中学校・岡山市長賞

ネットのメリットとデメリット

岡山市・芳泉中3年　與曽井　優希

「中高生の7人に1人に病的なインターネット依存が疑われる」との記事に驚いた。さらに〝予備軍〟を含めると、40％にも上るそうだ。しかし、ぼくは今、ネット依存になりたくてもなれない。自分のスマホを持っていないからだ。母はガラケーさえ持っていない。父はスマホを持っているが、ぼくには触らせてくれない。パソコンはあるものの、ネットにつながっていないので役に立たない。

「ネット依存は日常生活に支障が出る」とあったが、ネット環境がなければ友だち関係に支障が出る。昨晩したであろうLINEの会話には入れない。また、学校生活にも支障が出る。ある日、ぼくが部活に行くと、みんな準備ではなく片付けをしていた。どうやら、時間の変更があったらしい。でも、ぼくにはその情報は届かなかった。せっかくウキウキして登校したのに、ガッカリしてUターン。「せめて、お母さんがスマホを持って。」

自分のスマホを持っていない友だちは、親のスマホから情報を得たり、LINEやゲームをして楽しんだりしている。母の返答は、

「スマホを持つことで得られる便利さより、持つことによるストレスの方が大きい。お母さんはストレスフリーの不便さを選びます。」

確かに、グループラインなどのトラブルに巻き込まれることも、寝不足になることも無い。持たないことで得られるメリットも大きい。

ネット難民のぼくにとって新聞は情報源だ。ネット（ゲーム）依存に警鐘を鳴らすこの記事の下に、ゲーム推奨とも取れる「eスポーツ」の記事を発見。ゲームでありながら、国際オリンピック委員会にスポーツと認められ、ゲームは不健康というイメージが変わりつつあるそうだ。2つの記事の対比がおもしろかった。新聞を広げると幅広い話題が目に入る。しかしスマホを持つと、ネットニュースで読みたいものだけを読むようになるのだろうか。知識を得る機会を逃すのはデメリットだ。

中学卒業前に、ぼくもスマホデビューする。スマホには情報をすぐに得られるメリットとトラブルや依存などのデメリットが共存している。記事に「ネット依存はうつ病や脳の障害を引き起こす恐れもある」とあり、少し怖くなった。ぼくは今回この新聞を読んで決めたことが2つある。ネット依存にならないよう自制することと、ネットニュースだけに頼らず、新聞にも目を通すことを忘れないことだ。スマホからメリットだけを享受できるよう、ぼくなりの方法を見付けようと思う。

中高生ネット依存93万人

5年で倍増、スマホ普及

厚労省推計

厚生労働省研究班（代表・尾崎米厚鳥取大教授）は31日、病的なインターネット依存が疑われる中高生が5年間でほぼ倍増し、全国で93万人に上るとの推計を発表した。中高生全体約650万人の7人に1人に当たる計算となる。特に女子の割合が高い。スマートフォンを使ったゲームや会員制交流サイト（SNS）の普及が背景にあると考えられ、対策強化が求められそうだ。（4面に関連記事）

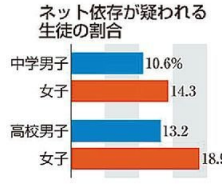
ネット依存は、インターネットやオンラインゲーム、SNSなどを使い過ぎる状態で、日常生活に支障が出る。暴力や引きこもり、うつ病などの合併症や脳の障害を引き起こす恐れもある。

研究班は2017年度にネットや飲酒、喫煙に関する調査を行い、協力が得られた中学高校計103校の約6万4千人からの回答を分析した。「ネットの使用をやめようとすると落ち着かない」などネット依存に関連する8項目の質問に5個以上当てはまる人を「病的な使用」とした。

その結果、中学男子の10・6％、女子の14・3％、高校男子の13・2％、女子の18・9％が病的使用で、全国では少なくとも93万人と推計された。12年度の調査では推計51万人で、ほぼ2倍になった。

質問に3～4個当てはまる〝予備軍〟を含めると254万人に上る。中高生の半数前後がネットのやり過ぎで成績低下を経験していた。

30日以内にネットを使った人のうち、中学生の70％以上、高校生の90％以上がスマホを利用していた。LINE（ライン）など無料通信アプリの利用率は高校男子で85～90％、高校女子は92～96％に達した。ツイッターなどの利用率は特に高校女子で70％以上と高く、高校男子は60％前後。一方オンラインゲームは中高生とも男子で高く50％以上なのに対し、女子は40％以下だった。



2018年9月1日付　山陽新聞

寸　評

中高生のネット依存に関する記事を読み、情報をどのように得るかを考えました。スマホを所持しない母親の思いを理解した上で、自分なりの方法を探す誠実な姿勢が印象的でした。

（C）山陽新聞社　無断複製・転載を禁じます。

2019年2月23日掲載