北海道教育大学学術リポジトリ
Hokkaido University of Education Repository
国立大学法人 北海道教育大学
HOKKAIDO UNIVERSITY OF EDUCATION

スマートフォンを用いた育児の実態

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2019-10-08 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 岡本, 千晴, 岡田, みゆき メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.32150/00006817

北海道教育大学紀要（教育科学編）第70巻　第１号　　令和元年８月
Journal of Hokkaido University of Education（Education）Vol. 70, No.1　　August, 2019

スマートフォンを用いた育児の実態

岡本　千晴・岡田みゆき*

北海道教育大学大学院教育学研究科（院生）

*北海道教育大学旭川校家庭科教育研究室

Childcare Using Smartphones

OKAMOTO Chiharu and OKADA Miyuki*

Graduate School, Hokkaido University of Education

*Department of Education, Asahikawa Campus, Hokkaido University of Education

概　要

最近のニュースなどで「スマホ育児」という言葉を耳にする。実際，外出先で乳幼児にスマートフォンを見せている親が多く見受けられ，スマートフォンを見せることで遊ばせたり，アプリであやしたりしていることがわかる。そこで，本研究では，保護者が育児のために使用するスマートフォンの使用実態を把握するとともに，スマートフォンを使用することのメリット・デメリット，使い続けた場合の子どもへの影響などについて明らかにすることを目的とした。研究方法は，スマートフォン育児に関する文献，ベネッセ教育総合研究所の親子のメディア活用報告書，日本小児科医会の子どもとメディアの問題に対する提言，スマートフォンを使用して育児をする母親へのインタビューなどを対象資料とし，スマートフォンを用いた育児の実態を整理した。結果は以下の通りであった。

・スマートフォンを見たり，使ったりするのは２歳が最も多く，子どもの年齢が低いほど使用頻度が高く，スマートフォンが乳幼児の生活に深く浸透しつつある。
・子どもに一人で自由にスマートフォンを使用させるよりは，写真や動画を母親が見せている場合が多い。
・スマートフォンのメリットは，子どもの知識や心を豊かにするために効果がある，子どもをあやすのに手軽，お金がかからない，育児の情報取得や情報管理に便利，母親同士の交流の場であるが挙げられていた。
・スマートフォンのデメリットは，長時間の視聴や使用が続くと，健康に問題があると同時に常習性や依存性の課題を持つなどが挙げられていた。

1．研究の目的

ここ20年間で様々なメディアが大きな発達，普及を見せた。中でもスマートフォンは2008年に日本でiPhoneが発売され，2010年に各キャリアがAndroid搭載のスマートフォンを発売すると急速に普及が進んだ。2011年には個人のスマートフォンの所有率は14.6%であったが，2017年には75.1%と６年間で約５倍に増加している[1,2]。そして，大人だけではなく，子どもにもスマートフォンの普及は進んでいる。2016年の内閣府の「青少年のインターネット利用環境実態調査」によると[3]，小学生のスマートフォンの所有率は，2012年2.1%であったのに対し，2016年は27.0%と急激に上昇している。このように，小学生にも普及し始めているスマートフォンであるが，乳幼児とはどのような関りがあるのだろうか。そもそも乳幼児はスマートフォンを使用しているのだろうか。

最近のニュースなどで「スマホ育児」という言葉を耳にする。実際，外出先で乳幼児にスマートフォンを見せている親が多く見受けられ，スマートフォンを見せることで遊ばせたり，アプリであやしたりしていることがわかる。

乳幼児とスマートフォンに関する先行研究としては，MMD研究所がインテルセキュリティ（マカフィー株式会社）と共同して行った「乳幼児のスマートフォン利用実態に関する調査」[4]がある。調査は2016年３月10日～12日，０歳から６歳の乳幼児を持つ20歳から49歳までのスマートフォンを所有している女性2190人を対象に実施された。それによると，子どもが何歳からスマートフォンを見たり使ったりし始めたかを聞いたところ，最も多かった年齢は「２歳」で19.7%，次いで「１歳」で18.9%，２歳までには47.0%の乳幼児がスマートフォンに接触していた。「見せたり，触れさせたりしたことはない」は20.0%であった。また，子どもにスマートフォンを触れさせたことがあると回答した人に，どれくらいの頻度でスマートフォンに接触しているかを聞いたところ，「ほぼ毎日」が30.6%と最も多く，次いで「週２，３回程度」が25.0%であった。さらに，子ども一人で使用しているが49.6%であった。この結果から，乳幼児にもスマートフォンが浸透しつつあることがわかる。そして，今後も増え続けることが予想される。

他方，日本小児科医会は，「スマホに子守りをさせないで」というポスターで，スマホ育児に警鐘を促している。スマホに子守りをさせることで，親子の会話や体験を共有する時間が奪われる，体力，運動能力，視力などに悪影響し，赤ちゃんの育ちをゆがめることになると報告している。また，親がスマホに夢中になって，赤ちゃんの興味や関心を無視したり，赤ちゃんの安全に気配りできないことがあるなども報告している。このことから，スマホ育児の課題が多いことが予想される。

しかしながら，以上のような先行研究はあるが，乳幼児のスマートフォンの利用実態やスマホ育児の問題点を明らかにした研究は，ほとんど見当たらない。そこで，本研究では，保護者が育児のために使用するスマートフォンの使用実態を把握するとともに，スマートフォンを使用することのメリット・デメリット，使い続けた場合の子どもへの影響などについて明らかにすることを目的とした。

2．研究の方法

⑴　調査資料

スマートフォン使用の育児に関する文献，ベネッセ教育総合研究所の親子のメディア活用報告書，日本小児科医会の子どもとメディアの問題に対する提言，スマートフォンを使用して育児をする母親へのインタビューなどを調査資料とした。

⑵　調査内容

調査内容は，以下の２つである。

①乳幼児のスマートフォン利用の実態

ベネッセ教育総合研究所の2013年「第１回乳幼児の親子のメディア活用報告書」，及び2017年「第２回乳幼児の親子のメディア活用報告書」[5]のデータを基に，年齢，性別などから，多角的，多面的に分析し，乳幼児のスマートフォンの利用実

態を把握する。なお，調査対象者は，両年ともに首都圏（東京，神奈川，千葉，埼玉）の０歳６か月～６歳就学前の第一子のみの幼児をもつ母親（2013年3234名，2017年3400名）である。

②スマートフォンのメリット・デメリット

スマホ育児の文献や実際のアプリを調査し，スマートフォンのメリット・デメリットを整理する。また，実際に使用している母親のインタビューを基に，子どもへの心配事や課題をまとめる。

３．結果と考察

⑴　乳幼児のスマートフォン利用の実態

表１は，母親の年齢別におけるスマートフォンの所有率を2013年と2017年で比較したものである。両年ともに，母親の年齢が若いほど，スマートフォンを所有している割合が高い。また，全体的に見て，2017年の所有率92.4%は，2013年の60.5%よりも30%以上も超えている。４年の間という短期間に，スマートフォンが母親の間で普及していることがわかる。

表２は，スマートフォンを一週間のうちどのくらいの頻度で使用しているかを2013年と2017年で比較したものである。2013年では，どの年齢においても，「ごくたまに」が最も多かった。次いで，３歳までは「ほとんど毎日」が多く，４歳以上になると「週に１～２」が多い結果であった。2017年では，０歳を除くと2013年と同様に，「ごくたまに」が最も多く，次いで「ほとんど毎日」が多かった。スマートフォンの普及の割には，子どもにスマートフォンを見せたり，使わせたり，子どもとスマートフォンとの接触を控えていることがわかる。しかしながら，毎日のように子どもにスマートフォンと接触させている母親は２割程度いて，2013年よりも多くなっている。ごくたまにしか子どもにスマートフォンを見せたり，使わせたりしない母親もいれば，毎日のように見せたり，使わせたりする母親がいるなど，使用頻度は２極化していることがわかる。また，子どもがスマートフォンを見たり，使ったりするのは２歳が最も多く，子どもの年齢が低いほど使用頻度が高いことがわかる。スマートフォンで子守りをしているかどうかは別として，乳幼児の生活にスマートフォンが深く関わっていることは確かである。

表３は，子ども一日あたりのスマートフォンの使用時間を示している。両年ともに，15分未満が

表１　母親のスマートフォンの所有率

母親の年齢	29歳以下	30～34歳	35～39歳	40歳以上	全体
2013年所有率（%）	73.6	70.1	63.5	50.5	60.5
2017年所有率（%）	95.6	93.5	90.9	88.3	92.4

表２　子どものスマートフォンの使用頻度

（2013年，2017年の人数）	ほとんど毎日		週に３～４日		週に１～２日		ごくたまに	
	2013年	2017年	2013年	2017年	2013年	2017年	2013年	2017年
０歳（569，388）	3.5	20.0	0.9	3.7	0.7	3.2	8.8	17.1
１歳（521，515）	10.7	24.4	8.1	8.3	6.9	7.1	18.8	24.8
２歳（436，515）	18.9	25.9	9.4	12.7	9.1	12.9	27.7	28.9
３歳（448，515）	19.9	23.2	9.4	9.8	11.5	15.0	29.6	29.9
４歳（438，515）	10.7	20.0	9.7	7.9	11.6	13.3	36.1	36.6
５歳（421，515）	12.3	15.6	7.3	9.4	13.2	14.8	32.1	33.4
６歳（401，437）	8.2	18.4	10.3	8.1	13.5	17.0	33.0	32.5

表３　子ども一日あたりのスマートフォンの使用時間

	15分未満	15分ほど	30分ほど	１時間ほど	２時間ほど	３時間ほど	４時間以上
2013年（%）	87.6	3.0	4.8	1.7	0.4	0.0	0.4
2017年（%）	70.2	8.8	8.3	7.0	3.1	1.4	1.3

表４　スマートフォンの利用場面（%）

	2013年	2017年
外出先での待ち時間	30.5	33.7
子どもが使いたがるとき	28.3	29.7
子どもが騒ぐとき	17.0	23.5
自動車や電車などで移動しているとき	21.6	21.6
親が家事などで手をはなせないとき	7.7	15.2
子どもが約束を守ったとき（ごほうびとして）	—	12.4
布団やベッドに入ってから寝るまでの間	3.8	8.2
家で食事をしている間	0.6	2.3

表５　2017年のスマートフォンの用途（%）

写真をみせる	84.4
あなたやお子さまが撮った動画を見せる	76.2
YouTubeなどで検索やダウンロードした動画を見せる	52.3
写真を撮らせる	49.3
音や音楽を聞かせる	45.0
電話をさせる	41.6
一緒に踊る	36.1
ゲームをさせる	22.6
お子さまに動画を撮らせる	14.9

最も多く，子どもはスマートフォンと長い時間接触しているわけではないことがわかる。しかしながら，2017年のほうが2013年よりも長い時間関わるほうの割合が高くなっていた。所有率，使用頻度だけではなく，使用時間も増えている。このことからも，乳幼児の生活にスマートフォンが浸透しつつあることがわかる。

表４は，スマートフォンの利用場面を示している。最も多い場面は「外出先での待ち時間」(2013年：30.5%，2017年：33.7%)，次いで「子どもが使いたがるとき」(2013年：28.3%，2017年：29.7%)という結果であった。おもちゃや本のように荷物にならないことから，おもちゃや本の代用品として外出先で気軽にスマートフォンを子どもに見せたり使わせたりしていることがわかる。また,「子どもが使いたがるとき」や「子どもが約束を守ったとき（ごほうびとして)」という利用場面から，非常に喜んでスマートフォン使っている子どもがいることも伺える。しかしながら,「親が家事などで手をはなせないとき」や「家で食事をしている間」では，子ども一人で使用していて，スマートフォンを子守り替わりに使用していることが想定できる。使用時間が長時間になると，子どもへの悪影響が懸念され，食事中の使用は生活習慣の

習得にも課題を残す。

表５は，2017年のスマートフォンの用途を示している。「よくある」，「ときどきある」と回答した合計（％）である。最も多いのは「写真をみせる」(84.4％)，「あなたやお子さまが撮った動画を見せる」(76.2％)，「YouTubeなどで検索やダウンロードした動画を見せる」(52.3％）と続く。一人で自由にスマートフォンを使用させるよりは，写真や動画を母親が見せている場合が多い。母親が内容を確認し，与えていることがわかる。

以上から，スマートフォンが乳幼児の生活に深く浸透しつつあること，それが短期間に起こっていることが理解できる。そして，この先も乳幼児のスマートフォンの使用は増え続けること予想できる。ただし，母親は子どもにスマートフォンを無造作に与えているのではなく，内容を確認しながら一緒に使用している場合が多い。

⑵　スマートフォンのメリット・デメリット

表６は，スマートフォン使用のメリット・デメリットを示している。「とてもそう思う」，「まあそう思う」と回答した合計（％）である。最も多い回答は「歌や踊りが楽しめる」(2017年66.0％）で，次いで「知識が豊かになる」(2017年58.3％)，「作る，描くなどの表現力を育む」(2017年56.0％）であった。インタビューでも，「楽しそうに歌ったり踊ったりしている」や「アルファベットなども曲と一緒に楽しく覚えようとしている」など同様の回答が多かった。この他，表６でも６番目に挙げられているが，「親子でコミュニケーションが増える」を挙げていた。また，インタビュー調査では，子どものメリットだけではなく，「子どもをあやすのに便利である」，「お金があまりかからない」，「持ち運ぶのに便利」，「アプリが豊富で飽きない」などを挙げていた。特に，音を聞かせると泣き止むので，寝かしつけることの負担が軽減されるという意見も多かった。さらに，母子手帳の代わりとして，子どもの予防接種の日程や身長体重などの情報管理をするために使ったり，育児の情報を得たり，母親同士の交流としても使用したりするという意見も聞かれた。

このことから，スマートフォンのメリットとして，多くの母親は子どもの知識や心を豊かにするために効果があると感じていた。また，育児の負担を軽減するための安くて持ち運びが便利なグッズとしてのメリットも感じていた。

一方，スマートフォンのデメリットであるが，最も多い回答は「目や健康に悪い」(2017年84.5％）で，長時間使用が起因となる健康被害を挙げていた。次いで「夢中になり過ぎる」(2017年77.0％)，「長時間の視聴や使用が続く」(2017年56.0％）

表６　スマートフォン使用のメリット・デメリット（％）

メリット	2013年	2017年	デメリット	2013年	2017年
歌や踊りが楽しめる	66.2	66.0	目や健康に悪い	88.5	84.5
知識が豊かになる	54.0	58.3	夢中になり過ぎる	79.6	77.0
作る，描くなどの表現力を育む	53.4	56.0	長時間の視聴や使用が続く	91.1	73.8
小学校以上の学習で役に立つ	30.6	37.6	危険なサイトにアクセスする	68.3	68.1
集中力がつく	32.8	37.5	次のことに切り替えづらい	57.9	64.9
親子でコミュニケーションが増す	20.8	36.5	成長した時、依存しないか心配	72.6	64.7

表７　スマートフォンへの抵抗感（％）

	とても抵抗がある	まあ抵抗がある	合計
2013年	27.5	46.1	73.6
2017年	27.2	49.2	76.4

表８　スマートフォンの視聴のルール（%）

	2013年	2017年
見る（使う）時間の長さを決めている	32.5	33.5
見る（使う）時間帯を決めている	13.0	13.5
内容を確認している	39.4	21.6
画面に目を近づけ過ぎないようにする	28.2	24.0
場所を暗くしないようにする	32.1	21.0
見る（使う）ときは，親に伝えるように約束している	39.9	17.7
食事中に見ない（使わない）ように約束している	33.9	21.4
寝る前に見ない（使わない）ように約束している	—	14.0
見方（使い方）の約束を守れなかったら注意する	40.3	21.5
子どもに使わせないようにしている	8.5	9.1
インターネットにつながらない状態で使わせる	—	2.7
とくにルールを決めていない	12.5	22.5

であった。インタビュー調査では，「使えば使うほどスマートフォンの使い方を学んでしまう」，「Youtubeなどを見せてしまうと，あれもこれもという感じになり，長時間になってしまう」，「映像と一緒になって動くことができるテレビと異なり，スマートフォンを使うと子どもは動かなくなってしまうことがある」なども挙げられていた。つまりスマートフォンは，長時間の視聴や使用が続くと，健康に問題があると同時に常習性や依存性の課題を持つことを多くの母親が感じているといえる。

表７は，自分の子どもにスマートフォンを見せる（使わせる）ことへの抵抗感を示したものである。70%以上の母親が抵抗感を持っていることがわかる。そして，表８を見ると，実際使用する際に「見る（使う）時間の長さを決めている」や「画面に目を近づけ過ぎないようにする」と回答している母親が２，３割いた。しかしながら，「とくにルールを決めていない」が2017年は22.5%で，2013年よりも増え，抵抗感はあっても手立てを講じていない母親も少なくない。また，ルールを決めている場合でも，見る（使う）時間の長さや時間帯を決めていることが多く，内容を確認したり（2013年39.4%，2017年21.6%），見る（使う）ときは，親に伝えるように約束したり（2013年39.9%，2017年17.7%），見方（使い方）の約束を守れなかったら注意したり（2013年40.3%，2017年21.5%）している母親は少なくなっている。インタビュー調査でも，できるだけ触らせない，見せない，一人で使わせない，使うアプリを制限するなどのルールを設けている母親のほうが多いが，「子どもはもちろんのこと，自分も夢中になってみてしまうことがあり，あまり多く使わせることはよくないと思っても自分自身が使用していることがときどきある」や「年齢が上がってくると，いうことを聞かなくなる」という意見も挙げられていた。

また，同調査では，スマートフォンを見る（使う）時間の長さを決めている，内容を確認している，ディスプレイに目を近づけないようにしているなどルールを決めている場合の方が親子の会話が多くなるという結果も出ている。ルールを決めない母親が増えていることは，親子の触れ合いや会話の面からも危惧すべき課題を考えられる。

以上から，母親はスマートフォンのメリットやデメリットをよく理解していることがわかる。特に，スマートフォンの長時間の視聴や使用による健康被害や，常習性や依存性の問題を危惧しており，使用を控えたり，使用の際はルールを決めた

りしている母親がいる。しかし一方で，スマートフォンは子どもが楽しめるだけではなく，母親自身にとっても，育児の情報取得や情報管理，母親同士の交流の場，子どもをあやすための負担の安くて持ち運びが便利なグッズとして効果があるため，抵抗感があっても手立てを講じないまま，子どもと一緒に見たり使用したりしている母親が多くなっていると考えられる。

４．まとめ

本研究は，保護者が育児のために使用するスマートフォンの使用実態を把握するとともに，スマートフォンを使用することのメリット・デメリット，使い続けた場合の子どもへの影響などについて明らかにすることを目的とした。結果は以下の通りである。

①スマートフォンを見たり，使ったりするのは２歳が最も多く，子どもの年齢が低いほど使用頻度が高く，スマートフォンが乳幼児の生活に深く浸透しつつある。

②子どもに一人で自由にスマートフォンを使用させるよりは，写真や動画を母親が見せている場合が多い。

③スマートフォンのメリットは，子どもの知識や心を豊かにするために効果がある，子どもをあやすのに手軽，お金がかからない，育児の情報取得や情報管理に便利，母親同士の交流の場であるが挙げられていた。

④スマートフォンスのデメリットは，長時間の視聴や使用が続くと，健康に問題があると同時に常習性や依存性の課題を持つなどが挙げられていた。

⑤スマートフォンの使用に対しては抵抗感があっても，手立てを講じないまま，子どもと一緒に見たり使用したりしている母親が多くなっている。

以上のことから，スマートフォンが育児の様々な場面に利用され，親子の時間をつなぐ身近な存在になっていることがわかった。そして，この先も，別のツールが発明されない限り，乳幼児の生活にスマートフォンがさらに深く浸透していくことは間違いない。もちろん，子どもへの影響も大きくなると考えられる。今回の調査で，母親がスマートフォンのメリット，デメリットをしっかり把握し，その使用にルールを決めている場合が多いことは，とても評価できることである。スマートフォンの特徴をいかし，そのメリットを最大限に享受することはむしろ大切であると考える。

しかしながら，そのデメリットを把握せずに，便利なグッズとして長時間，ルールを決めずに使用することは，子どもにとって危険であるということを母親たちは知らなければならない。特に，子どもの頃からスマートフォンを使用している現代の若者が母親になり，子育てをしていく場合，何の抵抗もなく，子育てにスマートフォンを使用するであろう。当然，彼らの子ども自身や，彼らと子どもとの関係に大きな課題を持つことが懸念される。そのような状況を防ぐためにも，保育に携わるわれわれが，スマートフォンが乳幼児の体と心に与える影響について，親たちに伝えていく必要がある。また，継続した研究により，正確な情報の周知と発信が必要であると考える。

最後に，本稿執筆にあたりまして，研究の資料収集に協力いただいた北海道教育大学教育学部旭川校生活技術教育専攻卒業生朝倉麻理奈さんに心から感謝いたします。

引用・参考文献

１）総務省．2011年通信利用動向調査．
www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/040414_1.pdf.（入手日：2018.10.26）

２）総務省．2017年通信利用動向調査．
www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/180525_1.pdf.（入手日：2018.10.26）

３）内閣府．2017年青少年のインターネット利用環境調査．
www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/h28/net-jittai/pdf/sokuhou.pdf.（入手日：2018.10.26）

４）MMD研究所．乳幼児のスマートフォン利用実態に関

する調査．2016年３月．
https://mmdlabo.jp/investigation/detail_1544.html.
（入手日：2018.10.26）
５）ベネッセ教育総合研究所．第２回乳幼児親子のメディア活用調査．2013，2017
https://berd.benesse.jp/up_images/research/sokuhou_2-nyuyoji_media_all.pdf.（入手日：2018.10.26）

（岡本　千晴　大学院生）
（岡田みゆき　旭川校教授）