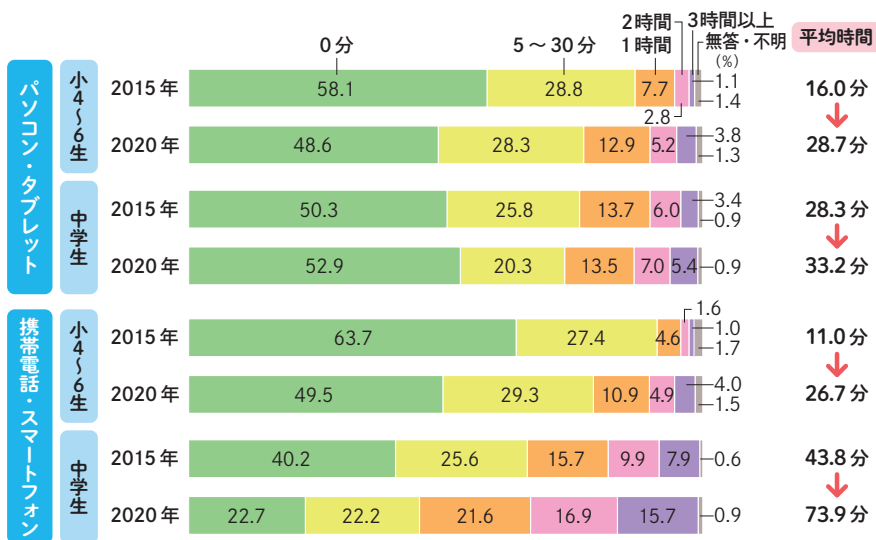


# 家庭でのICT利用と 学習状況の関係

GIGAスクール構想で学校のICT利用が進む中、家庭でもICTの利用が進んだことで、子どもは既に多くのデジタル端末に触れている。今回は、その利用の実態と学習状況の関係から、デジタル端末の上手な使いこなし方を考えていく。

## 1 1日1時間を超える携帯・スマホの使用で、学習・睡眠の時間は平均以下に

図1 デジタル端末の使用時間の経年比較（平日1日あたり、学校段階別）



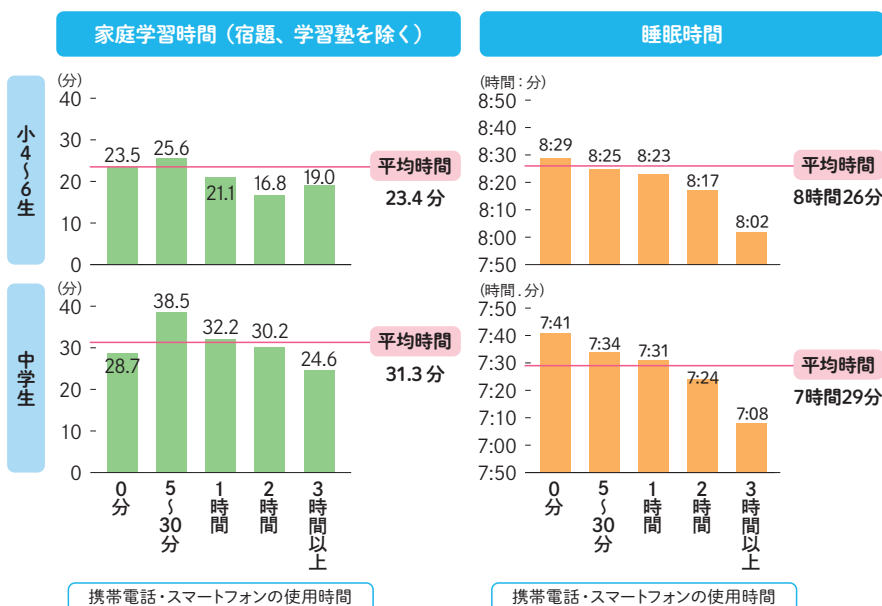
注) 「5～30分」は「5分」「10分」「15分」「30分」、「3時間以上」は「3時間」「4時間」「4時間より多い」と回答した者を合わせて算出した。

### デジタル端末の使用時間が増加

子どもたちのデジタル端末の所有率の変化を見ると、2015年から2020年にかけて、パソコンは減り、タブレットやスマートフォンは増えた（図は省略）。

そこで、図1でパソコン・タブレットの使用時間（以下、PC・TB時間）と携帯電話・スマートフォンの使用時間（以下、携帯・スマホ時間）を、2015年と2020年で比較してみた。PC・TB時間の平均は、小4～6生は16.0分→28.7分に、中学生は28.3分→33.2分に増加した。携帯・スマホ時間の伸びはさらに大きく、小4～6生で11.0分→26.7分に、中学生は43.8分→73.9分になった。「2時間」以上の長時間利用者が、小4～6生で1割弱、中学生では3割以上おり、使い過ぎの子どもがいることが懸念される。

図2 家庭学習時間と睡眠時間（平日1日あたり、学校段階別、携帯電話・スマートフォンの使用時間別）



注) 携帯電話・スマートフォンの使用時間について、「5～30分」は「5分」「10分」「15分」「30分」と回答した者、「3時間以上」は「3時間」「4時間」「4時間より多い」と回答した者を合わせて算出した。

### 家庭学習時間や睡眠時間に影響

図2は、携帯・スマホ時間ごとに家庭学習と睡眠の平均時間を算出したものだ。まず、家庭学習時間は、小・中学生ともに携帯・スマホ時間が「5～30分」のグループが最も長く、使用時間が増えると短くなる傾向がある。一方、睡眠時間は、「0分」のグループが最も長く、「3時間以上」のグループが最も短い。家庭学習時間も睡眠時間も、携帯・スマホ時間が1時間を超えるあたりから、平均を下回るようになる。

このように携帯電話やスマートフォンの使い過ぎは、他の時間を減らすことにつながる。そのため、子どもたちには、限られた時間の有効な使い方をしっかりと考えてほしい。そうしたタイムマネジメントの力を身につけておくことは、将来、大いに役に立つはずである。

## 出典 「子どもの生活と学びに関する親子調査 2015-2020」

東京大学社会科学研究所とベネッセ教育総合研究所が共同で立ち上げた「子どもの生活と学び」研究プロジェクトによる調査の第1回（2015年）と第6回（2020年）。毎年、小学1年生から高校3年生までの親子2万組を調査し、子どもの成長プロセスや成長に必要な環境・働きかけを明らかにしている。

◎詳細は下記ウェブサイト（プロジェクトの進行状況）をご覧ください。

<https://berd.benesse.jp/special/childedu/>

## データ解説

ベネッセ教育総合研究所  
主席研究員

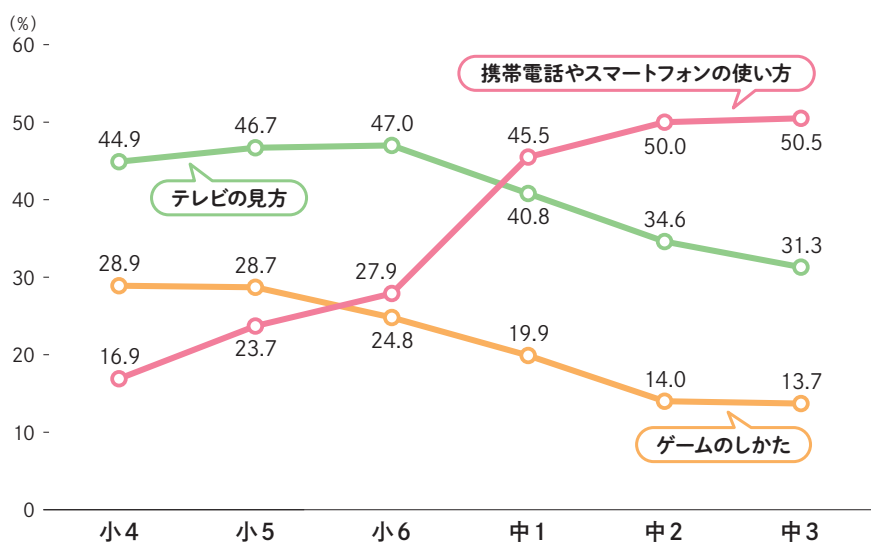
木村治生 きむら・はるお



専門は教育社会学、社会調査。乳幼児期から高等教育まで、子ども・保護者の意識・実態や教員の指導に関する調査研究を担当。文部科学省を始めとする行政委員や大学講師などを歴任。

## 2 成績上位層は学習利用も！ 道具としてうまく使うことが大事

図3 子どものメディア使用をめぐる保護者の悩み（学年別）



注) 複数回答であてはまるものを選択した比率。39項目の中から、子どものメディアの使い方にかかわる3項目を抽出した。

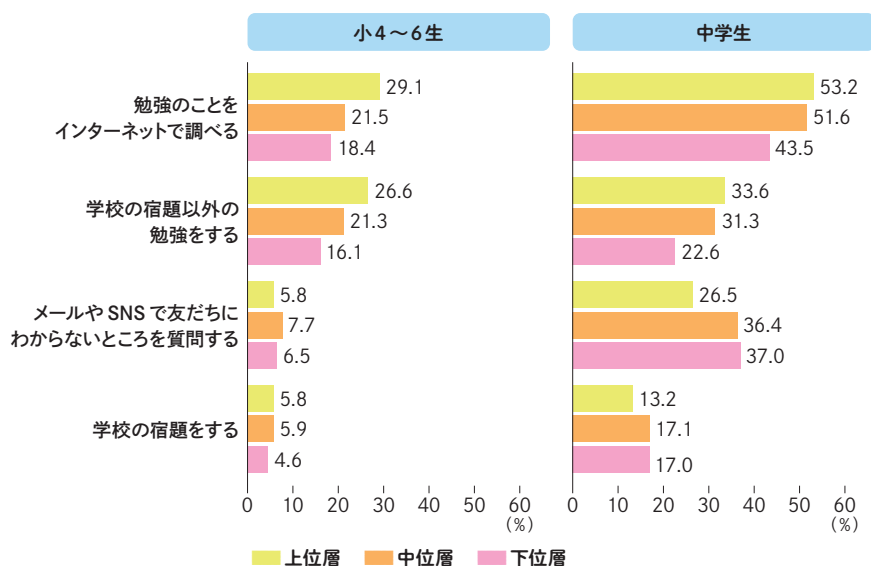
### 学年で変わる保護者の悩み

子どものメディアとのかかわりには、保護者も頭を悩ませている。図3は、保護者に「次のような悩みや気持ちはあるか」を尋ねた質問の中で、子どものメディアの使い方にかかわる3項目を抜き出したものだ。それを見ると、子どもが小学生のうちは「テレビの見方」や「ゲームのしかた」に悩む保護者が多いことが分かる。それに対して、「携帯電話やスマートフォンの使い方」は、小学生のうちそれほど悩む比率が高くないが、子どもが中学生になると一気に増え、5割前後が悩む状況となる。各家庭に対しては、使い方に関するルールづくりの必要性などを早めに伝えておくとういだろう。

### 子どもの使い方は多様

ここまで見てきたように、多くの子どもが既に学校外でデジタル端末に触れており、その流れは不可逆である。デジタル端末は「道具」であり、多様な使い方を知ることが大切だ。図4では、デジタル端末の学習場面での利用頻度について、「週1回」以上の回答者の比率を成績層別に示した。「勉強のことをインターネットで調べる」や「学校の宿題以外の勉強をする」は、成績上位層ほど行っている。一方で、「メールやSNSで友だちにわからないところを質問する」は、成績下位層の方がよく行っており、子どもは自分の状況に応じた活用をしているようだ。デジタル端末は、そうした情報検索や交流にとどまらず、習熟度に応じた個別課題への取り組み、思考や表現の可視化など、多様な活用ができる。ツールの特長を生かして、学びが深まる経験を子どもたちにたくさん与えていきたい。

図4 デジタル端末の学習利用（学校段階別、成績層別）



注1) 数値は、利用の頻度について「週に1～2回」「週に3～4回」「ほぼ毎日」と回答した比率の合計。

注2) 成績は、小4～6生は国語、社会、算数、理科の自己評価の合計、中学生は国語、社会、数学、理科、英語の自己評価の合計を、3つの層が均等になるように分けた。