

NEWS FILE

.....厚生労働省研究班 News Release 2013年 8月 1日(木)

中高生のインターネット依存推計51万人

中学生の6.0％、高校生の9.4％、推計51万人がインターネット依存——。こんな衝撃的な報告が今年の夏、厚生労働省研究班（研究代表大井田隆日本大学教授）によって出されました。

この調査は、全国から無作為抽出された中学校140校、高等学校124校の中高生約14万人を対象として、平成24年の10月から今年3月にかけて実施されたものです。「インターネットの使用をやめようとした時、落ち込みやイライラを感じるか」といった8項目の質問に答えさせ、「はい」が5項目以上で「病的使用」、3～4項目で「不適応使用」、2項目以下は「適応的使用」と分類し、中高生の総数から推計すると、病的使用が51.8万人、不適応使用が104.7万人という結果になりました（図1）。1日5時間以上インターネットにアクセスしている中学生が、男女とも1割近くいることもわかりました（図2）。依存だけでなく、様々な健康被害、犯罪被害の広がりも予想されます。

こうしたまさに“今”そこにある危機に対して保健の授業で何ができるのか。今号のテーマです。

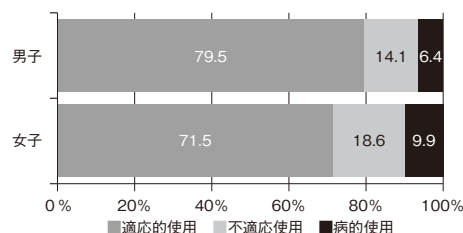


図1 中高生のインターネット依存度

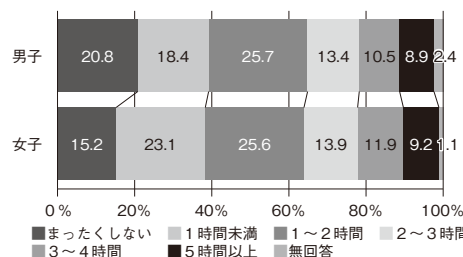


図2 中学生のインターネット使用時間（平日）

■ “今”を教える保健の授業 CONTENTS

スマホ時代の子どもたちとどう向き合うか 竹内和雄（兵庫県立大学） 2

中高生に対する子宮頸がんの予防教育 赤澤宏治（千葉県立船橋東高等学校） 6

スマホ時代の子どもたちと どう向き合うか

竹内和雄

(兵庫県立大学環境人間学部)

1 スマホ時代の子どもたち

「昨日も ^{ライン}LINE 寝落ちしてしまった」
「結局、2時で眠い眠い」
「自分から終われないよな、LINE って」
「そうそう、それでつつい睡眠不足（笑）」

2013年10月、筆者が中学2年生対象で行ったインタビューの1シーンである。彼らの学校では中2のすべてのクラスにLINE（無料通話・メールサービスアプリケーションの代表格）のグループがあり、6割程度のクラスメートが夜な夜な「話し合っている」そうである。これは決して特別なケースではなく、日本各地の中学生が同じような発言をしている。ちなみに「LINE 寝落ち」とは、「LINE したまま寝てしまうこと」程度の意味で、各地で同様な言葉を耳にする。

内閣府（2013）によると、高校生のスマートフォン（以下スマホ）所持率（携帯電話所持者のうち、スマホを持っている者の割合）は、55.9%と、前年度比7.8倍と急激に伸びている。

このデータは平成24年11月に調査したものの集計結果だが、筆者による調査（平成25年6月、関西の公立高校生421名対象）では、スマホ所持率は7割を優に越えていた。スマホ所持率の急激な上昇は、小中学生にも及ぶ。

図1・図2は、筆者が大阪の小・中学生約2,500人に対して、平成24年6月から平成25年6月まで、約半年ごとにおこなった調査結果の一部である。小5～中3のスマホ所持率の推移を男女別にグラフ化してある。

グラフからは、中学生の所持する携帯電話が、従来の携帯電話（以下ガラケー）からスマホに移行していったのが読み取れるだろう。特に中1のスマホ所持率の上昇は、他に比べて顕著である。

筆者は、中1になって初めて携帯電話を買い与えられる中学生の多くが、最初からスマホを購入して

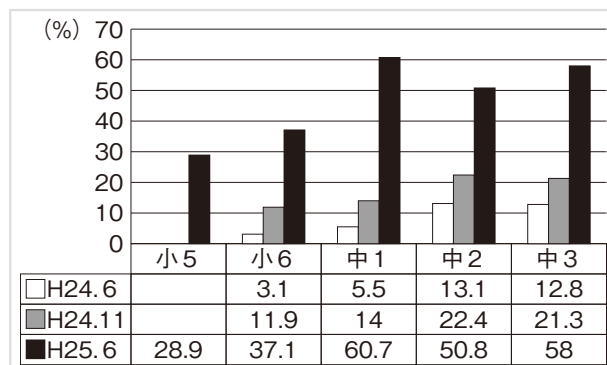


図1 スマホ所持率の推移（男子）

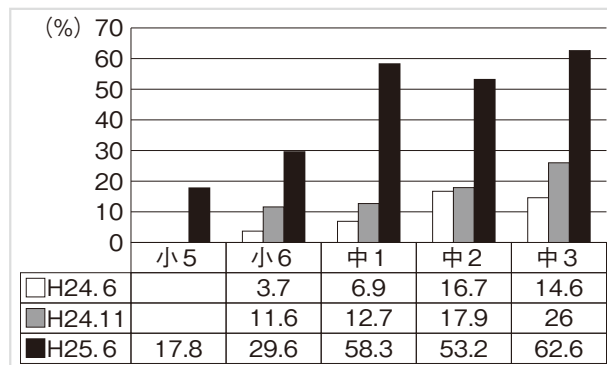


図2 スマホ所持率の推移（女子）

いると考えている。そしてこの傾向は、今後とどまることはないと考えている。

高校生は、ガラケーを使用してからスマホへ乗り換えることが多いのに対して、中学生は最初からスマホを使い始める。そこで多くのトラブルが発生してしまっているのではないだろうか。ガラケーは中高生からの爆発的支持により、日本独自の「進化」を遂げてきたこともあり、中高生使用を前提として、彼らへの様々な保護策が施されてきた。フィルタリング（有害サイトアクセス制限サービス）や後述するカメラ機能のシャッター音が消せない設定等である。しかし、スマホは「小さなパソコン」と考えて良いほど高機能で、もちろん中高生の使用を前提としていない。このあたりが今の「スマホ問題」が日に日に大きくなっている一因だと考えている。

2 | スマホとガラケーの違い

では、まずここで、スマホとガラケーの違いを列記してみよう。今回は「高機能」「アプリのダウンロード」「Wi-Fi回線も併用」「PC向けのサイトへのアクセス可能」の、4つの観点から記述する。

(1) 高機能

スマホは、サイズは小さいがパソコンと変わらないほど機能が高い。処理スピードが速いので、インターネット接続や動画視聴など、ガラケーでは考えられないほど様々なことが可能になった。子どもが夢中になるようなサービスがいくらかでも楽しめる。

たとえば、「LINE」にはグループチャット機能があり、複数の人間によるメッセージのやりとりが、リアルタイムの会話形式で簡単にできてしまう。また、CMでもおなじみのオンラインゲーム「パズル&ドラゴンズ」(通称；パズドラ)は、子どもたちが夢中になるリアルで美しいゲーム画面を、スマホの高機能を活かして基本料金無料で提供している。

(2) アプリのダウンロード

ガラケーは利用者のできることが決まっていたが、スマホは自分でアプリケーション(以下アプリ)をダウンロードして、機能をどんどん付け足していくことができる。日本のガラケーはローカルルールに基づき、カメラ機能を使うときのシャッター音は消せない設定になっていた。しかし、スマホ向けアプリは世界基準でつくられるため、シャッター音を消すことができるカメラ(通称；消音カメラ)のアプリがいくつもつくられている。これをインストールすれば、無音での撮影が誰でも簡単にできるようになる。最近よく新聞等を賑わす盗撮問題と、消音カメラアプリは無関係ではないと筆者は考えている。

(3) Wi-Fi回線も併用

ガラケーは、基本的に携帯電話専用回線(3G回線)を使用してインターネット接続をしていたが、スマホは、Wi-Fi回線も併用している。Wi-Fi回線とは無線LANと呼ばれるパソコン用の回線である。この回線は当初、フィルタリングをかけることが難しいという状況にあったため、スマホ側でフィルタリングを設定していても、子どもたちが違法・有害サイトに接続できてしまう危険性があった。携帯電話事業者ごとに対応していったが、2013年8月まではこの危険にさらされていた子どもたちもいた。

(4) PC向けのサイトへのアクセス可能

ガラケーは多くの場合、ガラケー専用のサイトへしかアクセスできず、PC向けのサイトへはアクセスできないことが多かった。そのため、スマホの流行以前は、ガラケー使用者とPC使用者の接点はあまりなかった。

しかし、スマホは高性能であるので、PC向けのサイトへのアクセスが可能になり、このことによって、PC使用者とスマホ使用者がインターネット上で出会うこととなった。

筆者は、最近の「ネット炎上事件」と呼ばれる一連の事件は、この出会いによって誘発されたと考えている。

3 | スマホ所持の子どもの現状

以下のグラフは前掲のグラフと同じ調査の結果である。それぞれの質問に対して、携帯電話を持っていない中学生(以下「不所持」と呼ぶ)とガラケーを所持している中学生(以下「ガラケー所持」と呼ぶ)とスマホを所持している中学生(以下「スマホ所持」と呼ぶ)の回答を比較したものである。

(1) 睡眠時間

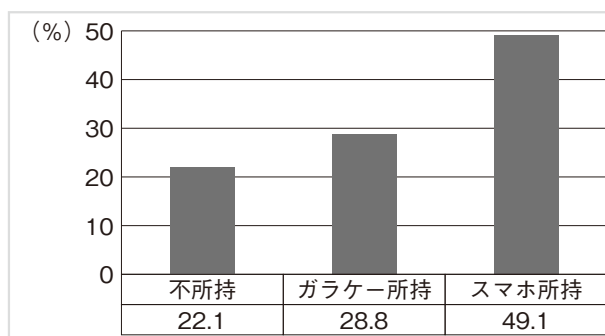


図3 「いつも12時より遅く寝る」と答えた割合

「いつも12時より遅く寝る」と答えた割合は、「スマホ所持」は、「不所持」「ガラケー所持」に比べ、格段に高い。

興味深いグラフであるが、このグラフだけでは、遅く寝る理由がスマホだとは言い切れない。「卵が先か、鶏が先か」の議論と同じである。しかし、それにしても、スマホ所持者に何かが起こっている(起こりかけている?)ことは疑いようがないと考えるべきだろう。

中学生にこのグラフを見せて感想を聞いてみた。

- ・LINEの書き込みを自分で終わらせたら悪いかなあと罪恶感を感じ、続けちゃう。(中2女子)
- ・僕はゲーム。パズドラにはまってるけど、やりだしたら止まらない。(中1男子)
- ・よく寝落ちしてしまって、スマホを握りしめて寝てることがある。朝起きて、すぐ続きをやるって感じ。(中3男子)

我々が思っている以上に深刻な状況である。

(2) 部活動への参加

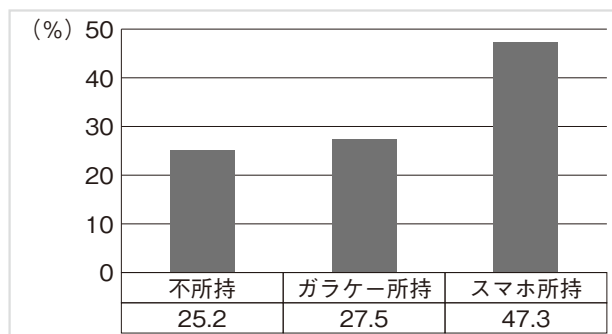


図4 「部活動に参加しない」と答えた割合

「スマホ所持」は、その他の生徒に比べて、多くの生徒が「部活動に参加しない」と答えている。これも中学生に見せてみた。

- ・僕も部活参加してない。部活って、先輩に敬語使ったりとかめんどくさいけど、スマホなら楽しいことばかり。いやだったら終了したら終わりだし、放課後までびくびくしたくない。(中1男子)
- ・私たちの頃は部活へ行く理由の半分は友達に会うためだったけど、今は、LINEですっ一緒だからわざわざ部活行かないでもいいんじゃないかな。(中3女子)
- ・部活とかじゃなくても、スマホしてたら友達も楽しいこともいっぱいあるし。部活なんて時間の無駄って言うてる子も多い。(中2女子)

(3) 勉強への自信

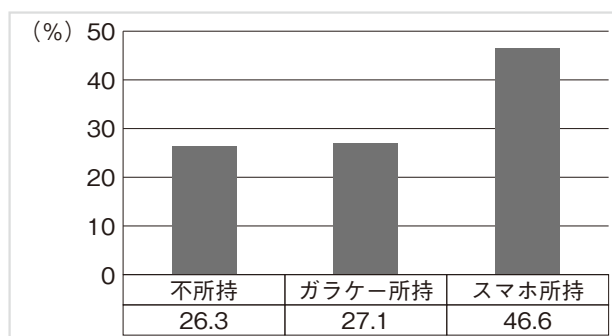


図5 「勉強に自信がない」と答えた割合

筆者が最も深刻だと思っているのはこのグラフである。注意を要するのは、これは、「勉強ができない」と答えた生徒ではなく、「勉強に自信がない」と答えた生徒の割合である。

筆者には、公立中学校教諭としての勤務経験が20年ある。過去の経験から、20点でも「勉強に自信がある」と答える生徒はいたし、90点でも「勉強に自信がない」と答える生徒もいた。これは、自分の基準をどこに置くかや、周囲がその生徒にどの程度の点数を期待しているかによって大きく変わってくることが多い。

こうした経験から、図5は、「スマホ所持者は、自分自身の基準に結果が達していないし、周囲の期待に応え切れていないと考えている」と読み取ることができる。つまり、「スマホ所持」の生徒の中には、「自分はいっとできるはずなのにできていない」と考えている生徒が多いといえるだろう。

中学生自身に聞いてみた。

- ・LINEで、友達のノートとか写メで撮って送ってもらったりして便利だし、わからない問題があったら、クラスのLINEで『この問題教えて』と書いたら、親切な人が教えてくれる。(中2女子)
- ・テスト前とかLINEで、『今日はカンテツ（完全徹夜）でがんばろう』とか言い合ってるけど、結局、雑談ばかりになっちゃって、テストの点数は最悪。(中3女子)

彼らの多くは、スマホを使って情報交換してテストに臨もうとしてはいるが、集中力を維持することができず、結果的に勉強に身が入っていないと話している。

4 保健体育科での取り扱い

以上、見てきたように、スマホの利用で起こっている様々な問題は、保健体育科で扱う学習内容と深く関わっている。

「学習指導要領における食育、安全教育、性に関する指導の主な内容」(文部科学省)には、「学習指導要領では、中学校保健体育科保健分野では、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活、食事の量や質の偏りが盛り込まれている」とある。このうち、特に、「休養及び睡眠の調和のとれた生活」の部分が、スマホによって脅

かされている生徒たちが多い可能性がある。

ほかにも、性への関心と行動選択、ストレスとストレス対処、犯罪被害をはじめとする身のまわりの危険といった内容が保健分野で扱われる。これらを指導する際に、生徒たちの現状を考えるとスマホとのかかわりは避けて通れないだろう。もちろん、保健体育科だけで扱う問題ではないが、保健体育科の指導に際しては、昨今のスマホの流行に伴う生徒たちの変化を念頭に置く必要があると思われる。

スマホは生徒たちの生活に大きな変化を与えている可能性が高い。しかし、私たちの社会は、まだその功罪について、十分な認識を持っていないし、しっかりした指導方法が確立しているわけでもない。教員には日頃からの情報収集と研修体制の充実が求められるところであるが、いっぽうで最近の生徒の状況は「待ったなし」である。

この状況を克服するために、私たち大人は、子どもから学ぶ姿勢を持つべきである。スマホの問題については、現段階では、生徒の方が教員よりも、よく知っている場合が十分に考えられる。もっと言えば、生徒自身に状況を話し合わせ、具体的な解決策まで考えさせるような指導が可能である。

5 | 大阪府寝屋川市での事例

筆者はおおさかふ ねやがわし大阪府寝屋川市で、各中学校の生徒会執行部員が集まり、携帯電話について話し合う場面に深く関わったことがある。

彼らは問題の所在から話し合い、「夜、携帯電話でメールなどをしていてなかなか眠れない」ことを話し合いの議題として取り上げた。

彼ら自身によって様々な対策が考えられたが、最終的には、「メール終わらせ言葉」を寝屋川市で統一しようということになった。

長い議論の末、『返信不要』とメールに書いたら、それ以降はお互い、メールをしない』ということに

なった。各自が各校に持ち帰り、朝礼や生徒会新聞などを通して、広める約束で散会した。一ヶ月後の成果発表会では、どの学校からも「返信不要は全く広まらなかった」と報告があったが、生徒の顔が晴れ晴れしている。聞くと、「言葉じたいは広がらなかったが、『みんな、夜、携帯電話で困っている』とわかって、切りやすくなった」と喜んでいて。つまり、大切なことは、合い言葉ではなく、困っている気持ちを共有することだったのだ。

この事例は、様々なことを私たちに教えてくれる。私たち大人は、子どもたちに教諭することばかり考えてしまうが、実は子どもたち自身は答えを知っている。今、問題なのは、彼らがその答えに気づく機会を与えられていないことなのかもしれない。

6 | これからの指導に向けて

スマホに関わる問題は、今後、沈静化するとは考えにくい。課題は大きくなり、低年齢化も予想できる。そのために、私たち自身がまずこの問題にしっかり向き合い、その上で、子どもたちと一緒に答えを見つけていくことが必要である。

もちろん、まだ誰も答えを持っていないので、様々な場所で、試行錯誤しながら私たちの社会は答えを見つけていかなければならない。そしてその中核部分に、保健体育科の教員がいることが求められているのではないだろうか。

引用・参考文献

■文部科学省「学習指導要領における食育、安全教育、性に関する指導の主な内容」

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo3/004/siryo/07091203/004/002.htm.

■内閣府「青少年のインターネット利用環境実態調査」2013.

■竹内和雄「スマホ時代のいじめの現状と対応について」『自由と正義 (64)』p16-21, 日本弁護士連合会, 2013.

■竹内和雄「寝屋川市中学生サミットの挑戦～自分たちでネットいじめ撲滅～」『文部科学時報 (1635)』p19, 文部科学省, 2012.

######

がん教育を社会教育に委ねるのではなく、中高生といった若い世代に対する教育が必要である。特に、保健体育科で積極的にがん予防について指導していくことが重要となってくる。

思春期の生徒たちは、HPV ワクチンの優先接種対象者である。彼らが1次予防の予防接種を受けるのか、2次予防の子宮頸がん検診を受診するのか、あるいはそれらをしないのか。どんな選択をするにしても、まずは正しい知識を持つことが必要である。今後、学校で HPV・子宮頸がんの健康教育を進めていく上において大切なのは、生徒が正しい行動選択を行えるよう、我々教員が正しい知識を伝えることだと考える。

2 HPV 感染に関する基礎知識

(1) ウイルスと感染経路

ヒトパピローマウイルス (HPV) は、ヒトにのみ感染し、何千年もの間ヒトの中に住み続けているウイルスである。HPV はウイルス DNA を持ち、ウイルスの殻 (キャプシド) がその DNA を包んだ構造をしている。HPV は最も小型なウイルスといわれ、ウイルス遺伝子はたった8つしかない。

HPV は、100種類以上のタイプ (遺伝子型) に分けられ、性的接触によって生殖器粘膜や外陰部皮膚に感染する。これまでは、HPV に感染しても、90%は自己免疫システムにより体外へ排除されるとされていた。しかし、最近の研究において、HPV が粘膜の一番奥 (基底層) に潜伏感染することがわかってきた。潜伏感染状態では、どんなに高感度の HPV 検査をしても陰性になってしまうことが問題である。

(2) ハイリスク HPV とローリスク HPV

子宮頸がん、肛門がん、外陰がん、膣がんなどから検出される HPV を「ハイリスク HPV」と呼び、尖圭コンジローマなどの良性乳頭腫から検出される HPV を「ローリスク HPV」と呼ぶ。

パピローマウイルスとは、イボを作るウイルスという意だが、ハイリスク HPV の一群だけがイボを作らず無症状のままである。ハイリスク HPV はパピローマウイルスの中ではむしろ異端児である。子宮頸がんをはじめとするがんに関連性のあるハイリスク HPV には、少なくとも10種以上のタイプがあ

るが、20～40歳代の子宮頸がんは16・18型が70～80%を占めており、がん化の進行も早い。HPV16・18型は、ハイリスク HPV の中でも“very high-risk”と言える。

(3) HPV ワクチンの種類

HPV ワクチンは、HPV ウイルスの殻を模倣した蛋白質からつくられている。ウイルス粒子とほぼ同様の立体構造ながら、中身は空で感染性はまったくない。薬剤名「サーバリックス®」は HPV16・18 型をカクテルにした2価ワクチン、「ガーダシル®」は16・18・6・11型をカクテルにした4価ワクチンである。接種方法は筋肉 (上腕三角筋) 注射で、回数はどちらのワクチンも3回だが、間隔が異なる。

子宮頸がんに対する予防効果は、2価ワクチンも4価ワクチンも同等であるが、4価ワクチンはさらに多くの疾患 (子宮頸部上皮内腫瘍、肛門がん、膣がん、外陰がん、陰茎がん、咽頭がん、尖圭コンジローマなど) の予防効果を証明している。また、男性における接種を実施している国もある。

このほど、16・18・31・33・52・58・45・6・11 型をカクテルにした9価ワクチンの臨床試験が終わった。これが販売されれば、ほぼすべての子宮頸がんは予防できると期待されている。

3 指導の現場から—生徒の現状

筆者はここ数年、子宮頸がん予防に関する授業と研究を行ってきた。実際の授業を通して得られたものをまとめる。

(1) 生徒の理解度

①認知度 子宮頸がんという名称の認知度は、CM が繰り返し放送されたため男子においても上がり、男女の差は無くなった。いっぽうで、子宮頸がんは性感染症 (STI) であるにもかかわらず、その認識は非常に低い。

③発がんの原因 生徒は発がん原因として遺伝を重く捉えている (図3)。女子は、ホルモン異常と答えた者が遺伝に次いで多く、子宮内膜がん (ホルモン異常が原因) と混同している。生徒たちの多くは、子宮頸がんは他のがんと同様に遺伝すると考えている実態がうかがえる。喫煙は、肺がんの発生原因のメインとして理解しているが、免疫を低下させる点ではすべてのがんの共通因子であるということまで

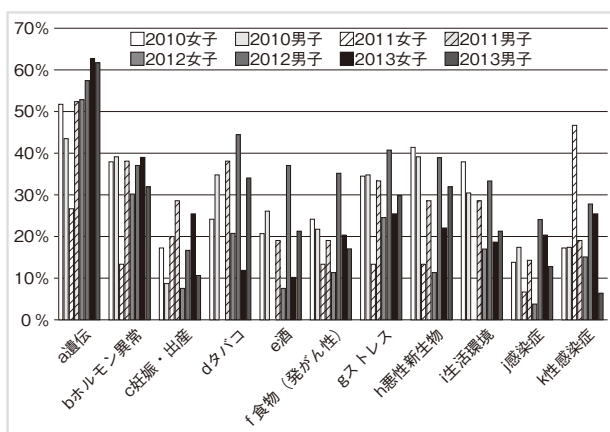


図3 子宮頸がんの原因（高1回答）

は理解していない。なお、ストレス、喫煙については保健の教科書に記載されており、授業を行っている。

4 授業の考え方

（1）授業の具体的な目標

- ①がんに対する基本的な知識を得る
- ②子宮頸がんについて正しい知識を得る
- ③がんを予防する行動がとれる
- ④早期発見するための行動（定期検診）がとれる

（2）教材を選ぶ観点

①認知的アプローチの教材 医学的知識を得て、疾病の原因となる自己及び環境の諸要因に気づき、予防の必要性を認知させる。疾病に関与する身体的、精神的、社会的要因を明らかにし、それらの防止策を思考させる。「状況」判断から具体的予防行動の選択を意志決定させ、行動へ導く。

②情意的アプローチの教材 疾病に関して体験した事実、他者の言動等により、深く心を動かされる「状況」を教材とする。疾病により直接、間接的にもたらされる事態を教材から知り、感じ、情動を刺

激された結果、疾病回避につながる。

（3）授業を行う上でのポイント

生徒の中に、子宮頸がんを罹患した近親者がいるものとして授業を行う必要がある。男子に対しては、将来自分の大切な人に感染させてしまうかもしれないことを伝える。また、ハイリスク HPV が子宮頸がんだけでなく、（リスクは低い）肛門がん、陰茎がん、前立腺がん等の他のがんに関係することを授業の内容に取り入れることで、生徒たちに子宮頸がんを身近に考えさせることができる。また、1回の授業だけでは効果は薄く、授業改善をしながら複数回繰り返す行うことで、知識の定着から予防行動へつながっていくと考える。

5 終わりに

子宮頸がんを防ぐためには、学校の授業で取り上げ、正しい知識を教える必要がある。予防のためには原因の認識が大切である。感染源、感染経路、感受性者の関係を理解していないと、予防効果には結びつかない。

学校においては、保健体育科のみならず、保健主事、養護、理科、家庭科の職員で打ち合わせを行い、学校全体で教育活動をしていく必要がある。また、中・高等学校においては、学校医などの専門家による講演などを最低3年に1度行う必要がある。そうすることで、少なくとも在学中に1回は、生徒が最新の知見を得ることができる。

保健体育科の教師が、最新の報道や文献に目を通し、専門家が講師を務める講演会に出席して、医学の進歩と社会の変化を保健の授業に反映し、時代に即応した保健教育を推進することの必要性を、HPV 感染は教えてくれている。