

青少年育成センターだより

第218号 2025.11.15

防府市教育委員会生涯学習課

青少年育成センター



0835-25-2922

スマホの使用について考える

スマホの使用目安を「1日2時間以内」などとする条例が、愛知県豊明市議会で可決、成立したことを聞かれた方も多いのではないでしょうか。

みなさんは、このことについてどのように考えられますか。「スマホ使用の時間制限は市で決めることではないよ」「市が決めたことで、家庭での指導がしやすくなる」などと様々でしょう。この「青少年育成センターだより」を読んでおられる方もほとんどの方がスマホを利用されていることでしょう。「スマホがないと生活できないよ」「1日2時間では足らないよ」などと思っておられる方も多いのではないでしょうか。そのように考えられる方も今一度、スマホの使用について考えてみましょう。

ちなみに、条例の主なポイントは、下記のようになっています。

- 対象 全市民
- 罰則 なし
- 使用終了時間（目安） 小学生以下＝午後9時 中学生以上（18歳未満）＝午後10時
- 保護者の努力義務 ①家族全体でスマホなどの適正使用への理解を深める
②スマホなどの使用について家族でルール作りを行う

「専門家の賛否の声」が載っていましたので紹介しましょう。

民間団体「子どものネットリスク教育研究会」の大谷良光代表は、スマホの長時間使用が脳の発達に影響を与えるという研究結果を挙げ、「日本のネット依存に対する取り組みは諸外国に比べて進んでいない。自治体が条例という形で声を上げることは歓迎だ」と評価する。その上で「啓発活動や教育などソフト面の取り組みにも今後期待したい」と話す。

一方、スマホ依存問題に詳しい多摩大情報社会学研究所の井出草平客員教授（社会学）は「不登校問題には発達障害や精神疾患などの要素がある。スマホの使用時間を制限するだけでは、支援が必要な子どもや親に対し、必要なサービスが提供されず、実効性のない政策に向かってしまう副作用が懸念される」と指摘している。

条例成立後、「この条例が成立したことについてどう思われますか」と、親子で通行していた人に対して、インタビューをしていました。父親が「良いことだと思います。子どもの使用時間が長くて困っていました。これから条例ができたおかげで注意できます」と答えました。それに対してインタビュー者が、「ところでお父さんはどのくらい使用しておられますか」と問われ、お父さんが自分の使用時間を調べたところ、5時間程度になっていました。私はその父親の答えに、「子どもに使用時間を制限するのであれば、大人が良い模範を示さなければいけないのでないのだろうか」と思ったのですが、みなさんはどのように考えられますか。

今、子どものスマホの長時間利用で困っておられる家庭も多いのではないでしょうか。そのままにしておくのではなく、今一度、「使用時間も含め適正利用」について、話しませんか。

青少年育成センター指導員 藤村