場面があるので、気軽に相談する大切さを教える。

5 使用時間について(学習以外)

P4 [9] 参照

- ・平日の使用時間は小学生から中学生と学年が高くなると共に、長時間使用となっている。
- ・休日の使用時間も同様に、小学生から中学生と学年が高くなると共に、長時間使用となっている。

6 平日の夜、ゲームや動画、SNS、などを、何時ごろまでやっていることが多いかについて

P4 [10] 参照

- ・中学生において、午後10時以降の使用がみられる。覚醒を抑え、良い睡眠が得るためにには、午後8時までに使用を止めて、午後9時に寝床に入ることを推奨します。

7 スマホ・タブレット・ゲーム機などを使うようになって健康面や生活面で心配なことは

P7 [17, 18] 参照

- ・睡眠、学力、そして近視等目について、学年を追うごとに心配が増している。
長時間使用などにより、影響を自覚していると思われる。
- ・脳への影響について心配が見られる。オンラインゲーム等の過激なゲームのやり過ぎにより、ますます刺激を求めて長時間使用になることへの危惧を感じる。

8 あなたは、スマホ、ゲーム、インターネットに、どのくらい夢中になっていますかについて

P8 [20] 参照

- ・やめられない、やめにくいと約40%となり、5 の「長時間使用」の考察も併せてネット依存症の疑いが見受けられる。

9 ペアレンタルコントロールをされているか(親が時間制限、アプリ制限などをしている)

P8 [23] 参照

- ・お家の人と相談して制限している相談制限が、学年と共に低下している。
- ・「ペアレンタルコントロールしていない」割合が学年と共に上昇し、中学2年生では5割強となっている。

10 依存について

- ・自分は依存傾向があると思いますかの問い合わせに小6で12%、中2で17%があると思うと答えており
分からぬの小6で45%中2で48%と含めると半数以上が何らかの依存傾向があると思われる。

世界保健機関(WHO)は、ゲームのやり過ぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」を国際疾病として正式に認定し、2022年1月より発効しました。

以下の状態が12か月以上続いた場合はゲーム障害と診断される可能性がある。

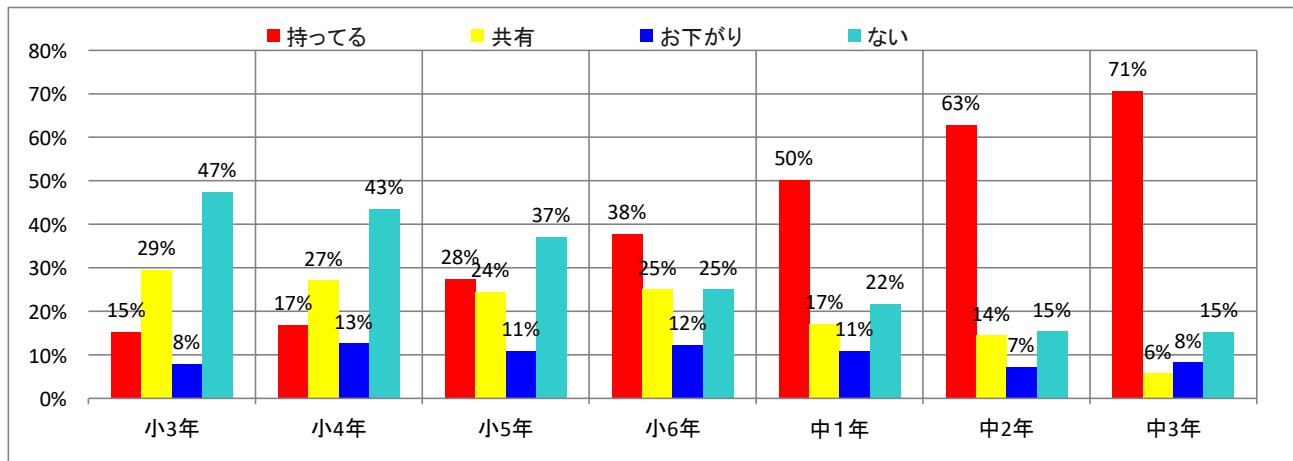
- ① ゲームの時間や頻度をコントロールできない
- ② 日常生活の中で他の活動を差し置いてゲームを最優先する
- ③ 生活に支障が出ているのにゲームを続ける

【児童・生徒】

[1]あなたは自分が使えるスマホを持っていますか

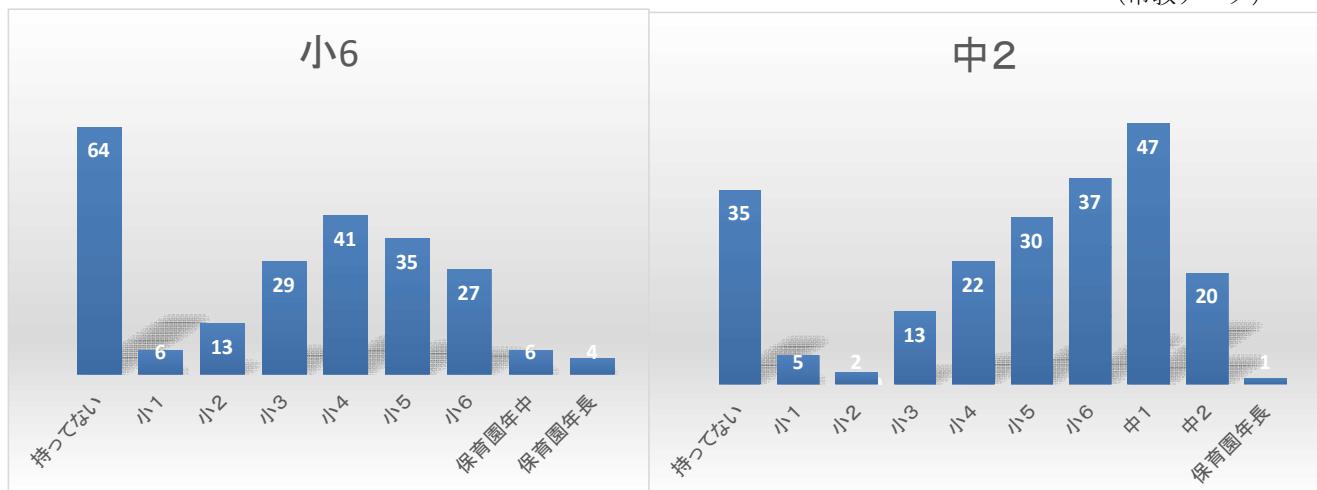
2025

(子どもとメディア信州データ)



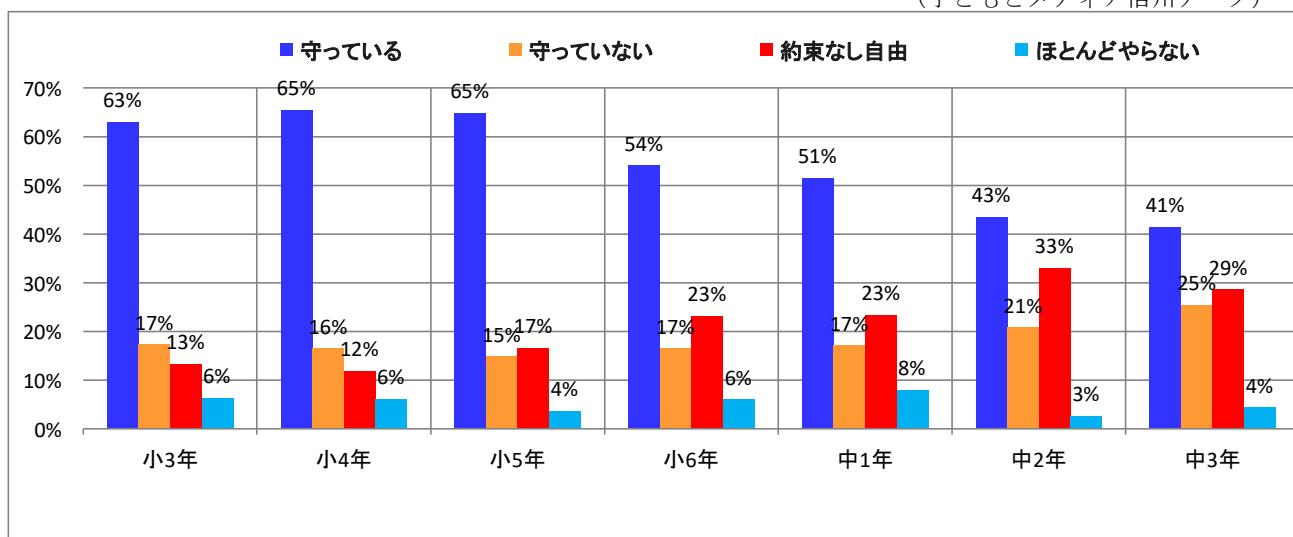
[2]自分が使える携帯電話(スマホ・キッズケータイ含む)をいつ頃から持っていましたか

(市教データ)



[3]スマホやタブレット、ゲーム機を使うときのお家の人との約束はありますか

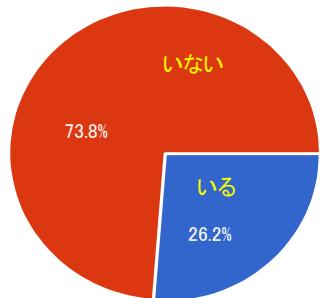
(子どもとメディア信州データ)



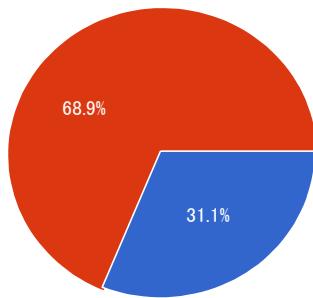
[4]あなたにはインターネット上で知り合った人がいますか

(市教データ)

小6



中2



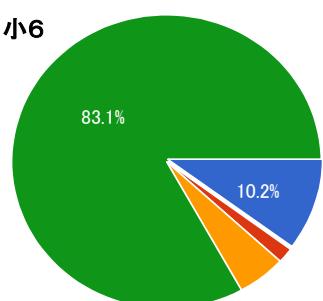
● いない
● いる

いない

[5]知り合った人と、どうなりましたか

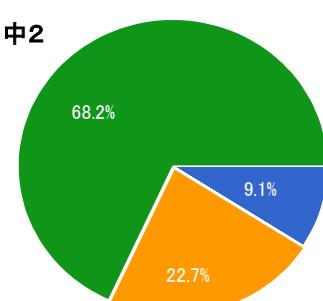
(市教データ)

小6



- 実際に会ったが問題なかった
- 実際に会ってトラブルになった
- 会ってないが、会ってもよいと思う
- 会うつもりはない

中2

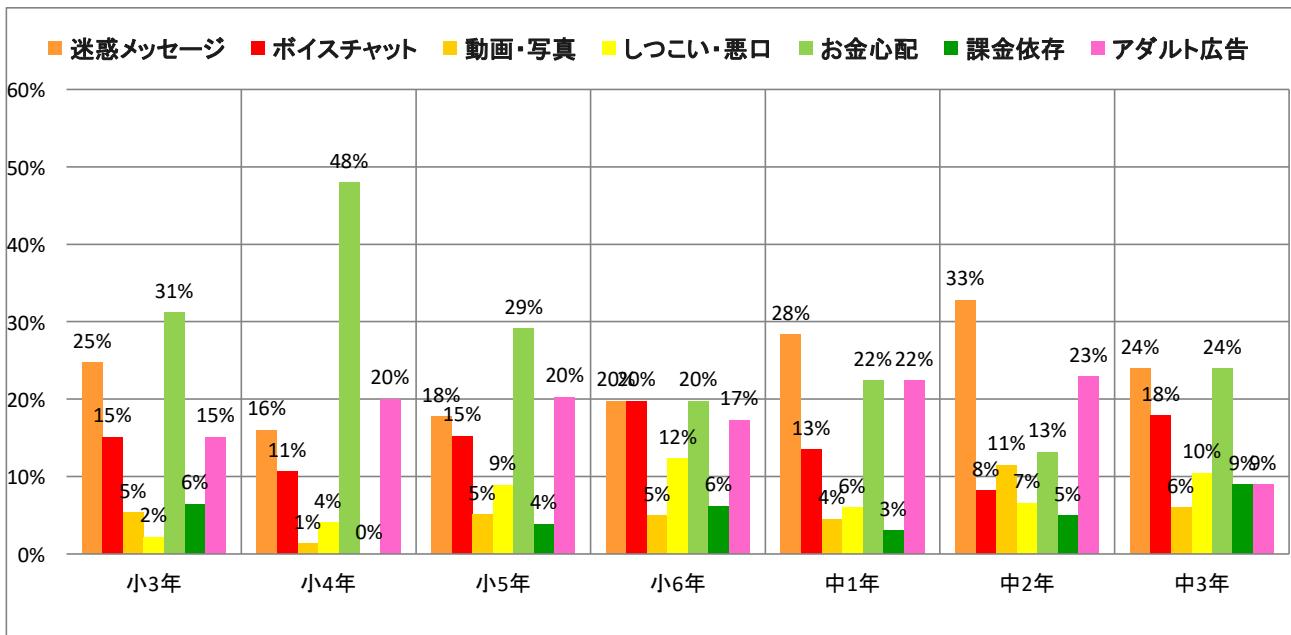


- 実際に会ったが問題なかった
- 実際に会ってトラブルになった
- 会ってないが、会ってもよい
- 会うつもりはない

[6]インターネットを利用していて、トラブルになった、または不快な思いをしたことはありますか

※複数回答可

(子どもとメディア信州データ)

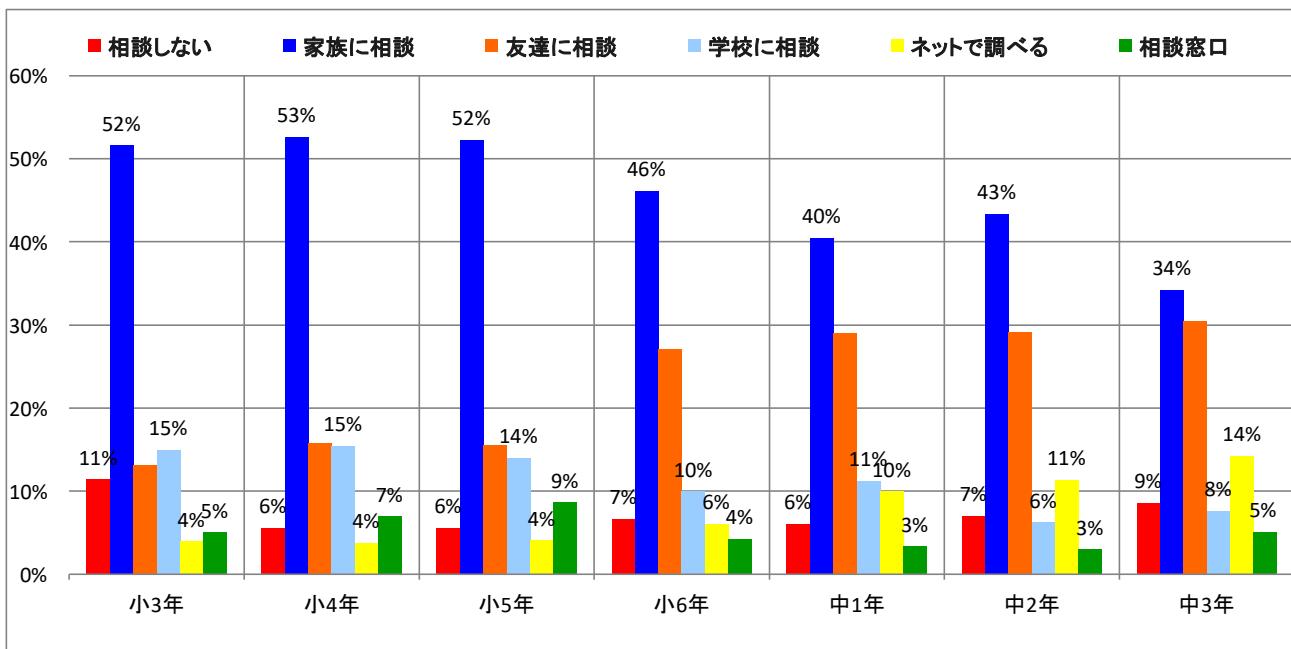


- ① 勉強中や寝ているときラインや ショートメールなど迷惑メッセージが来て困った
- ② オンラインゲームのボイスチャットで嫌な思いをした。(けんかや脅しなど)
- ③ 個人情報、動画、写真を無断でアップされて嫌な思いをした
- ④ SNSやメールで嫌な思いをした(しつこい、悪口、いじめられた)
- ⑤ ネットやゲームをしていて、お金がかかるのか心配になった
- ⑥ 課金でおこづかいが減ってしまうことがある、課金がなかなかやめられない
- ⑦ アダルトの広告やあやしい広告などが出てきていやな思いをした

[7]インターネット上でトラブルが発生した場合、誰に相談しますか

※複数回答可

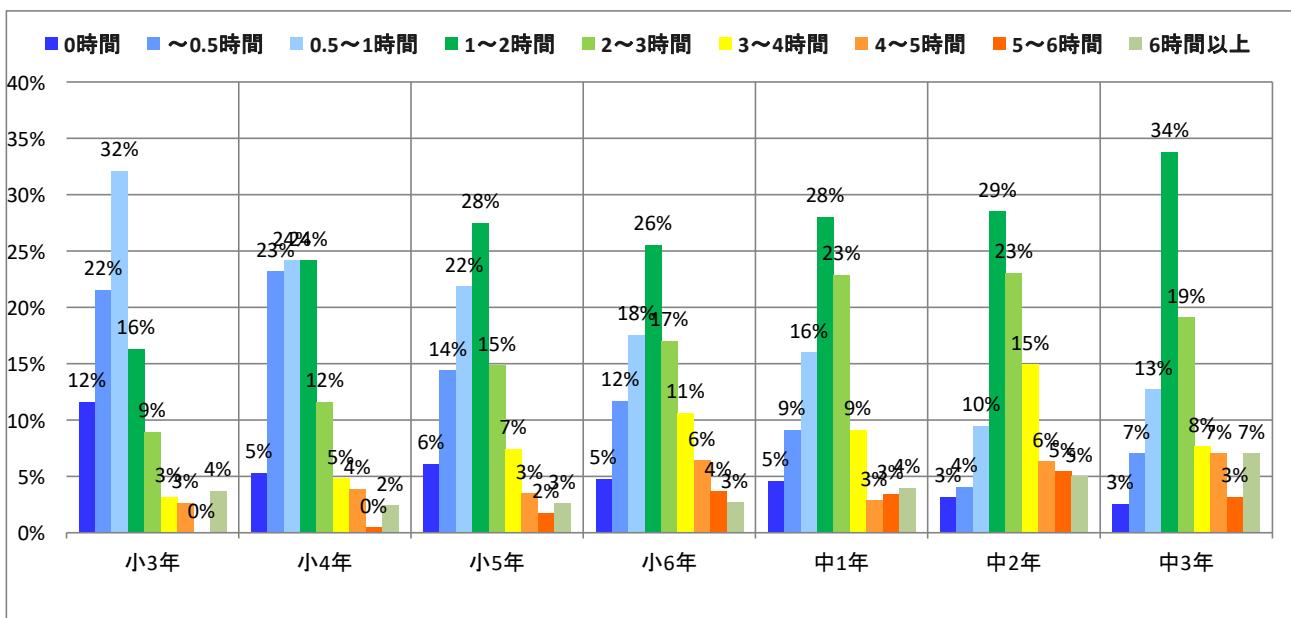
(子どもとメディア信州データ)



[8] 平日、平均でどれぐらいの時間、「パソコン・スマホ・タブレット・ゲーム機など」を使っていますか

<SNSやゲーム、動画を見るなどの学習以外で使う時間>

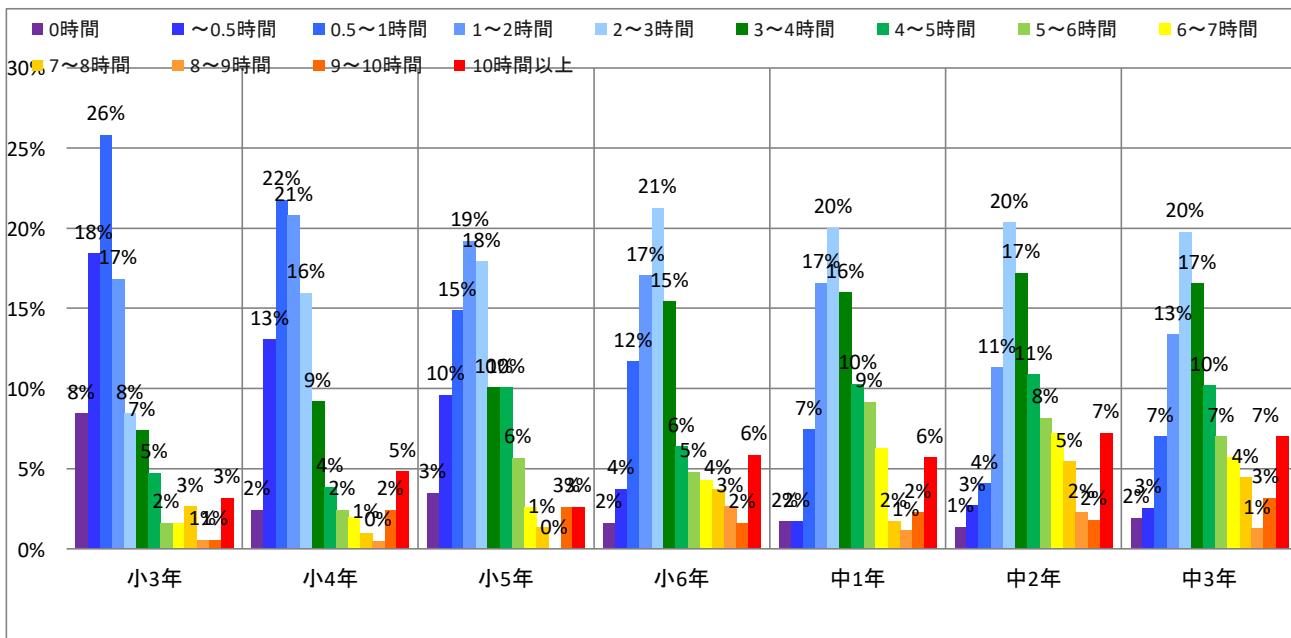
(子どもとメディア信州データ)



[9] 休日、平均でどれぐらいの時間、「パソコン・スマホ・タブレット・ゲーム機など」を使っていますか

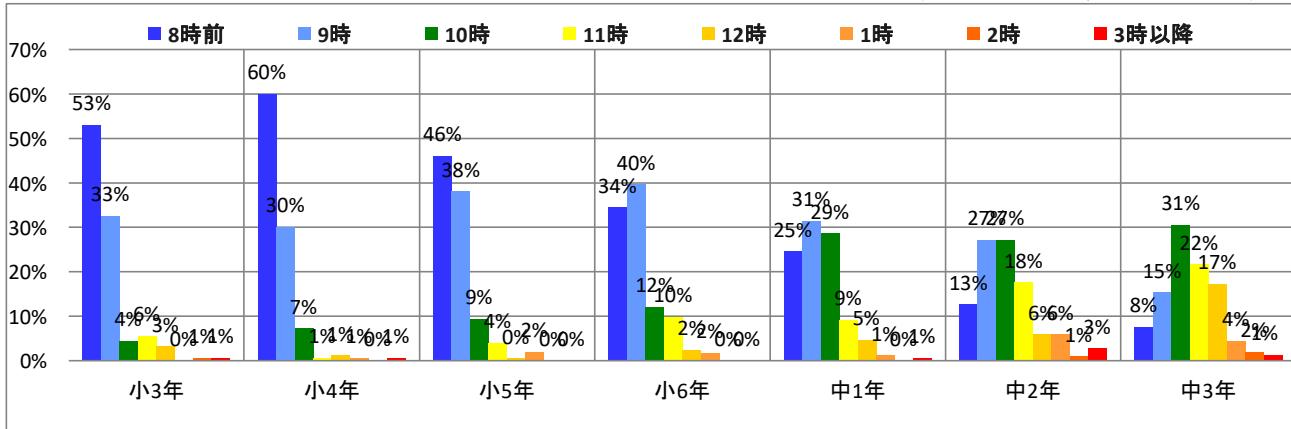
<SNSやゲーム、動画を見るなどの学習以外で使う時間>

(子どもとメディア信州データ)



[10] 平日の夜、ゲームや動画、SNS、などを、何時ごろまでやっていることが多いですか

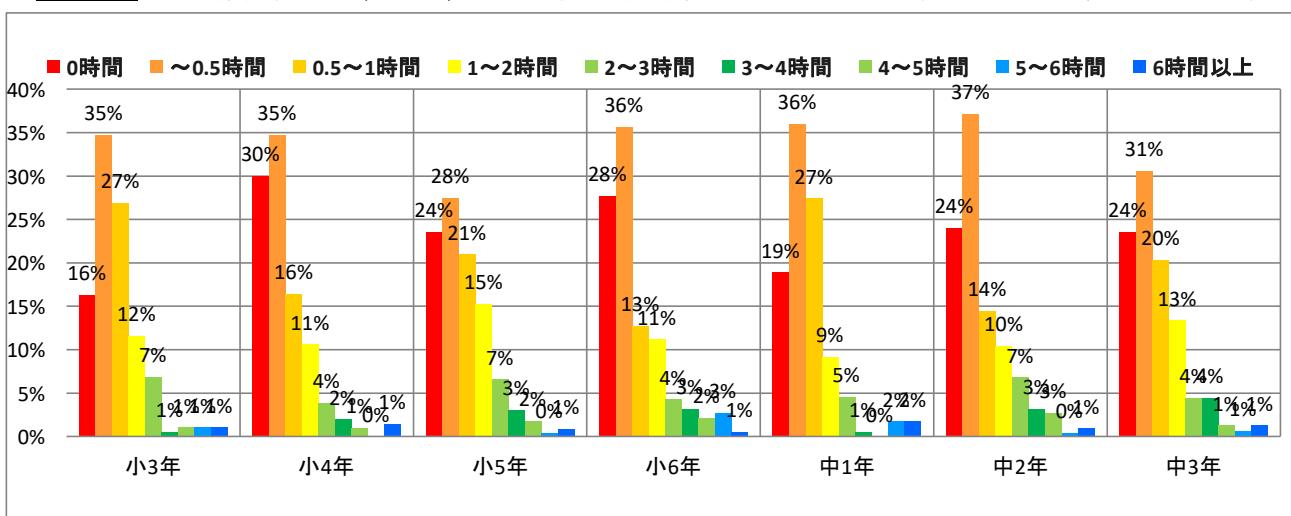
(子どもとメディア信州データ)



[11] 平日、平均でどれぐらいの時間、「パソコン・スマホ・タブレットなど」を使っていますか

<家庭学習でICT機器(パソコン、スマホ、タブレット)を使う時間>

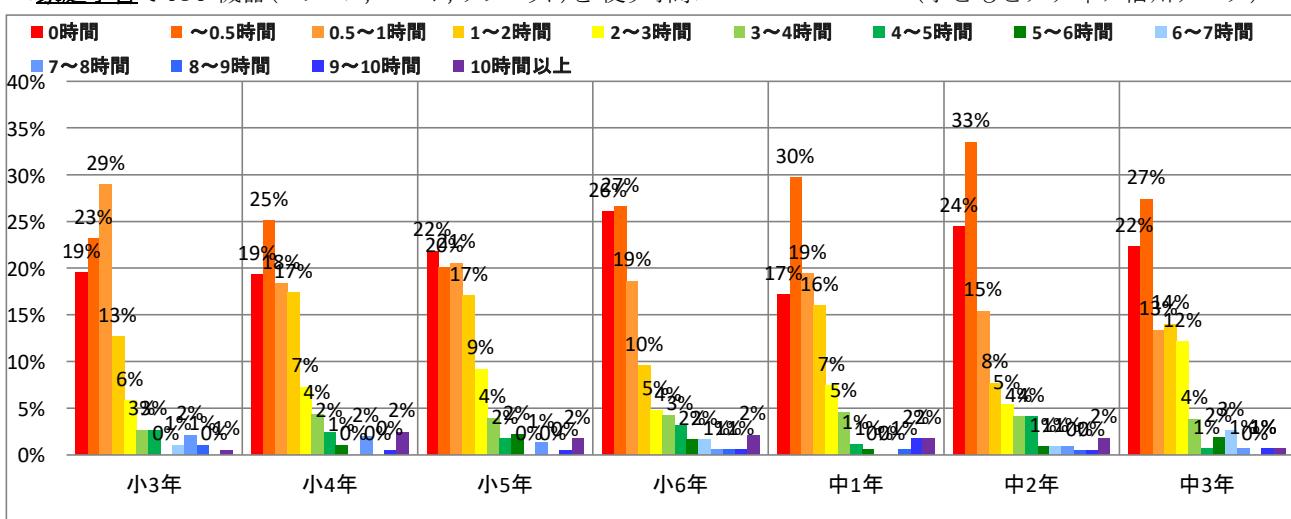
(子どもとメディア信州データ)



[12] 休日、平均でどれぐらいの時間、「パソコン・スマホ・タブレットなど」を使っていますか

<家庭学習でICT機器(パソコン、スマホ、タブレット)を使う時間>

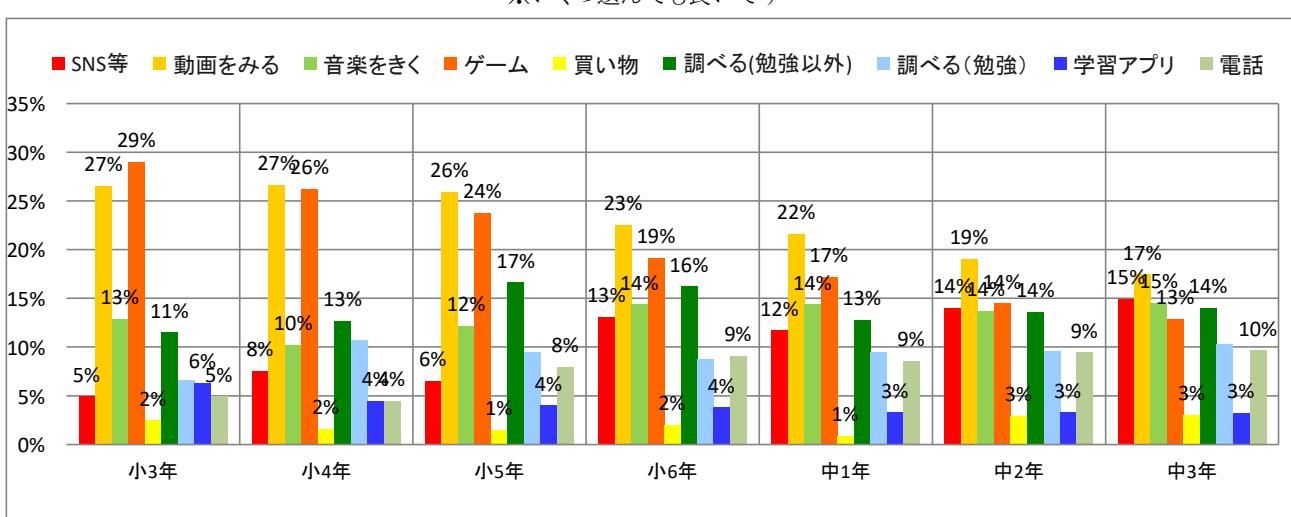
(子どもとメディア信州データ)



[13] スマホやパソコン、タブレットでよく使うのは何ですか

(子どもとメディア信州データ)

※いくつ選んでも良いです



① SNS[ライン・ツイッター・インスタグラム・フェイスブック等]

② 動画を見る[ユーチューブ・ティックトック・ニコニコ等]

③ 音楽を聞く

④ ゲーム

⑤ 買い物・オークション・フリマなど調べる

⑥ 勉強以外の調べ事

⑦ 勉強での調べ事・問題をとく

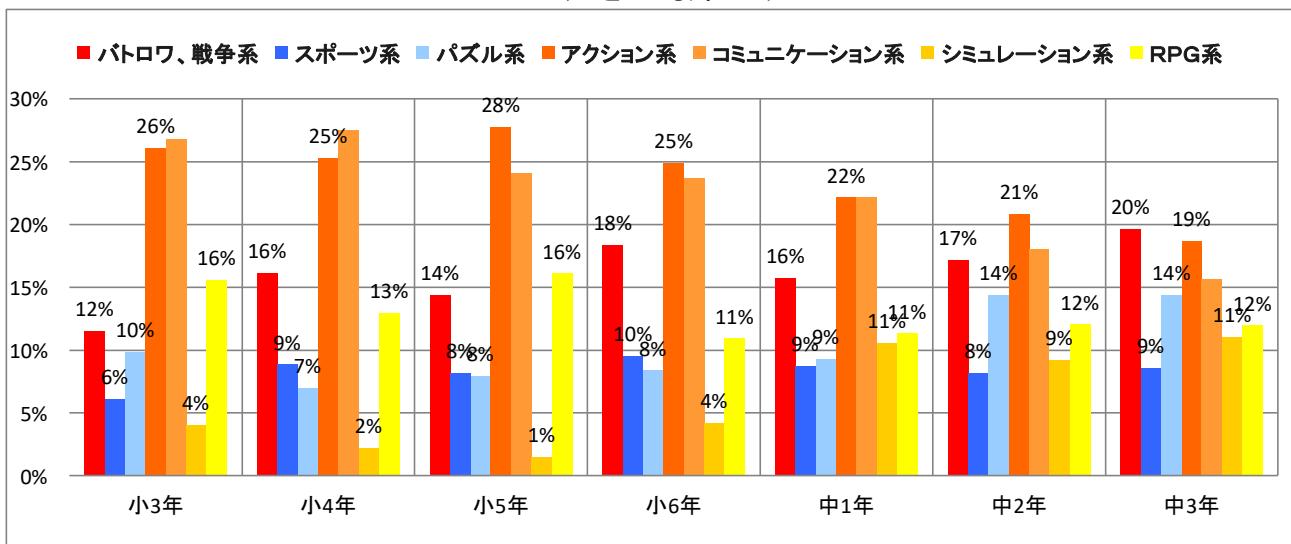
⑧ 学習アプリ

⑨ 電話・SNSの音声会話

[14]オンラインゲームについて、よくやっているものは何ですか

(子どもとメディア信州データ)

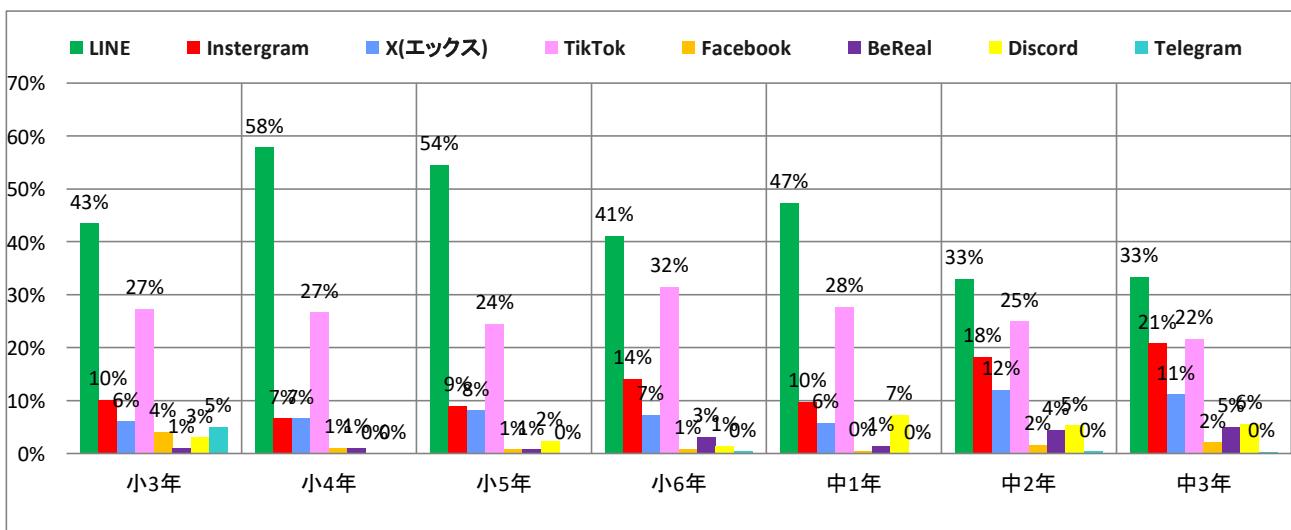
※いくつ選んでも良いです



[15]SNSでよく使うものは何ですか

(子どもとメディア信州データ)

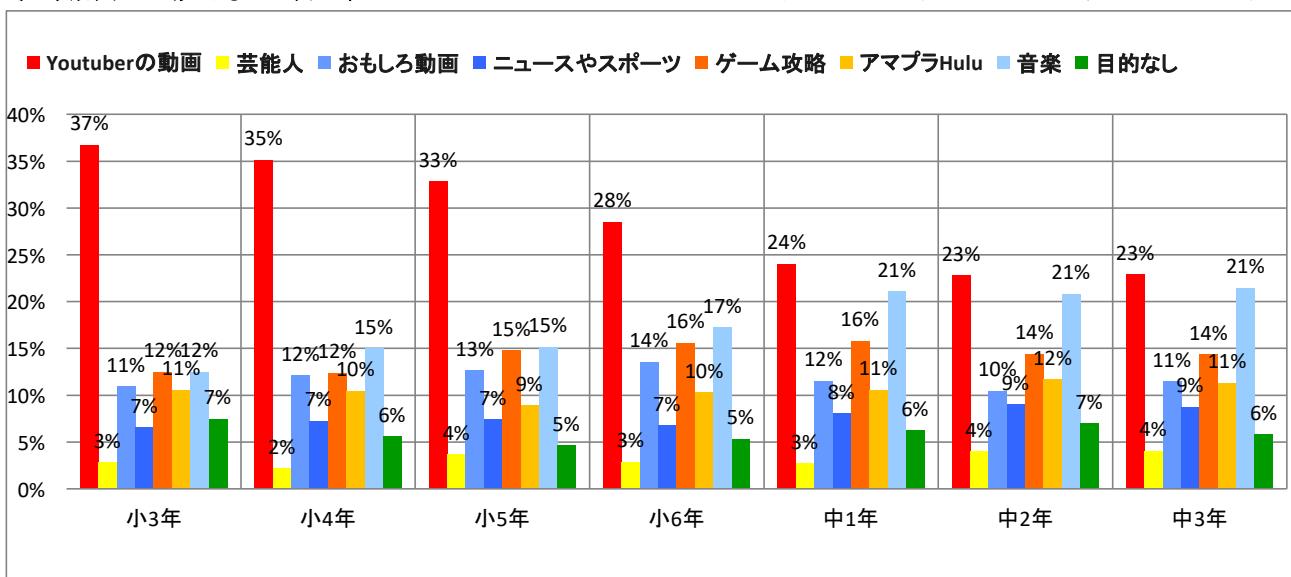
※いくつ選んでも良いです



[16]動画でよく見るものは何ですか

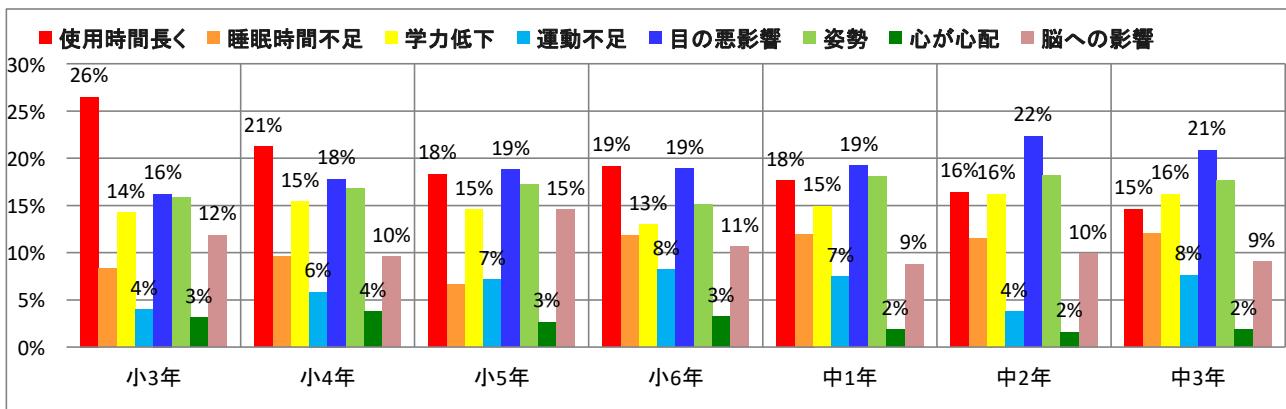
※いくつ選んでも良いです

(子どもとメディア信州データ)



[17]スマホ、タブレット、ゲーム機等を使うようになって健康面や生活面で心配なことは

※いくつ選んでも良いです (子どもとメディア信州データ)

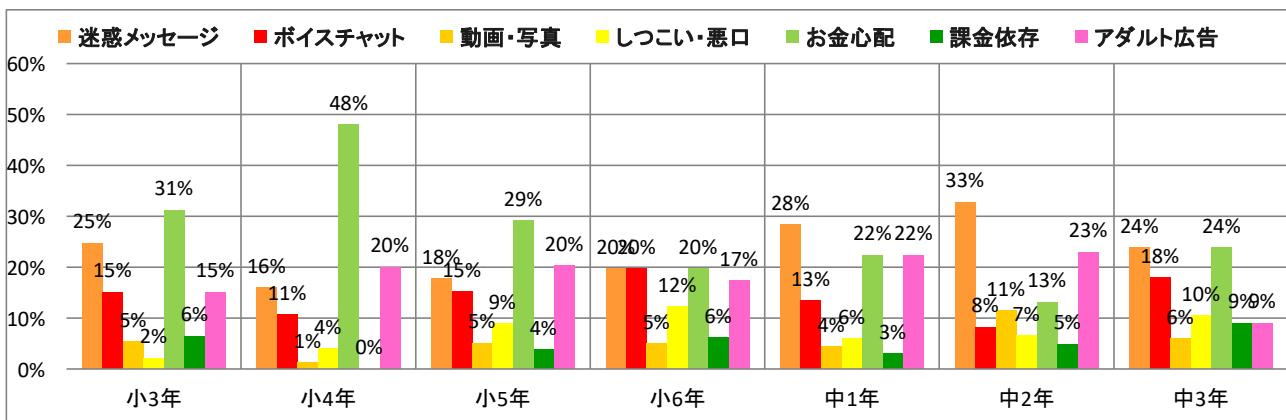


- ① 前と比べて使う時間がだんだん長くなってきた
- ③ 学力が下がるのではないかと心配
- ⑤ 目への悪影響が心配(ブルーライト、近視)
- ⑦ 過激なゲームをやり自分の心が心配になる

- ② 眠眠時間が不足していると感じる、眠い
- ④ 運動不足になっている
- ⑥ 姿勢が悪くなる猫背になる
- ⑧ 脳への影響が心配になる

[18]スマホ・タブレット・ゲーム機を使うようになって[18]以外で困った(心配な)ことはありましたか

※いくつ選んでも良いです (子どもとメディア信州データ)

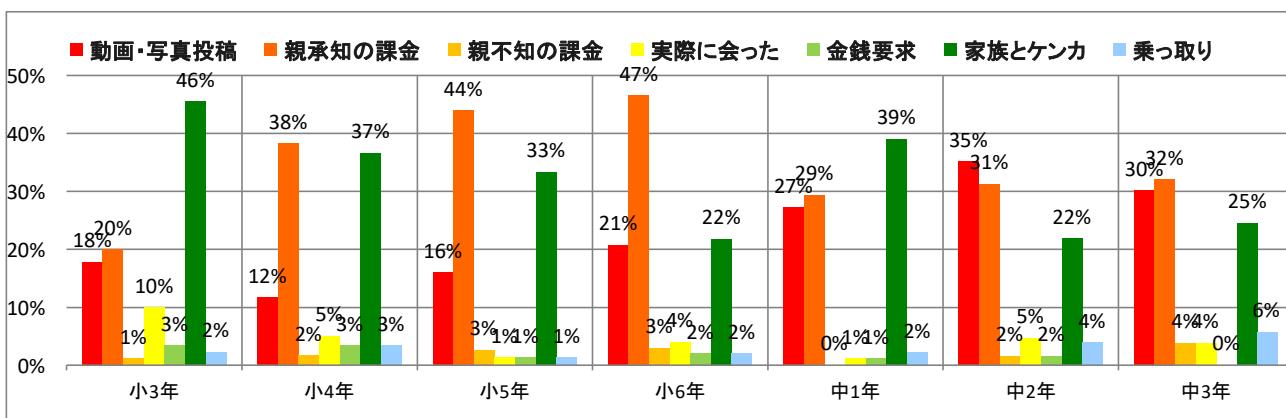


- ① 勉強中や寝るとき、ラインやメールがきて困った
- ③ 動画や写真をアップされていやな思いをした
- ⑤ ネットやゲームをしていて、お金がかかるのか心配
- ⑦ アダルトの広告やあやしい広告などが出てくる

- ② オンラインゲームのボイスチャットで嫌な思いをした
- ④ SNSで知らない人に話しかけられた(しつこい)
- ⑥ 課金がなかなかやめられない、おこづかいが減る

[19]スマホ・タブレット・ゲーム機を使うようになって、次のようなことはありましたか？(使っていいいる人が回答)

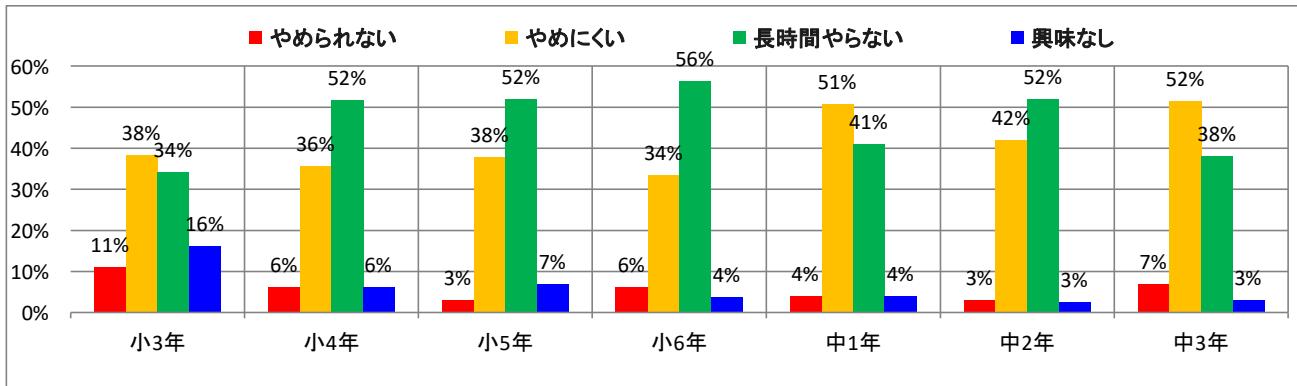
※いくつ選んでも良いです (子どもとメディア信州データ)



- ① 動画や写真を投稿するようになった
- ③ 課金をしているが、お家の人はそのことを知らない
- ⑤ アクセスしただけなのにお金を払いように言われた
- ⑦ 自分のSNSやゲームのアカウントを乗っ取られた

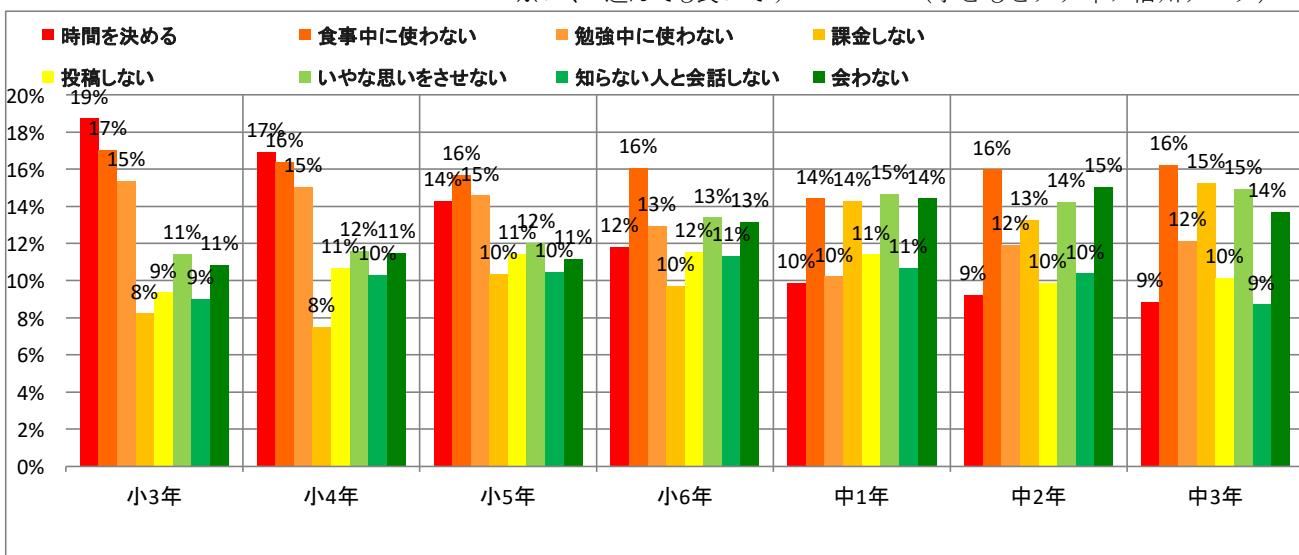
- ② 課金をしているが、お家の人はそのことを知っている
- ④ 最近1年間でネットで知合った人と実際に会った
- ⑥ 使い方について家族とけんかになることがある

[20]あなたは、スマホ、ゲーム、インターネット(どれでもよい)に、どのくらい夢中になっていますか?
※1つだけ選びます (子どもとメディア信州データ)



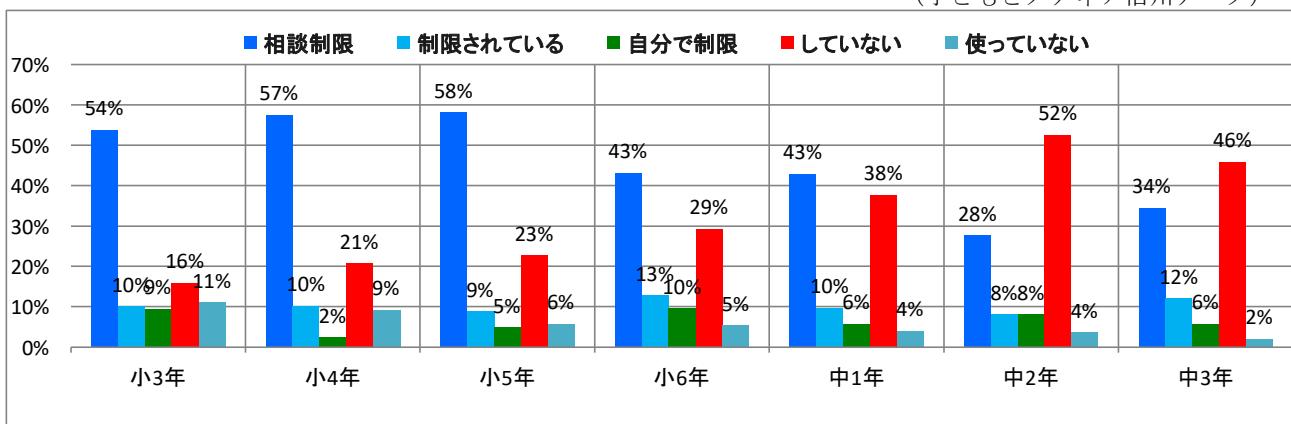
- ① 夢中になりすぎている やめられない 注意されるとイライラする
- ② ①ほどではないが、やりはじめるとなかなかやめにくい。
- ③ やることはあるが、長時間はやらない、夢中にはなっていない
- ④ ほとんどやらない 興味がない

[22]スマホやタブレット、ゲーム機を使うとき、心がけていることやきめていることはありますか?
※いくつ選んでも良いです (子どもとメディア信州データ)



- ① 使いすぎないように何時間まで、何時までといった時間をきめている
- ② 食事中に使わない
- ③ 勉強中に使わない
- ④ 課金をしない
- ⑤ 写真や動画をアップ(投稿)しない
- ⑥ 他の人がいやな思いをすることはしない
- ⑦ ネット上で知らない人と会話しない
- ⑧ ネットで知り合った人に会わない

[23]ペアレンタルコントロールをされているか(親が時間制限、アプリ制限などをしている)
(子どもとメディア信州データ)

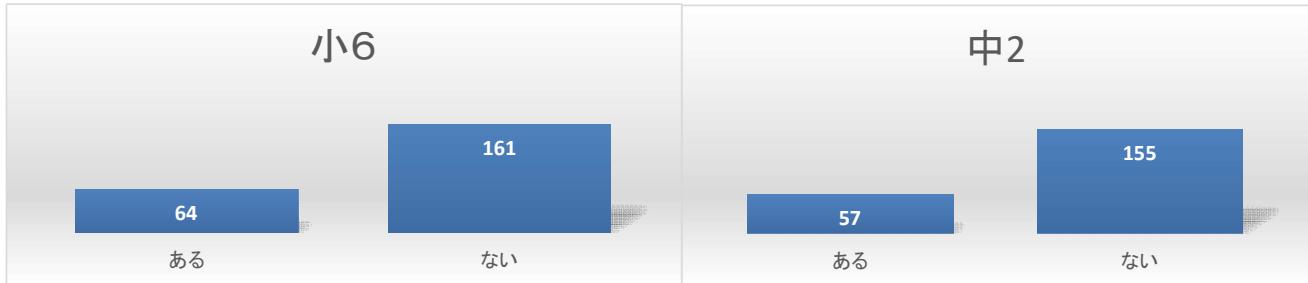


相談制限 : お家の人と相談して制限している
制限されている : 特に相談なくお家の人に制限されている
自分で制限 : お家の人に頼らず自分で制限をかけている

【他のメディア使用状況】

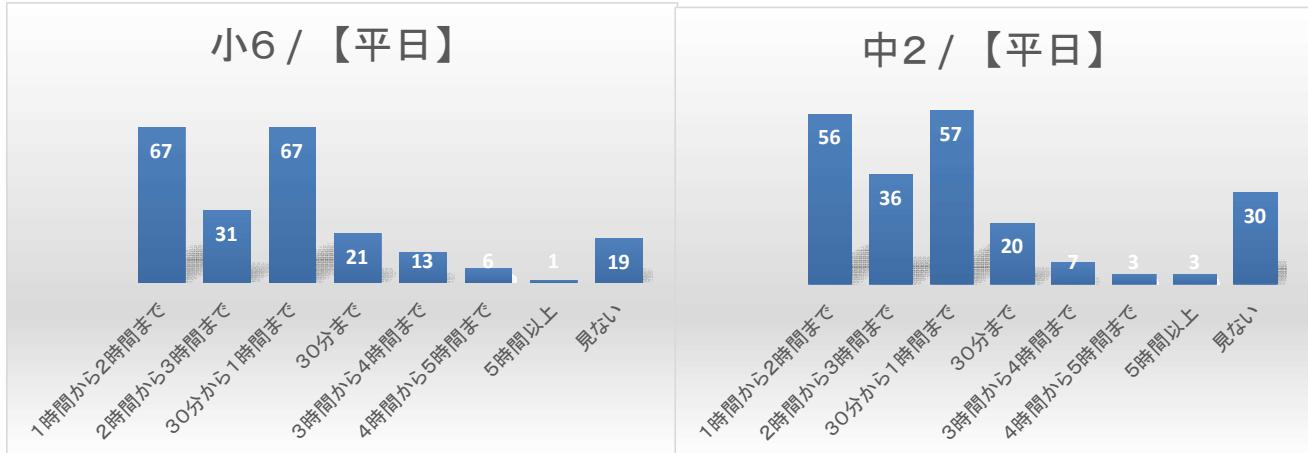
(市教データ)

[1]自分の部屋にテレビがありますか



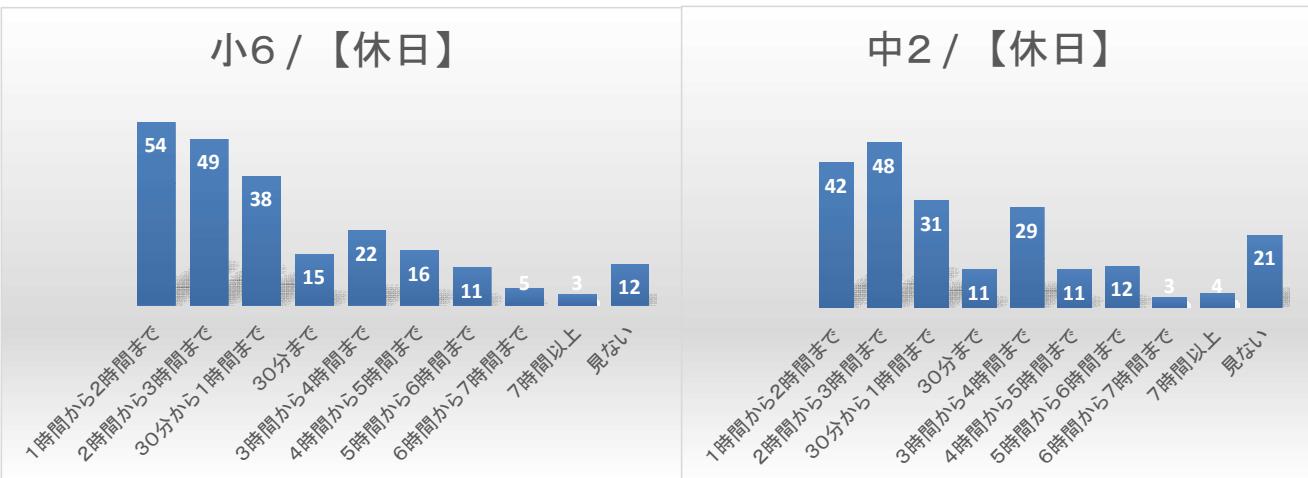
[2]平日、平均でどのくらいテレビを見ますか

(市教データ)



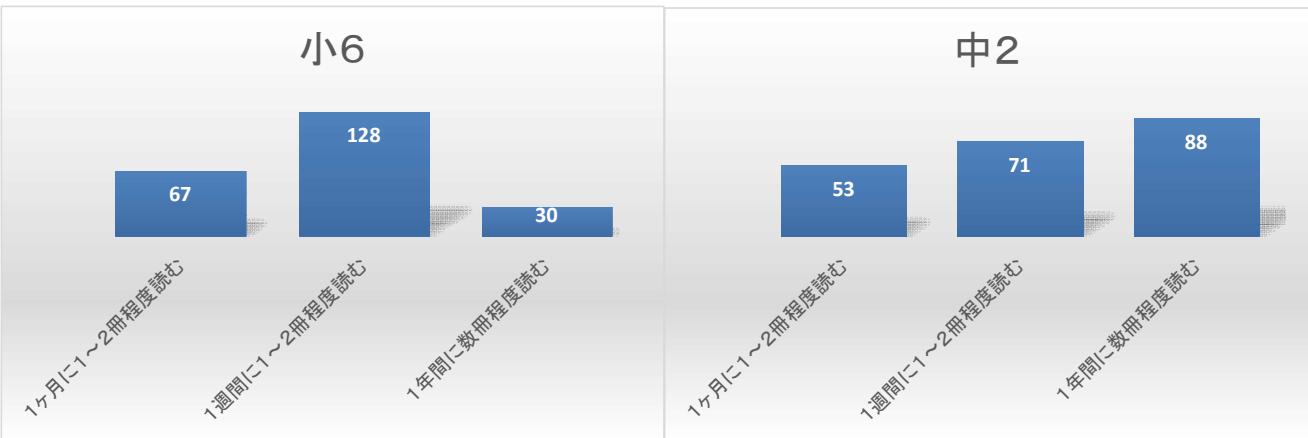
[3]休日、平均でどのくらいテレビを見ますか

(市教データ)



[4]読書をしますか

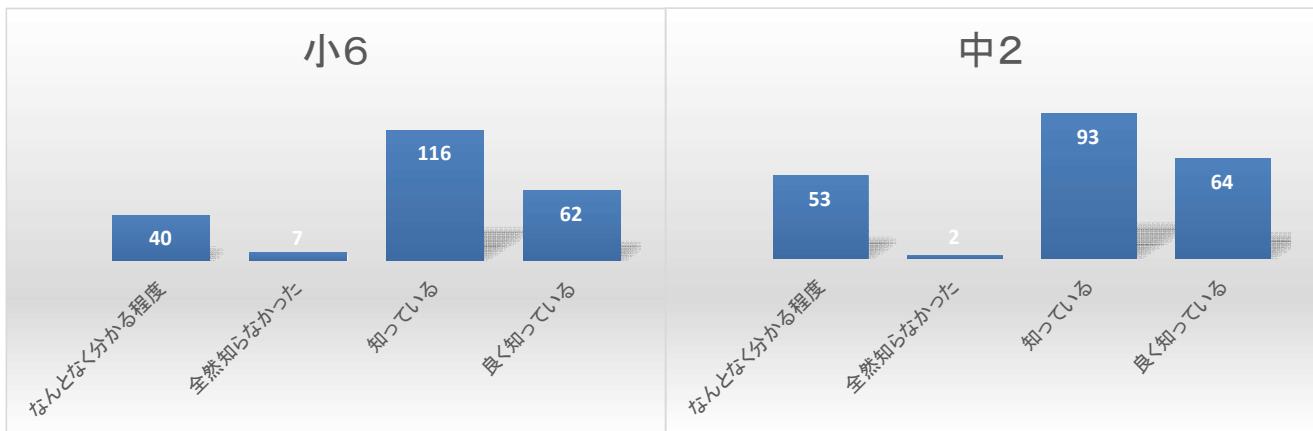
(市教データ)



【依存について】

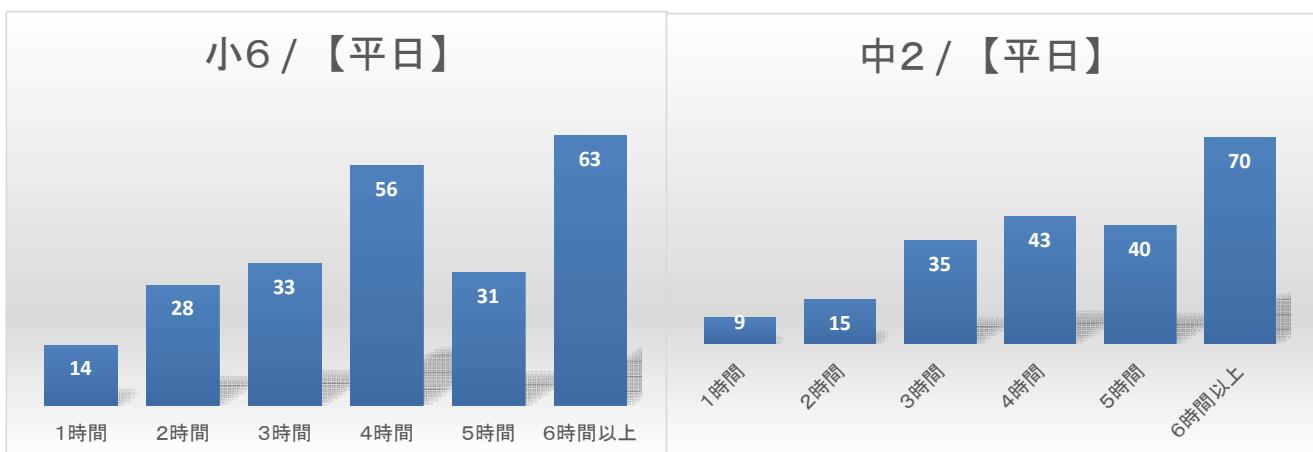
[1]あなたはネット依存について知っていますか

(市教データ)



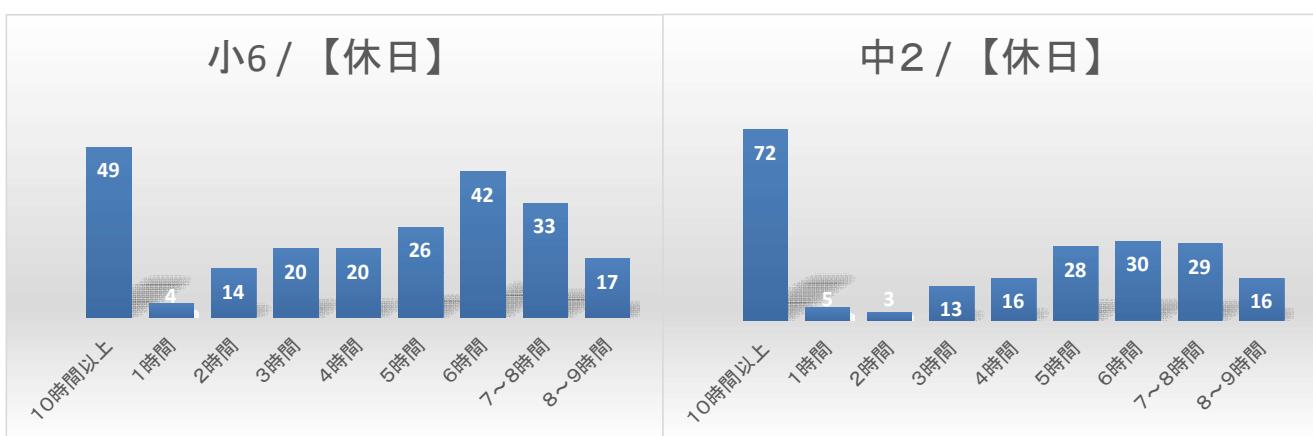
[2]平日、ゲーム・ネット等、何時間使用すればネット依存の傾向があると思いますか

(市教データ)



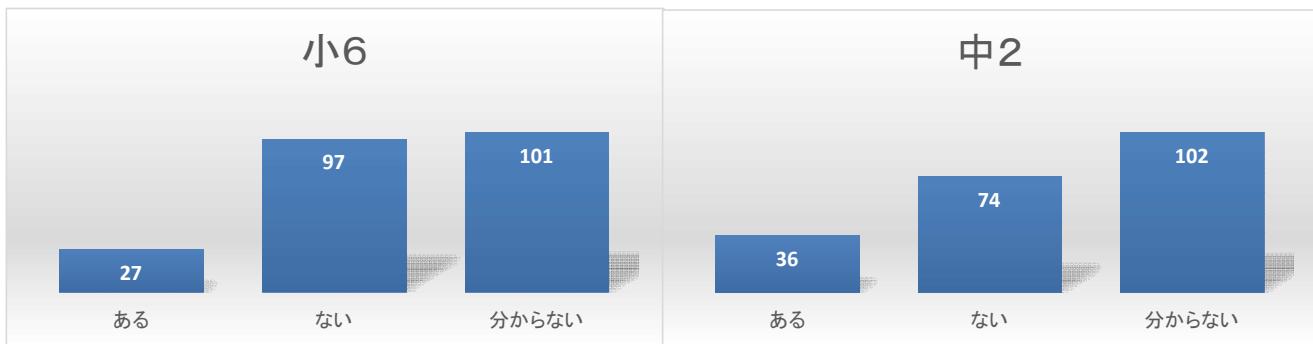
[3]休日、ゲーム・ネット等、何時間使用すればネット依存の傾向があると思いますか

(市教データ)



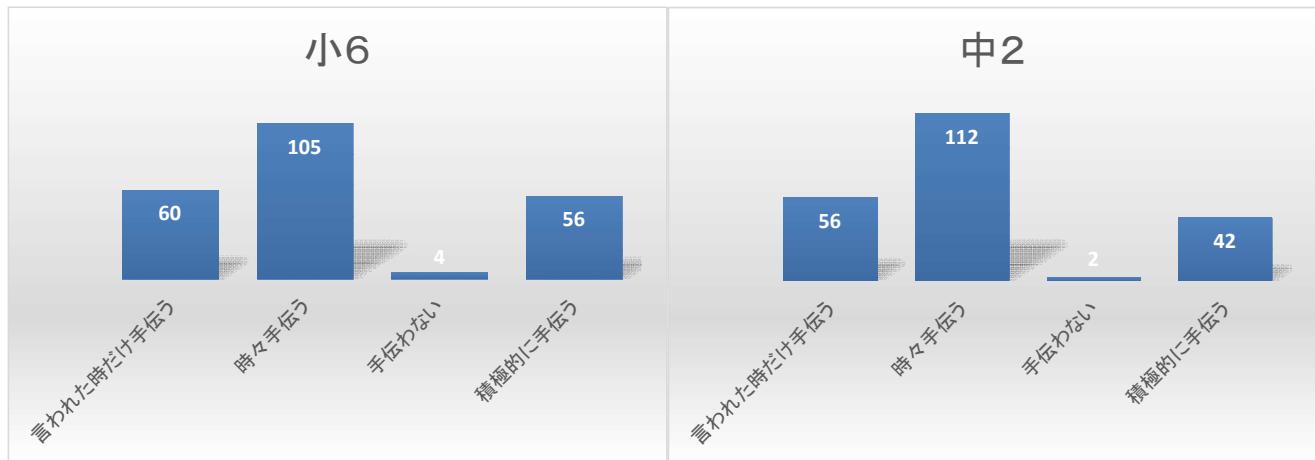
[4]自分は依存傾向があると思いますか

(市教データ)



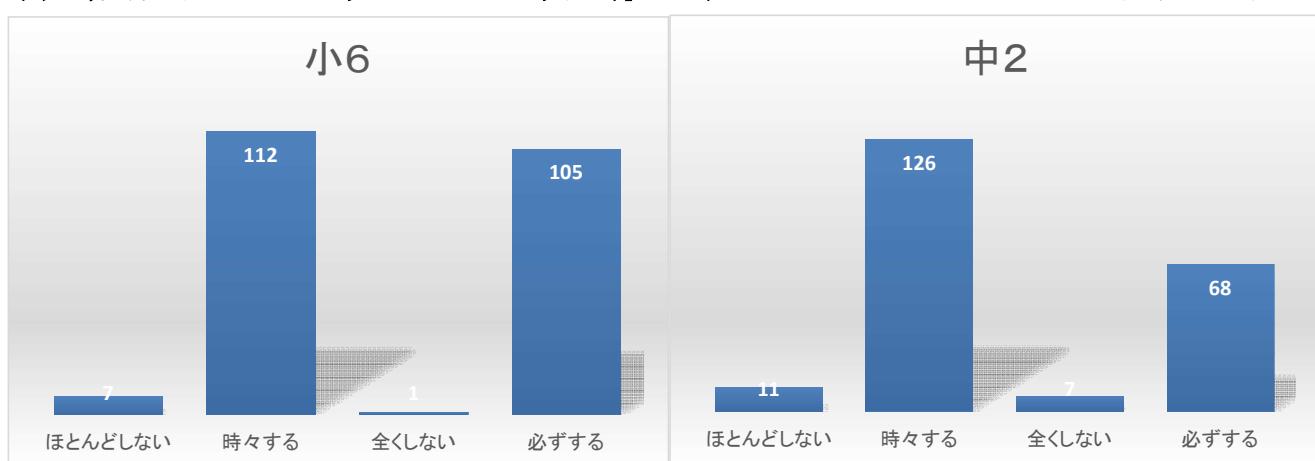
[1]家でお手伝いはしますか

(市教データ)



[2]地域の方とあいさつ「おはよう・こんにちは・さようなら等」をしますか

(市教データ)



[3]家族と話すことがありますか

(市教データ)

