



統計から社会の実情を読み取る

第151回 現実逃避のネット依存傾向

本川 裕 | Honkawa Yutaka

アルファ社会科学(株)主席研究員

■東京大学農学部農業経済学科卒。財国民経済研究協会常務理事研究部長を経て、現職。元立教大学兼任講師。農業、地域、産業、開発援助などの調査研究に従事。現在は、「社会実情データ図録」サイト (<http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/>) を主宰するかたわら地域・企業調査等を行う。著書に、『統計データはおもしろい!』(技術評論社、2010年)、『統計データが語る 日本人の大きな誤解』(日本経済新聞出版社、2013年)、『なぜ、男子は突然、草食化したのか:統計データが解き明かす日本の変化』(同上、2019年)等。PRESIDENT Online にて連載を執筆中。



コロナ以後、中年にも広がってきた ネット依存

スマホの普及により、常時、ネット利用が可能となり、われわれの生活は非常に便利になってきている。今や仕事や勉強、買い物だけでなく、遊びやレジャー、あるいは人と人との交流においても SNS をはじめとするネット利用が不可欠の存在となっている。

しかし、その反面では、ネットゲームへののめり込みやスマホの長時間使用などネット中毒ともいべき弊害も顕著になってきている。高度成長期にテレビが登場し、急速にテレビ視聴時間が増加した時代、子どものテレビの見過ぎが親の心配事となり、目が悪くなる、馬鹿になるなどの弊害が論じられた時と同じような状況となっている。そこで、ネット依存がどのくらい深刻なのかについてのデータを見ておこう。

ネット依存の症状のひとつは、実用目的でなく、現実逃避や気分高揚のためにネットを利用している人の増加である。総務省の情報通信政策研究所では毎年、情報通信メディアの利用状況を調査し

ているが、その中でそうした人がどのくらいいるかを調べている。

図1には、現実逃避のネット利用の拡大について年齢別の推移を示したグラフを掲げた。

結果を見ると、全体として、若い世代ほど、また女性の方が男性より現実逃避でネットに走る割合、つまり精神安定剤としてネットが使われている割合が高い傾向にあることが分かる。

何と10代(13歳以上)の女性では半数以上が、20代女性では半数近くが現実逃避でネットを利用していると答えている。

この6年の動きを見ると女性では10代～30代で上限に達しているようであるが、40代以上では現実逃避のネット利用が増えつつある傾向が認められる。

この設問は、実は、ネット依存を判定する8つの設問(いわゆる「ヤング8項目基準」)の1つである。その8設問は、図1の設問のほか、① 頭はネットのことばかり、② ネットしてないと満足できない、③ ネット利用をセーブできない、④ ネットなしだと落ち着かない、⑤ ついつ

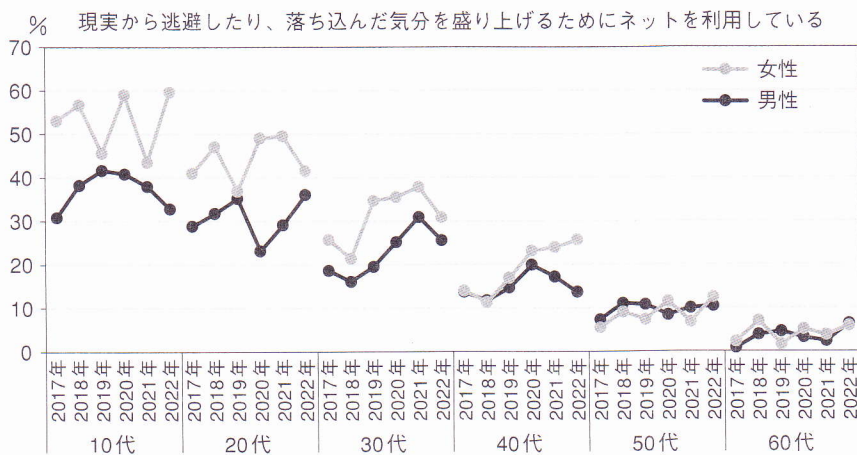


図1 現実逃避のネット利用の拡大

資料) 総務省情報通信政策研究所「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」

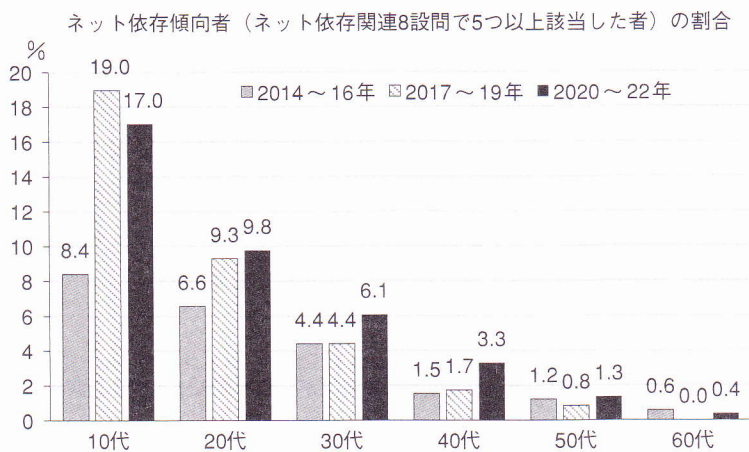


図2 中年にも広がってきたネット依存

資料) 図1と同じ

い長時間ネット利用、⑥ ネットで社会生活がおろそかに、⑦ ネット利用について人にウソをつく、といった7つの設問である。

この8設問の5つ以上に「はい」と回答した者をネット依存傾向者として、その割合の動きが年齢別に集計されているので、それを図2に示した。

全体として若い世代ほどネット依存が多いという状況が認められるが、最近までの動きは世代によっていささか異なっている。

10代、20代の若者のネット依存傾向は2014

～16年から2017～19年に大きく増加し、コロナ禍では横ばいか低下に転じた。コロナ禍の2020～22年には10代の17.0%、20代の9.8%がネット依存と判定されている。

一方、30代、40代の壮年層では、2014～16年から2017～19年にかけてはネット依存傾向の者は増えていなかった。ところが、コロナ禍の2020～22年には急拡大し、30代の6.1%、40代の3.3%がネット依存と判定されている。

同じ調査によれば、10代～20代も30代～40

代もコロナ禍でのインターネット利用時間は大きく増加しているが、10代～20代の場合は、それでネット依存が深まったわけではないのに、30代～40代の場合は、ネット利用時間の増加の一定部分が依存（中毒）によるものだと考えられるのである。

いずれにせよ、ネット依存が若年層から壮年層に広がり、深刻さを増していることは確かであろう。

国際的には軽微な日本の生徒のネット依存

先ごろ、2022年に実施された国際学力テスト、PISA調査の結果が公表され、日本の成績の回復が報じられ、話題となったが、この調査の中では高校1年生の生徒への広範なアンケート調査が実施され、ネット利用時間についても結果が判明している。

そこでこのデータを使って、次に、特に心配される子ども世代に関して、我が国のネット依存が他国と比較して深刻かどうかを調べてみよう（な

お、本連載の2020年8月号「高校生のネット依存の国際比較」では前回2018年調査の同様の結果を紹介しているので参照されたい）。

前回2018年のPISA調査までは、ネット利用時間をトータルに調べていたが、今回は、SNSの閲覧、ネット情報検索・予約・購入、ネットを通じた交流など個別具体的な内容に即して別々にネット利用時間を調べている。その中でもネット利用時間が長いのは、SNSによるコミュニケーションやメールやデジタルコンテンツの共有を含むネット交流の時間である。

そこで、図3には、交流に関するネット使用時間が平日1日当たり5時間以上の生徒割合を国際比較したデータを掲げた。ネット交流だけで1日5時間以上であればほぼネット依存に陥っているといっていよいと考えられる。

結果としては、日本の生徒の5時間以上比率は4.8%と、この設問を行っている52カ国のうち最低となっており、ネット依存は世界で最も軽微だと判定してよからう。

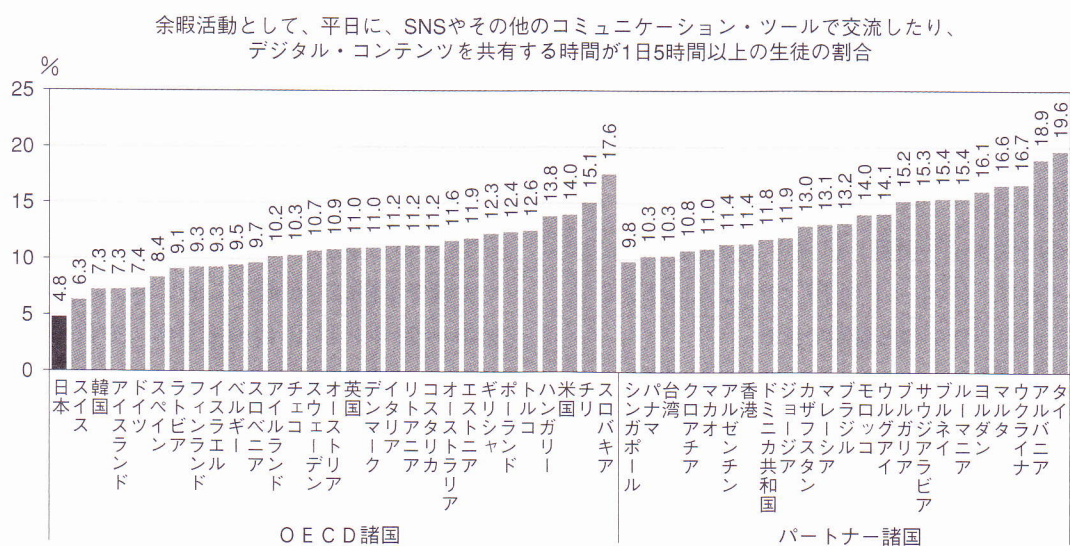


図3 交流に関するネット使用時間の国際比較

注) 81カ国・地域から約69万人の15歳男女（日本では高校1年）が参加した2022年調査の結果。
資料) OECD, PISA調査

5時間以上比率が最も大きいのはOECD諸国ではスロバキアの17.6%、パートナー諸国ではタイの19.6%であり、主要先進国では米国の14.0%が最大である。これらの国では日本の何倍もの生徒がネット依存状態だと考えられる。

なお、5時間以上の比率の低い国として、世界の中では、日本のほか、韓国、シンガポール、台湾、香港など東アジアの儒教圏諸国が目立っている。ネット利用の抑制を指導する先生の言が重んじられるのか、あるいは書き物文化を重んじる伝統のせいなのか分らないが、儒教文化の影響がうかがえよう。

最後に、ネット依存による学力への悪影響をうかがわせる集計結果を紹介しておこう。

図4には、図3の交流に関するネット使用時間の区分ごとの生徒数割合と、各区分の学力（読解力テストの成績）を日本と米国に関して示した。

生徒数割合については、「まったくない」から「1～3時間」までの区分の割合が、日本の場合、多くを占めており、各区分すべてで米国の割合を

上回っている。逆に「3～5時間」より長いネット使用時間区分では、日本ではかなり割合が小さくなっており、米国の方がすべてで上回っている。主要先進国の中でもネット利用の時間が日本と米国では両極に位置していることがこうした結果からうかがえる。

ネット交流時間の区分ごとの学力を見ると、日米ともに、「まったくない」より「1時間未満」の方が成績がよく、「1時間未満」をピークにそれ以上にネット交流時間が長くなればなるほど成績が落ちていく点は共通である。

ただし、ネット交流時間による成績の差は、米国より日本の方がずっと大きくなっており、「7時間以上」というかなり長いネット交流時間の生徒の成績は、日本は421点とかなり低くなるが、米国の場合は447点にとどまっている。日本の場合、ネット依存の弊害に陥っている生徒は少ないが、いったんそうした状況に陥った場合の弊害はかなり深刻になっているともいえよう。

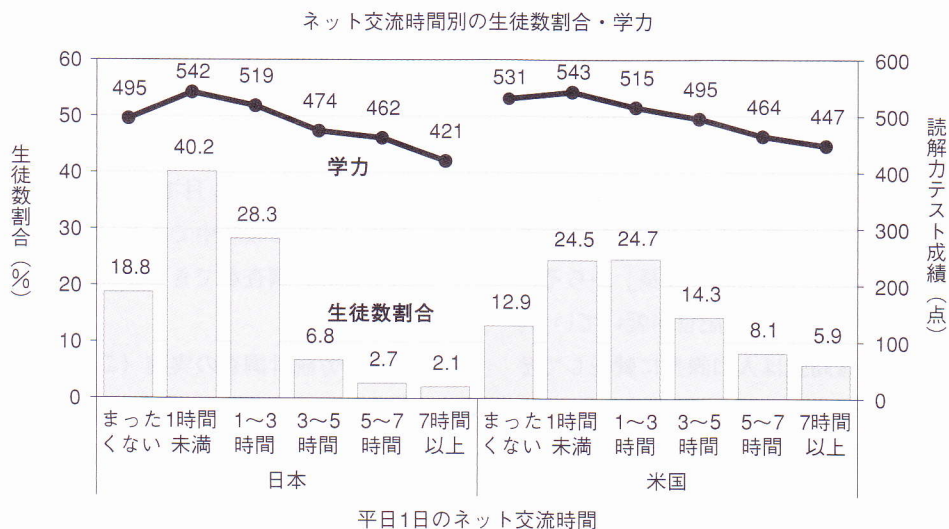


図4 ネット利用時間による学力差（日本と米国）

*生徒数割合は無回答があるため足して100となっていない。

注・資料) 図3と同じ