SY7-5

デジタル認知障害とメディア・スマホ依存の予防と対策

大谷　良光
子どものネットリスク教育研究会（元弘前大学）

私は東京都の中学校教師を28年間勤め、その後14年間大学の教育学部に在職し、その後半からネット問題に係わった。その立場から、ネットの長時間接触により深刻化しつつある健康被害について、その対策を提起する。

1. 子どものネット・スマートフォン（以下「スマホ」）での長時間接触の実際

2. なぜ長時間になっているのか

3. ネット依存の実際とネット依存尺度表の問題

4. 学力低下・脳の発達阻害：デジタル認知障害の現状

東北大学の脳科学者川島隆太の「脳画像による脳の異変」を明らかにした各種研究や、ドイツの精神科医マンフレンド･シュピッツァー著の『デジタル･デメンチア』（2012）等により、ネット･メディアの長時間接触による脳の発達阻害の現象とエビデンスが明確になりつつある。

5. 視聴神経等健康被害の現状

6. ネット依存を内包した「新ネット・生活習慣病」との提起

2013年に厚生労働省科学研究の一環の調査として公表され、よく引用される「中高生ネット依存傾向者」8.1％は、我々の推測より高いが、ネット依存予備軍と思われる、「ネットにハマっている」と意識している層はもっと多いと推測される。これらの層を「新ネット・生活習慣病」と捉え、ネットの長時間接触を防ぐ対策とその前提としての啓発活動の強化が求められている。

7. 医療関係者、教育関係者の連携した啓発活動の強化と「成育基本法」制定の働きかけ

ネット・スマホの長時間接触の問題は社会問題化しつつあるが、その対策は「上手な利用」の指導で済まされている。大人と子どもの大脳生理機能を無視したこの主張は、ネット健康被害への認識不足から生じている。日本医師会等が提起している「成育基本法案」を視野にした国民の認識の深化を目指したい。そのためにも、子ども、保護者、関係者への啓発活動の強化が求められ、そのシステムの確立が急務である。

8. ネット健康問題啓発者養成全国連絡協議会の拡充による啓発活動の活発化を

Presented by Medical*Online