

乳幼児期におけるデジタルメディア使用状況に関する 研究の概観

三宅 幹子

子どものデジタルメディア、デジタルデバイスの使用に関して、使用開始年齢の低年齢化・長時間利用の問題が指摘され、乳幼児期からの使用実態の把握やそれが発達に及ぼす影響、および親の使用実態やペアレンタルコントロールも含めた検討の必要性が高まっているといえる。本報告では、近年の本邦における乳幼児を対象としたデジタルメディア、デジタルデバイスの使用実態を報告する研究や報告書を概観し、乳幼児期における使用実態の概要を把握するとともに、乳幼児期における依存傾向の実態やデジタルメディア使用に対する親の認識、乳幼児期のデジタルメディア使用をめぐるその他のトピックについて概観した。

Keywords：デジタルメディア、デジタルデバイス、乳幼児期、ペアレンタルコントロール

はじめに

子どものデジタルメディア、デジタルデバイスの使用に関して、使用開始年齢の低年齢化・長時間利用の問題が指摘されている（例えば、宇治橋，2024；小平，2019など）。様々な年齢を対象に、子どものデジタルメディア、デジタルデバイスの使用に関する実態調査や介入研究、実践報告などがなされているが、今後は、乳幼児期からのデジタルメディアの使用実態やそれが発達に及ぼす影響、またその親の使用実態やペアレンタルコントロールも含めた検討の必要性が高まっているといえる。そこで本報告では、近年の本邦における乳幼児を対象とした使用実態を報告する研究や調査報告等を概観し、乳幼児期における使用実態の概要を把握するとともに、依存傾向やデジタルメディア使用による影響、乳幼児期のデジタルメディア使用をめぐるトピックについて概観することを目的とする。

1) 乳幼児期におけるデジタルメディアの使用実態

デジタルメディアの利用率 乳幼児期におけるデジタルメディアの利用率について報告している近年の調査研究に着目し、その実態を概観する。まず、

「令和5年度青少年のインターネット利用環境実態調査報告書」（子ども家庭庁，2024）における、低年齢層の子どもの保護者調査について結果をみていくと（参加者数:2,160人；子どもの年齢は0～9歳）、「インターネットを利用している」との回答は74.9%、「インターネットを利用していない」との回答は25.1%であった。なお、0～6歳までの子どもの保護者の回答については、「インターネットを利用している」との回答は63%程度、「インターネットを利用していない」との回答は37%程度となる。年齢別にみると、インターネットを利用していると答えた比率は、0歳で15.7%、1歳で33.1%、2歳で58.8%、3歳で58.7%、4歳で72.1%、5歳で79.4%、6歳で80.9%、7歳で86.3%、8歳で92.3%、9歳で92.4%であった。子どもの通園・在学別にみると、通園・通学前（0～6歳）は36.2%、通園中（0～6歳）は68.0%、小学生（6～9歳）は90.0%がインターネットを利用しているとの回答であった。

平成30年（2018）から令和5年（2023）にかけての0～6歳の利用率について特に大きい変化がみられたのは、令和2年（2020）から令和3年（2021）にかけての時期で、ほとんどの年齢において利用率が大きく上昇していた。中でも最も上昇が大きかった

たのは2歳で、42.8%から62.2%に上昇していた。

そして子どもがインターネットを利用していると回答した低年齢層の子どもの保護者（1,617人）について、機種別のインターネット接続機器の利用率をみると、最も多いのは「テレビ」（71.2%）で、次いで「自宅用のパソコンやタブレット等」（50.8%）,「ゲーム機」（47.9%）,「スマートフォン」（36.2%）,「学校から配布・指定されたパソコンやタブレット等」（35.1%）,「契約していないスマートフォン」（25.5%）,「携帯電話」（6.0%）であった。

また、湯地（2023a, 2023b）においては、幼稚園・保育所・こども園に在籍する幼児（1～5歳）の保護者426名を対象にインターネット（WEB）調査（2回）を実施している。デジタルメディアの利用頻度については、タブレット、スマートフォン、携帯型ゲーム機、据置型ゲーム機について、「よく見る（遊ぶ）」から「ぜんぜん見ない（遊ばない）」の4件法で回答を求めている。その結果、タブレット端末やスマートフォンの利用に関しては年齢の差はみられず、各年齢とも2～3割の子どもが「よく見る」「まあまあ見る」に該当していた。携帯／据置型のゲーム機の利用には差がみられ、5歳児はゲーム機の利用の割合が高く、3歳以下では低かった。デジタルメディアの内容に関して、ゲームアプリケーションの利用とゲーム実況動画視聴は5歳児で高く、音楽に関する動画の視聴は2歳児以下が高かった。

また、埼玉県における乳幼児メディア利用に関するアンケート調査（埼玉県保健医療部健康長寿課, 2024）では、県内の乳幼児健診（一歳六か月児健診・三歳児健診）受診児の保護者を対象に、埼玉県電子申請・届出サービスシステムや健診会場での調査票による回答を求め（ $N=1,964$ ）、調査参加者の94%がメディア（スマートフォン・タブレット・テレビのいずれか）を利用しており、そのうち子どもがメ

ディアを利用する際のルールがある割合は68%であった。

宇治橋（2024）では、2歳から高校3年生の保護者を対象とするウェブモニター調査（2023年実施）により、子どものメディアやデジタル機器の利用について調査を行った。その結果、2～6歳については、テレビを週に1日以上視聴する割合は73～80%、ネット動画は64～71%であった。また、リアルタイムのテレビ視聴とインターネット動画視聴については、小学生以下ではテレビ視聴がやや高いものの成長するにつれてネット動画の存在感が増すこと、ネット動画を視聴するデバイスは幼児と小学生ではテレビが多く中学生以上ではスマートフォンが多いことなどを報告している。

上記の他にも、調査時期がやや古いものとなるが、橋元・久保隅・大野（2019, 2020）、NHKの調査等においても近年の乳幼児の使用実態が調査されている。

各調査報告において指摘されているように、ここ数年の乳幼児のインターネット利用の増加が著しい。その背景の1つとしては、感染症の影響により外出を控え自宅で過ごす時間の増加が指摘できる。

依存傾向 依存傾向については、橋元・久保隅・大野（2019, 2020）、湯地（2023a, 2023b）において、ヤング（1998）の基準をもとにした調査項目を用いた検討がなされている（Table 1）。その結果、約2割の乳幼児が依存傾向とみられることを報告している。加えて、橋元・久保隅・大野（2019, 2020）は、母親の依存傾向と子ども（0～6歳）の依存傾向の相関係数は、 $r=.263$ （ $p<.001$, $N=2272$ ）、年齢別にみると $r=.402 \sim .173$ （いずれも有意）であり、中程度から弱い正の相関がみられること、また、子どもの依存傾向に関連する要因として、世帯の低年収、母親の低学歴、母親の職業がパート・アルバイト、

Table 1 橋元・久保隅・大野（2019, 2020）において使用された依存傾向の調査項目

質問項目	備考（質問の趣旨）
・すぐにスマートフォンを使いたがる	没入
・必要もないのに、いつまでもだらだらスマートフォンをいじっている	耐性・麻痺
・やめようね、と言ってもスマートフォンをやめない	制御不能
・スマートフォンを取り上げると機嫌が悪くなる	禁断症状
・決めた時間以上にスマートフォンをいじっていてやめられない	時間延長
・スマートフォンに夢中で約束をやぶったり、食事をとらなかったりすることがある	生活上のトラブル
・スマートフォンをしていたのに、していなかったフリをすることがある	隠蔽
・時間つぶしのためにスマートフォンをいじっている	現実逃避

注. ヤング（1998）の質問項目および基準をもとに幼児の保護者が評定する質問項目として、橋元・久保隅・大野（2019）において作成された。回答は「はい」「いいえ」の2件法で求め、8項目中5項目以上において「はい」を選択すると依存傾向高群と解釈される。尺度の性能についての検討が今後の課題として指摘されている（湯地, 2023b）。

ゲームアプリ利用が示されたことを報告している。

湯地 (2023a, 2023b) では、依存傾向が生活習慣に及ぼす影響を交差遅延効果モデルによって検証している。そして「依存傾向」が高くなればなるほど、「睡眠時間」(5歳児)、「早寝早起き」(3歳児)への影響が示唆される結果を報告している。また、保護者のメディア行動やメディアの制限、養育態度の影響を共分散構造分析によって検討し、「保護者のメディア行動」が子どもの「スマートフォンの使用時間」に影響していることや、養育態度の「統制」によって「保護者のメディア制限」および子どもの「スマートフォンの使用時間」がコントロールされること、養育態度の「応答性」が子どもの「依存傾向」を抑制する機能を果たしている可能性を示唆している。

デジタルメディア利用の影響についての保護者の認識 乳幼児のデジタルメディア利用の影響について保護者がどのような認識を持っているかについては、乳幼児メディア利用に関するアンケート調査(埼玉県保健医療部健康長寿課, 2024) では、メディア利用の影響として多く挙げられた回答として、ポジティブ側面では「歌や踊りが楽しめる」「言葉や数などの知識が増える」、ネガティブ側面では「目が悪くなる」「夢中になりすぎる」「依存につながる」を報告している。また、保護者が知りたい情報として「適切な利用時間が知りたい」「視力への影響が知りたい」「良い影響についても知りたい」が比較的多く挙げられたことを報告している。

また、湯地 (2023a, 2023b) では、デジタルメディアで遊ぶ程度によって保護者の認識が異なっており、デジタルメディアでよく遊んでいる幼児の保護者ほど「知識が豊かになる」「親子で一緒に楽しく遊ぶことができる」「親子の会話が増える」と肯定的に捉え、「生活のリズムが乱れる」「睡眠時間が短くなる」「次のことに切り替えしづらくなること」などの悪影響に関しては否定的な回答が少ないことを明らかにしている。デジタルメディアでよく遊んでいる乳幼児の保護者にとっては、実際に目の前で遊ぶわが子を観察することで得た実感によりこうした認識を持つに至っていると解釈され、デジタルメディアの悪影響をある程度受け入れつつも、子どもと一緒にデジタルメディアで遊ぶことでメリットも同時に感じていることがうかがえるとしている。それに対し、デジタルメディアでぜんぜん遊ばない乳幼児の保護者の回答は逆の傾向を示しており、保護者のデジタルメディアの悪影響に対する認識は、幼児のデジタルメディアの利用頻度と密接に関係があると考察している。

2) 乳幼児期のメディア視聴に関する提言や啓発

乳幼児のメディア視聴については、日本小児科医会の提言(公益社団法人日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会, 2004)や日本小児科学会の提言(公益社団法人日本小児科学会こどもの生活環境改善委員会, 2004)日本小児神経学会の提言(2004)等がある。日本小児科医会の提言の中には、2歳までのテレビ・ビデオ視聴を控えること、すべてのメディアに接触する総時間を制限することが重要で1日2時間までを目安とすること(テレビゲームは30分まで)、保護者と子どもでメディアを上手に利用するためのルールを作ることを含めた計5点が具体的提言として示されている。

また、保護者向け普及啓発リーフレット「ネット・スマホのある時代の子育て(乳幼児編)」(内閣府, 2023)においては、主に就学前のこどもを持つ保護者向けに、こどものインターネット利用について保護者が持つ疑問や不安等に対し、上手な使わせ方、安全設定、ルールづくり等についてのヒントや困った時の相談窓口などを紹介している(Figure 1)。中でも、初期発達における自律的なコントロールの難しさとペアレンタルコントロールの必要性、および発達に応じて両者の比率を推移させていくことの重要性を示すことで、乳幼児期のペアレンタルコントロールのあり方とその後の発達に応じた保護者役

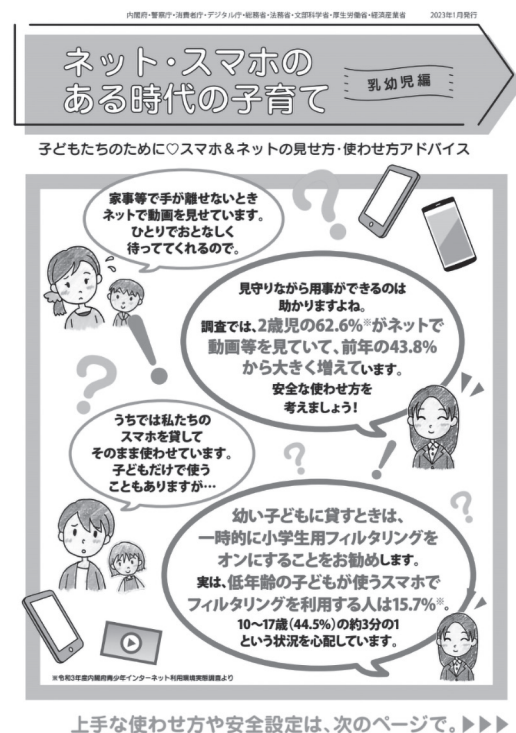


Figure 1 「ネット・スマホのある時代の子育て(乳幼児編)」リーフレット表紙(内閣府, 2023)

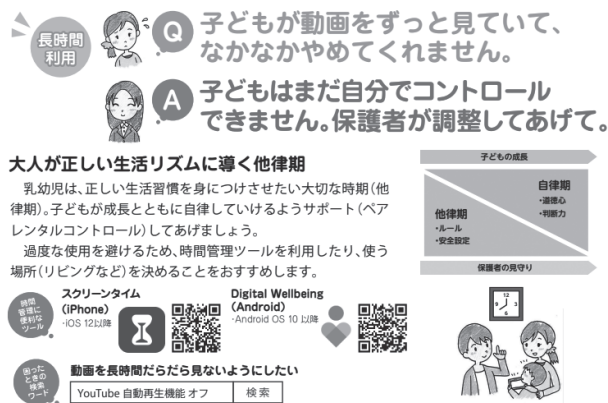


Figure 2 「ネット・スマホのある時代の子育て（乳幼児編）」（内閣府，2023）における子どもの発達と乳幼児期のペアレンタルコントロールの必要性についての記事

割の見通しを分かり易く示している（Figure 2）。

これまでも述べたように、乳幼児期の子どものデジタルメディアの使用においては保護者がその環境を整え適切なサポートを行うことが肝要になるが、幼児のICT機器利用に際して保護者への情報教育の重要性を示した研究として、勝見・田村・藤村（2019）が挙げられる。ここでは、幼児に対してICT機器利用にルールが必要か、幼児にICT機器の操作方法やメディアの種類等を教える必要があるか、幼児にICT機器利用に際してのルールや注意事項を教える必要があるか、などの幼児のICT機器利用に対する保護者の認識に焦点をあて、ICT機器利用の否定的側面や肯定的側面に関する講習を行うことでこれらの認識をより望ましい方向へと変容させ得るかを検討している。3～5歳の幼児の保護者241名を対象に講習を実施し、講習前後の保護者の認識を比較した結果、講習の効果を示す変容がみとめられたことを報告している。加えて、子どもの年齢が「ルールが必要」という認識に影響していたり（3歳児の保護者よりも5歳児の保護者の方が必要性の認識が高い）、ICT機器が子どもにとって役立つという保護者の意識が、「ICT機器の操作やメディアの種類等を教えることが必要」という認識に影響していたりするなど、いくつかの要因が講習の効果に部分的に影響している可能性についても指摘している。

3）乳幼児期とデジタルメディアに関わる研究テーマ

乳幼児期におけるデジタルメディア関連の研究テーマとして、アタッチメントとの関連を検討した研究（中塚，2024）、育児やワークライフバランス

におけるITデバイス・ICT活用にスポットを当てた研究などがみられる（岡村，2017；橋元・久保隅・大野，2019，2020；久保隅，2018；久保隅・橋元・大野，2018）。ここではそのうちいくつかの概要を紹介する。

中塚（2024）では、society5.0時代に対応する保育や教育、子育てに役立つ資料の収集を目的に、ICTとアタッチメントの関係について文献検討を行った。対象とした文献は2013年から2022年に発表されたもので、その中には乳幼児対象の研究が2編含まれており、母親の「子育て困難感」が母親の子どもへのアタッチメント形成不全やインターネット依存傾向を導いている可能性（野口・山口，2020）や子どもの面前でのモバイルデバイスの使用時間には保護者評定による安全基地と負の関係があること（菊池・相良，2022）を報告するものであった。また青年期を対象とした研究からはアタッチメントスタイル「不安型」はネット依存傾向にあるという結果が示されたという。これらの結果から、中塚（2024）は、子どもの発達段階とモバイルデバイス使用のメリットとデメリットを考えるメディアリテラシーやメディアに関するリスク教育を親子が共に学ぶ必要性を指摘している。

次に育児におけるITデバイス活用にスポットを当てた研究として、岡村（2017）が挙げられる。岡村（2017）においては、未就学児を持つ母親1194名を対象に調査を行い、母親のIT機器利用と生活充実感との関連について検討している。その結果、育児が困難と思う母親ほどIT機器を子育てに利用し、それにより母親役割適応が高まり、生活充実感も上昇することを報告している。また配偶者との子育てに関するコミュニケーション頻度が高いほど母親の子育てにおけるIT機器利用が高まることが示され、このことからIT機器を子育てへ「活用」することに父親の関わりが影響を与えている可能性に言及している。

また、橋元らの一連の研究の中では（橋元・久保隅・大野，2019，2020；久保隅，2018；久保隅・橋元・大野，2018）、育児やワークライフバランスにおけるITデバイス・ICT活用実態にもスポットが当てられているが、その中で久保隅（2018）は、乳幼児を持つ共働き夫婦のICT利用と仕事と家庭の両立への影響について、日常的な家族間コミュニケーションによる親密性の維持およびICTを介した間接的な職場での父親役割の遂行可能性について言及している。一方で、ICTがもたらす仕事と家庭生活との相互の境界浸透性は、仕事と家庭生活の双方に新たな可能性や機会とともにリスクを提示する点にも

触れている。すなわち、仕事と家庭の境界の行き来を円滑にするICTを利用した高度なリソース管理や家事育児のタスク化（戦略ツールとしてのICTが家庭生活に組み込まれることにより、家事育児という営為や役割をタスクへと変容させる）とチームマネジメントにより、利便性だけでなく新たなリスクとして、余白のない時空間、および、相手の欲求にตอบสนองして見返りを期待せずに利得を提供する共同の関係が失われがちになる傾向を指摘している。

引用文献

- 橋元 良明・大野 志郎・久保隅 綾 (2018). 乳幼児期における情報機器利用の実態 東京大学大学院情報学環情報学研究 調査研究編, 34, 213-243.
- 橋元 良明・久保隅 綾・大野 志郎 (2019). 育児とICT：乳幼児のスマホ依存、育児中のデジタル機器利用、育児ストレス 東京大学大学院情報学環情報学研究 調査研究編, 35, 53-103.
- 橋元 良明・久保隅 綾・大野 志郎 (2020). 育児とスマートフォン 東京大学大学院情報学環情報学研究 調査研究編, 36, 197-241.
- 一般社団法人小児神経学会 (2004). 子どもにおよぼすメディアの影響について <https://www.childneuro.jp/uploads/files/about/20040716.pdf> 2004年7月16日
- 勝見 慶子・田村 隆宏・藤村 裕一 (2019). 幼児のICT機器利用に関する保護者の認識に及ぼす教育効果 教育メディア研究, 25, 1-11.
- 菊池 一晴・相良 順子 (2022). 「子ども」に対する保護者と保育者の認識の違い：保護者のモバイルデバイスの使用と愛着評価に着目して チャイルド・サイエンス, 24, 35-39.
- キンバリーヤング (1998). インターネット中毒：まじめな警告です 毎日新聞社
- 小平 さち子 (2019). “子どもとメディア”をめぐり研究に関する一考察～2000年以降の研究動向を中心に～ 放送研究と調査, 69, 18-37.
- こども家庭庁 (2024). 令和5年度青少年のインターネット利用環境実態調査報告書 令和6年3月
- 公益社団法人日本小児科学会こどもの生活環境改善委員会 (2004). 提言 子どもテレビ・ビデオの長時間視聴は危険です https://www.jpeds.or.jp/uploads/files/20040401_TV_teigen.pdf 2004年4月5日
- 公益社団法人日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会 (2004). 「子どもとメディア」の問題に対する提言 https://www.jpja-web.org/dcms_media/other/ktmedia_teigenzenbun.pdf 2004年2月16日
- 久保隅 綾 (2018). 乳幼児を持つ共働き夫婦のICT利用と仕事と家庭の両立への影響 労働社会学研究, 19, 20-42.
- 久保隅 綾・橋元 良明・大野 志郎 (2018). 乳幼児を持つ共働き夫婦の仕事と家庭の両立と情報機器利用実態 東京大学大学院情報学環情報学研究 調査研究編, 34, 245-283.
- 内閣府 (2023). ネット・スマホのある時代の子育て 乳幼児編
- 中塚 志麻 (2024). ICT使用とアタッチメントの関係性に関する文献検討 神戸教育短期大学研究紀要, 5, 53-64.
- 野口 三奈生・山口 一 (2020) 母親と子どものモバイル端末使用と母親のインターネット依存傾向—子育てストレスとアタッチメントとの関連— 心理学研究：健康心理学専攻・臨床心理学専攻, 10, 32-43.
- 岡村 利恵 (2017). 未就学児を持つ母親のIT機器利用と生活充実感 家族社会学研究, 29, 7-18.
- 埼玉県保健医療部健康長寿課 (2024). 乳幼児メディア利用に関するアンケート調査について <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/boshi/media-houkoku.html> 掲載日：2024年9月27日
- 宇治橋 祐之 (2024). 子どもの家庭でのメディア利用、デジタル教材利用に関する一報告—2023年度NHK「子どものメディア・デジタル教材に関するウェブモニター調査」から— 日本教育メディア学会研究会論集, 57, 72-77.
- 湯地 宏樹 (2018). スマートフォン及びタブレットゲームが乳幼児の心身に与える影響の研究 文部科学省科学研究費助成金研究成果報告書：研究課題番号26350320
- 湯地 宏樹 (2023a). 幼児のデジタルメディア利用の影響に対する保護者の意識に関する調査 鳴門教育大学研究紀要, 38, 177-187.
- 湯地 宏樹 (2023b). 乳幼児のスマートフォン遊びと生活習慣及び依存傾向との関係 文部科学省科学研究費助成金研究成果報告書：研究課題番号18K02863

付記

本研究は、科学研究費助成金（課題番号21K02493）の助成を受けたものです。記して謝意を表します。