

保育学生のネット依存傾向と 乳幼児のスマートフォン使用に対する意識

松井学洋*¹ 野口知英代*²

Internet Dependency among Childcare Majors and Their Feelings towards Smartphone Usage by Infants

Gakuyo Matsui*¹ Chieyo Noguchi*²

Abstract

109 child care students were surveyed concerning their internet dependency and opinions on smartphones use by infants. We used Young's Addiction Diagnostic Questionnaire to measure internet dependency, collected information concerning student smartphone use, and examined the relationship between that information and the degree of internet dependency. We also surveyed student feelings about smartphone use by infants. Although most students expressed negative opinions regarding infant use of smartphones, 77% of the students showed some tendencies towards internet dependence and reported using smartphones for messaging. The rules concerning initial smartphone use did not appear to reduce the amount of smartphone use or dependency among the students. During student teacher certification training, it may be valuable to give students opportunities to reflect on their smartphone use and the appropriateness of smartphone use among infants.

キーワード

child care students、internet dependency、smartphones、childcare

I. はじめに

平成 26 年に総務省情報通信政策研究所が行った調査によると、スマートフォンの使用率は 20 代 94%、30 代 82%、40 代 73%、50 代 49%と報告されており¹⁾、現代社会にとって必要不可欠な機器となりつつある。また、未就学児の使用状況についての調査では、保護者が見せたり使わせたりしている場合も含め、0 歳～1 歳児の 1 割、2～3 歳児の 3 割、4

* 1 まつい がくよう：大阪国際大学短期大学部准教授（2017. 8. 31 受理）

* 2 のぐち ちえよ：大阪国際大学短期大学部准教授

～6歳児の4割がスマートフォンやタブレットなどの情報通信端末を利用していると報告されている²⁾。未就学児の使用目的としては、絵本や文字遊び、お絵かきといった知育アプリの利用割合が高く²⁾、育児世代の親のほとんどがスマートフォンを所持している状況のなか、教育ツールとしてスマートフォンを活用した子育てが急速に広がっている。

一方、スマートフォンを乳幼児に使わせることに不安を抱いている保護者も多い。総務省の調査では、視力の低下や生活習慣の乱れ、情緒・社会性への影響に対する不安や懸念が保護者から挙げられている²⁾。今後、保育者は子育てでのスマートフォンの使用について、保護者から相談を受ける場面が増えると考えられ、子育て支援や健康教育の観点からも利用によるメリットやデメリット、適切な使用時間や方法を保護者や園児に伝える必要がある。そのため、保育者養成機関においては、将来保育者となる保育学生のスマートフォンの使用状況や乳幼児の使用に対する捉え方の理解に努めると共に、適切な使い方について教育を行うことが望まれる。しかし、保育学生を対象としたスマートフォンの使用実態や乳幼児の使用に対する意識を調査した研究は見当たらない。

本研究では、幼稚園教諭免許、保育士資格の取得を目指す保育学生を対象に、スマートフォンの使用実態と依存傾向を明らかにすると共に、乳幼児期からの使用に対するメリット、デメリットの認識について調査を行った。また、保育者養成機関において今後必要とされる学生への教育内容について検討した。

Ⅱ. 対象と方法

1. 対象

大阪府内の短期大学部幼児保育学科に在籍し、領域健康と子どもの保健の授業を受講している1回生の保育学生130名を対象に質問紙調査を実施し、有効回答数の109名(男性4名、女性105名)を分析対象とした。

2. 保育学生のネット依存傾向の調査

ネットへの依存傾向の測定は、対象者の年齢(18～19歳)を考慮し、総務省情報通信政策研究所が平成26年の調査で高校生に用いた調整版Youngのインターネット依存尺度を使用した³⁾。判定はYoungの手法に従い、20～39点を低依存群、40～69点を中依存群、70点以上を高依存群とした⁴⁾。

3. 保育学生のスマートフォン使用状況と乳幼児のスマートフォン使用に対する意識調査

次に、平成25年にベネッセ教育総合研究所が実施した「乳幼児の親子のメディア活用調査⁷⁾」の質問項目を参考に、スマートフォンの一日の使用時間や使用場面、使用目的、使用開始時のルールの有無について選択肢を設定し、ネット依存度による差があるか検討した。また、乳幼児がスマートフォンを使用することに対する抵抗感、使用によるメリットとデメリット、適切な使用開始年齢、ルールの必要性についても選択肢を設定し、回答を求めた。

4. 統計処理

各質問項目の回答割合を依存群別に算出し、ネット依存度による違いを検討した。また、ネット依存尺度の得点と、スマートフォンの一日の利用時間、利用場面の選択数、利用目的の選択数、SNSの利用目的の選択数との関連性を Spearman 順位相関係数にて調べた。使用開始時のルールの有無、乳幼児がスマートフォンを使用することに対する抵抗感、使用によるメリットとデメリットの認識については、依存度群間で χ^2 乗検定を行い、学生の依存度との関連性を検討した。

統計的有意差は $p < 0.05$ とし、分析には IBM SPSS Statistics ver.23[®] を用いた。

5. 倫理的配慮

調査に当たっては、全対象者に調査は無記名で行い、回答者は特定されないこと、調査研究への参加・不参加は自由であり不参加による不利益は一切ないことを紙面及び口頭で説明し、同意を得た上で行った。

Ⅲ. 結果

1. 保育学生のネット依存傾向とスマートフォンの使用状況

対象者のネット依存尺度の平均得点は 47.1 ± 11.7 で、低依存群 25 名（平均 31.1 ± 4.8 点）、中依存群 84 名（平均 51.9 ± 8.5 点）であった。今回の調査では 70 点以上の高依存群はいなかった。

平日におけるスマートフォン使用時間は、低依存群が 30 分 4%、1 時間 12%、2 時間 12%、3 時間 28%、4 時間 8%、5 時間 4%、6 時間以上 32 % で、3 時間以内の利用者が 56% と半数を占めたが、6 時間以上使用している対象者も 32% と多かった。（表 1）中依存群は 30 分 0%、1 時間 3%、2 時間 8%、3 時間 17%、4 時間 17%、5 時間 24%、6 時間以上 31 % で、55% が 5 時間以上使用していた。また、使用時間が長いほど、ネット依存尺度の得点が高くなっていた。（相関係数 0.27、 $p < 0.01$ 、表 1）。

表 1 平日のスマートフォンの使用時間

	低依存群 (n=25)	中依存群 (n=84)	全体 (n=109)
	n (%)	n (%)	n (%)
30 分	1 (4)	0 (0)	1 (1)
1 時間	3 (12)	3 (3)	6 (6)
2 時間	3 (12)	7 (8)	10 (9)
3 時間	7 (28)	14 (17)	21 (19)
4 時間	2 (8)	14 (17)	16 (15)
5 時間	1 (4)	20 (24)	21 (19)
6 時間以上	8 (32)	26 (31)	34 (31)

※ネット依存尺度得点との関連性；相関係数 0.27、 $p < 0.01$

スマートフォンの使用場面は、低依存群では就寝前 96%、大学の休み時間 76%、通学途中 68%と回答する割合が多かった。中依存群も同様の傾向が見られ、大学の休み時間 95%、就寝前 94%、通学途中 77%となっていた。(表 2) また、使用場面の選択数が多いほど、ネット依存尺度の得点が高くなっていた。(相関係数 0.42、 $p<0.01$ 、表 2)

表 2 スマートフォンの使用場面 (複数回答あり)

	低依存群 (n=25)	中依存群 (n=84)	全体 (n=109)
	n (%)	n (%)	n (%)
起床直後	10 (40)	45 (54)	55 (51)
就寝前	24 (96)	79 (94)	103 (95)
通学途中	17 (68)	65 (77)	82 (75)
テレビを見ながら	11 (44)	54 (64)	65 (60)
友達と話しながら	6 (24)	39 (46)	45 (41)
食事中	3 (12)	22 (26)	25 (23)
授業中	5 (20)	27 (32)	32 (29)
大学の休み時間	19 (76)	80 (95)	99 (91)
自宅で勉強しながら	3 (12)	34 (41)	37 (34)
入浴中	6 (24)	28 (33)	34 (31)
トイレのなか	7 (28)	33 (39)	40 (37)

※ネット依存尺度得点との関連性；相関係数 0.42、 $p<0.01$

スマートフォンの使用目的は、低依存群で SNS (LINE や Twitter) を見る・書き込むが 96%と最も多かった。中依存群は SNS (LINE や Twitter) を見る・書き込むが 76%、動画投稿サイトを見るが 64%、ゲームをするが 55%となっていた。(表 3) 両群ともスマートフォンで SNS を利用する割合が高かったが、中依存群は使用目的の選択数が多い傾向が見られた。また、選択数が多いほどネット依存尺度の得点が高くなっていた。(相関係数 0.30、 $p<0.01$ 、表 3)

表 3 スマートフォンの使用目的 (複数回答あり)

	低依存群 (n=25)	中依存群 (n=84)	全体 (n=109)
	n (%)	n (%)	n (%)
動画投稿サイトを見る	11 (44)	54 (64)	65 (60)
SNS (LINE や Twitter) を見る・書き込む	24 (96)	83 (76)	107 (98)
SNS で通話する	7 (28)	38 (45)	45 (41)
ゲームをする	9 (36)	46 (55)	55 (51)
まとめサイトを見る	1 (4)	14 (17)	15 (14)
ニュースサイトを見る	6 (24)	14 (17)	20 (18)
ブログを見る	2 (2)	7 (8)	9 (8)

※ネット依存尺度得点との関連性；相関係数 0.30、 $p<0.01$

次にLINEやTwitterを利用する目的を調べたところ、低依存群は、暇つぶしのため88%、友達とコミュニケーションを取るため60%となっていた。中依存群では、暇つぶしのため83%、友達とコミュニケーションを取るため58%、情報収集のため57%、友達の近況を知るため54%、写真や動画をシェアするため51%であった。(表4)中依存群はSNSの利用目的の選択数が多い傾向が見られ、全体でも選択数が多いほどネット依存尺度の得点が高くなっていた。(相関係数0.25、 $p<0.01$ 、表4)

表4 スマートフォンによるSNSの利用目的(複数回答あり)

	低依存群 (n=25)	中依存群 (n=84)	全体 (n=109)
	n (%)	n (%)	n (%)
現実から逃れるため	0 (0)	10 (12)	10 (9)
ストレス解消のため	1 (4)	15 (18)	16 (15)
暇つぶしのため	22 (88)	70 (83)	92 (84)
写真や動画をシェアするため	8 (32)	43 (51)	51 (47)
友達の近況を知るため	7 (28)	45 (54)	52 (48)
自分の近況や気持ちを知ってもらうため	2 (8)	17 (20)	19 (17)
友達とコミュニケーションを取るため	15 (60)	49 (58)	64 (59)
周囲の人も使っているため	6 (24)	19 (23)	25 (23)
学校や部活の連絡のため	10 (40)	25 (30)	35 (32)
新たな友達を作るため	1 (4)	4 (5)	5 (5)
情報収集のため	8 (32)	48 (57)	56 (51)

※ネット依存尺度得点との関連性；相関係数0.25、 $p<0.01$

2. 使用開始時のルールの有無

スマートフォンの使用を始めた時に、家族と使用について何らかのルールを決めていた対象者は37名で、低依存群4名、中依存群33名であった。低依存群より中依存群の方が使用開始時にルールを決めていた割合が高かった。(p<0.05、表5) また、母親とルールを決めた対象者は33名、父親と決めた対象者は1名、両親と決めたのは3名であった。

ルールの内容は、低依存群で食事中は使わない83%、有料アプリやサービスは使わない50%、怪しいサイトにはいかない33%となっていた。中依存群でも同様の傾向が見られ、食事中は使わない68%、有料アプリやサービスは使わない50%、怪しいサイトにはいかない41%となっていた。(表6) 一方、使用できる時間や時間帯といった時間に関するルールはほとんど設定されていなかった。また、低依存群より中依存群の方が決められたルールの数が多い傾向があり、厳しい使用制限を求められていた。

表5 スマートフォン使用開始時のルールの有無による依存度の差異

	低依存群 (n=25)	中依存群 (n=84)	全体 (n=109)	p 値
	n (%)	n (%)	n (%)	
ルールなし	21 (84)	51 (61)	72 (66)	0.03
ルールあり	4 (16)	33 (39)	37 (34)	

表6 保護者と決めたスマートフォン使用開始時のルールの内容 (複数回答あり)

	低依存群 (n=4)	中依存群 (n=33)	全体 (n=37)
	n (%)	n (%)	n (%)
成績が下がったら利用を制限する	0 (0)	4 (12)	4 (10)
書き込む言葉に気をつける	1 (17)	4 (12)	5 (13)
怪しいサイトにはいかない	2 (33)	14 (41)	16 (40)
個人情報を入力しない	0 (0)	6 (18)	6 (15)
登録が必要なサイトは親の許可を得る	0 (0)	2 (6)	2 (5)
有料アプリやサービスは使わない	3 (50)	17 (50)	20 (50)
利用料金の上限を決められた	1 (17)	9 (27)	10 (25)
食事中は使わない	5 (83)	23 (68)	28 (70)
自分の部屋や寝室でスマートフォンは使わない	0 (0)	1 (3)	1 (3)
「何時間以上利用しない」など利用時間の上限を決められた	0 (0)	0 (0)	0 (0)
「何時以降は利用しない」など利用してよい時間帯を制限された	0 (0)	3 (9)	3 (8)

3. 乳幼児がスマートフォンを使うことに対する学生の意識

親が乳幼児 (0歳～6歳就学前まで) にスマートフォンを使わせることに抵抗感があると回答した学生は、低依存群 84%、中依存群 86%であり、両群に有意な差はなかった。

乳幼児が親のスマートフォンで、かなや絵本、数字、英語、お絵かき、ゲームアプリを遊ぶことによるメリットについては、低依存群で歌やダンスを楽しめる、作る、描くなど表現力を育む、知識が豊かになるという肯定的意見に対して同意する対象者が多かった。中依存群においても同様の回答が得られ、知識が豊かになると捉えている対象者の割合は、低依存群より有意に多かった。(表7)

表7 乳幼児がスマートフォンを使うことに対する学生の意識（複数回答あり）

	低依存群 (n=25)		中依存群 (n=84)		全体 (n=109)		p 値
	n (%)		n (%)		n (%)		
	そう思う	そう思わない	そう思う	そう思わない	そう思う	そう思わない	
知識が豊かになる	10 (40)	15 (60)	63 (75)	21 (25)	73 (67)	36 (33)	0.00
優しさ、思いやりなどが育まれる	4 (16)	21 (84)	18 (21)	66 (79)	22 (20)	87 (80)	ns
生活リズムが整う	4 (16)	21 (84)	11 (13)	73 (87)	15 (14)	94 (86)	ns
歌やダンスを楽しめる	16 (64)	9 (36)	70 (83)	14 (17)	86 (79)	23 (21)	ns
作る、描くなど表現力を育む	10 (40)	15 (60)	44 (52)	40 (48)	54 (50)	55 (50)	ns
社会のマナーやルールを学べる	7 (28)	18 (72)	13 (15)	71 (85)	20 (18)	89 (82)	ns
集中力がつく	5 (20)	20 (80)	25 (30)	59 (70)	30 (28)	79 (72)	ns
親子でのコミュニケーションが増える	6 (24)	19 (76)	16 (19)	68 (81)	22 (20)	87 (80)	ns
友達と遊ぶ機会やコミュニケーションが増える	5 (20)	20 (80)	16 (19)	68 (81)	21 (19)	88 (81)	ns
小学校以上の授業で役に立つ	4 (16)	21 (84)	25 (30)	59 (70)	29 (27)	80 (73)	ns
目が悪くなる	23 (92)	2 (8)	80 (95)	4 (5)	103 (95)	6 (5)	ns
生活リズムが乱れる	24 (96)	1 (4)	81 (96)	3 (4)	105 (96)	4 (4)	ns
体を動かす遊びが減少する	23 (92)	2 (8)	79 (94)	5 (6)	102 (94)	7 (6)	ns
行動や言葉遣いが乱れる	21 (84)	4 (16)	65 (77)	19 (23)	86 (79)	23 (21)	ns
有料サイトや危険なサイトにアクセスするようになる	22 (88)	3 (12)	65 (77)	19 (23)	87 (80)	22 (20)	ns
親子のコミュニケーションが減る	25 (100)	0 (0)	75 (89)	9 (11)	100 (92)	9 (8)	ns
長時間の視聴や使用が習慣化する	24 (96)	1 (4)	79 (94)	5 (6)	103 (95)	6 (5)	ns
大きくなった時に依存が強くなる	24 (96)	1 (4)	80 (95)	4 (5)	104 (95)	5 (5)	ns

一方、目が悪くなる、生活リズムが乱れる、体を動かす遊びが減少する、行動や言葉遣いが乱れる、有料サイトや危険なサイトにアクセスするようになる、親子のコミュニケーションが減る、長時間の視聴や使用が習慣化する、大きくなった時に依存が強くなるといった否定的意見に対しては両群とも同意する対象者が多く、有意差は見られなかった。（表7）

対象者全員が乳幼児のスマートフォン利用にルールが必要と回答しており、食事中は見ない、使わない、画面に目を近づけ過ぎない、使える時間の長さを決めるが両群ともに多かった。（表8）使用を開始する年齢については低依存群の84%、中依存群の70%が6歳以上を選択していた。

表8 乳幼児がスマートフォンを使う際に学生が必要と考えるルール（複数回答あり）

	低依存群 (n=25)	中依存群 (n=84)	全体 (n=109)
	n (%)	n (%)	n (%)
「何分以上遊ばない」など使える時間の長さを決める	17 (68)	51 (61)	68 (63)
「何時から何時まで」など使える時間帯を決める	14 (56)	50 (60)	64 (59)
親が内容を確認してから見る、遊ぶ	15 (60)	40 (48)	55 (51)
画面に目を近づけ過ぎない	19 (76)	52 (63)	71 (66)
使う場所を暗くしない	13 (52)	47 (57)	60 (56)
使う時は親に伝える	13 (52)	41 (49)	54 (50)
食事中は見ない、使わない	20 (80)	60 (72)	80 (74)
使い方の約束を守れなかったら使用を制限する	16 (64)	49 (59)	65 (60)
子どもには見せない、使わせない	7 (28)	10 (12)	17 (16)

IV. 考察

今回、対象となった保育学生に高依存傾向を示す者はいなかったが、依存度得点の平均は47点で77%が中依存傾向に属しており、これまでの大学生を対象とした研究報告より高い傾向が見られた^{6,7)}。また、低依存群、中依存群共に6時間以上使用している学生が3割見られ、使用場面は就寝前、休み時間、通学途中が最も多く、就寝前の使用は両群で9割を越えた。LINEやTwitterなどのSNSは、ほぼ全員がスマートフォン上で利用しており、暇つぶしと友達とのコミュニケーションのために利用されていた。さらに、依存傾向が強い学生ほど、スマートフォンの使用場面、使用目的は多岐に渡り、使用時間も長い傾向を認めた。使用場面や使用時間の長さ合わせて考えると、大学での授業時間や食事、入浴、排泄、睡眠といった基本的な生活習慣以外の空き時間の多くを、スマートフォン上でのSNSを介した他人とコミュニケーションに費やしている実態が明らかになった。

総務省の平成26年の調査では、SNSの平日利用時間が10代117分、20代91分と報告されているが¹⁾、今回対象となった学生では2時間以上利用している者がほとんどであった。また、対象者のほとんどが女性であり、男性と比較して、女性の方がメールやチャットなどのコミュニケーションツールの利用頻度が多いことが報告されている^{8,9)}。一般的に保育学生は女性が多い傾向があり、性差の影響も受けると考えられるが、空き時間にスマートフォンで他人とコミュニケーションをとることは、保育学生においても極めて一般的な利用の範囲であることが示唆された。また、今回の調査では、ほぼ全員が就寝前にスマートフォンを使用しており、睡眠時間への影響が懸念された。大学生の睡眠習慣の調査において、就寝前のスマートフォンによるネット利用が睡眠不足の大きな要因となっていることが既に報告されている¹⁰⁾。多くの学生が利用しているLINEは既読通知機能があるため、メッセージを読むと返信を求められるケースが多く、返信の有無がトラブルに発展することもある。そのため、一旦利用を始めると自分の意思と都合だけでメッセージのやり取りを終了することが難しい。SNSは他者とコミュニケーションを取るための強力なツールではあるが、時間と場所を選ばないため、長時間の利用は十分な睡眠時間の確保を難しくし、身体的・精神的負担の増大につながると考えられた。

一方、スマートフォンの使用開始時に保護者と使用のルールは決めていたのは、全体の3割のみであった。使用時のマナーやネットの使い方に関する制限が多く、長時間使用しない、就寝前は使用しないといった時間に対するルール設定はほとんどが見られなかった。今回の結果では、中依存群の方がルールを決めていた割合が有意に高かったことから、保護者と決めた使用開始時のルールが長時間の使用の制限と依存度の抑制につながっていないことが明らかになった。

スマートフォンの利用が学生の日常生活の一部となっているなか、親が乳幼児にスマートフォンを使わせることについては両群共に8割以上の学生が抵抗感を持っていた。乳幼児が親のスマートフォンで、かなや絵本、数字、英語、お絵かき、ゲームアプリを遊ぶことによるメリットについては、両群で表現力を育む、知識が豊かになるという教育ツールとしての利点に同意する対象者が多かった。しかし、割合としては、健康への悪影響や生活習慣の乱れ、対人関係の能力の低下といった否定的意見に対して同意する学生が多かった。スマートフォンの教育ツールとしての有益性よりも、利用による乳幼児の発達への影響を懸念する学生が多かったと考えられた。また、対象者全員が乳幼児のスマートフォン使用にルールが必要と回答しており、使用時のマナーだけでなく、使用時間に対する制限が必要と考える学生が多かった。使用を開始する年齢も6歳以上の割合が多く、7割以上の学生が就学前は触れさせるべきではないと考えていた。

依存傾向や使用開始時のルールの有無に関わらず、多くの学生が乳幼児の使用には否定的で、ルールが必要と考えていた要因として、二つの理由が推察された。一つ目は、対象となった学生は幼児保育学科の学生であり、全員が乳幼児の成長や健康に関する専門科目を受講していた。子どもの保健や領域健康の授業においても、乳幼児のスマートフォンの利用状況と懸念されている影響について、講義、演習を行っており、ルールの必要性に対する一定の理解があったと考えられる。二つ目は、学生が自分自身のスマートフォンの使用の仕方に不安感を抱いており、健康面への懸念が乳幼児の使用に対する抵抗感やルールの必要性に影響を与えた可能性が考えられる。片山や田口は、ネットへの依存傾向が高い大学生ほど、睡眠習慣や食習慣の乱れ、学習意欲の低下、抑うつ感といった身体的・精神的健康への影響を認識している割合が高かったと報告している^{10,11)}。学生はスマートフォンのメリットとデメリットを理解していても、実生活において使用時間や使用場面のコントロールができていないことを認識しており、自身への身体的・精神的影響について不安感を抱いていることが、乳幼児の使用への抵抗感とルールの必要性につながったと思われる。

乳幼児が家庭でスマートフォンやタブレットに触れる機会は増えており、保育者は保護者から利用によるメリットとデメリットに対して相談を受けることが今後増えると考えられる。しかし、適切な使用時間については十分なコンセンサスを得られているとは言えず、学校教育の現場では試行錯誤が続いている。一方的にルールを設定するだけでなく、使用者が自律的に望ましい利用の仕方を考え、実践していくためのレディネスを高めることが教育では重要である。健康に関する授業のなかで、スマートフォンの使用状況を振り返る機会を設け、自身が感じている不安や懸念と照らし合わせながら、子育てにおけるスマー

トフォンの適切な利用について保育学生とディスカッションしていくことが必要と考えられた。

V. 結論

ほとんどの学生が乳幼児のスマートフォンの使用に否定的であったが、多くの学生が基本的な生活習慣以外の空き時間を、スマートフォン上でのSNSを介した他人とコミュニケーションに費やしている実態が明らかになった。また、使用開始時のルールが長時間の使用と依存度の抑制につながっていなかった。養成機関においては、保育学生が自律的に望ましい利用の仕方を実践していくためのレディネスを授業等で高めると共に、子育てにおけるスマートフォンの適切な利用についてコンセンサスを形成していくことが必要と考えられた。

引用文献

- 1) 総務省情報通信政策研究所. 平成 26 年情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書. 2015. http://www.soumu.go.jp/main_content/000357570.pdf (情報取得 2016/9/25)
- 2) 総務省情報通信政策研究所. 未就学児等の ICT 利活用に係る保護者の意識に関する調査報告書【概要版】. 2015. http://www.soumu.go.jp/main_content/000368846.pdf (情報取得 2016/9/25)
- 3) 総務省情報通信政策研究所. 高校生のスマートフォン・アプリ利用とネット依存傾向に関する調査. 2014. http://www.soumu.go.jp/main_content/000302914.pdf (情報取得 2016/9/25)
- 4) Young KS. The evolution of Internet addiction. *Addict Behav* 2015 ; 64 : 229-230.
- 5) 後藤憲子, 高岡純子, 田村徳子. 乳幼児の親子のメディア活用調査報告書. 2013. http://berd.benesse.jp/up_images/research/nyuyoji_media_all.pdf (情報取得 2016/10/19)
- 6) 伊藤将晃. 大学生のインターネット中毒傾向に関する研究. *臨床教育心理学研究* 2009 ; 35 : 9-14.
- 7) 安岡広志, 佐藤健, 塩地成香, 他. 若年層のインターネットの利用とネット依存傾向について. *人間—生活環境系シンポジウム報告集* 2014 ; 38 : 253-254.
- 8) 寺戸武志, 永浦拓, 富永良喜. 中学生における情報機器の利用状況およびネットいじめ経験の実態調査. *発達心理臨床研究* 2010 ; 16 : 89-106.
- 9) 高田泰昭, 西田英樹. 小中学生のインターネット利用状況に関する研究. *鳥取大学教育地域科学部紀要* 2003 ; 5 : 45-51.
- 10) 片山友子, 水野由子. 大学生のインターネット依存傾向と健康度および生活習慣との関連性. *総合健診* 2016 ; 43 : 657-664.
- 11) 田口雅徳. 大学生におけるインターネット利用状況と健康行動との関連. *情報科学研究* 2008 ; 25 : 89-93.