



# 石神井中だより

練馬区立石神井中学校

校長 山田 美鈴

令和8年3月6日

第11号

## SNS との向き合い方

校長 山田 美鈴



小中高校生のインターネット利用時間が平日の1日平均で5時間27分だったことが、こども家庭庁の調査結果で明らかになりました。2009年度に調査を始めて以来最長の結果です。生成AI（人工知能）を日常的に利用する子どもは3割に上がり、急速に普及が進んでいることが分かります。

調査は2025年11月から12月に10~17歳の約5000人を対象に面談やネットを通じて行われました。前年度比では利用時間が全体で25分長くなっており、小学生が3時間54分、中学生5時間24分、高校生6時間44分だったそうです。

主な利用内容（複数回答あり）は動画視聴が92%で最多。検索および調べものが86%、ゲームが84%、コミュニケーションツールとしてSNSを使うのが77%と続いています。

さてご家庭ではこの数字をご覧になってどのような感想をもたれたでしょうか？誰も同様に与えられている1日24時間という時限の中。しかも家庭で過ごすわずかな時間の中の、この時間。そして平日です。週末だとさらに利用時間が長くなることも予想できます。同じ屋根の下に住んではいるものの、家族がみな自分のパソコンやスマートフォンに夢中になり、ほとんど会話もなく過ごしているとしたら、何とも寂しい光景に思えてしまうのは私だけでしょうか。昔は一家に1台しかないテレビの視聴をめぐる、番組争いをしていた家庭も多くありました。それでもその会話を通して家族を思いやる気持ちを自然のうちに育てていたのかもしれませんが。お年寄りが同居しているから夜はボリュームを下げるとか、仕事で疲れている父親のために大好きな野球中継を優先してあげるなど、家族のルールなどもテレビを通じて築いていったものです。

危機的状況なのはSNSを通して犯罪に巻き込まれてしまうケースです。小学生の犯罪被害が昨年1年間で167人（全国）、過去最多となったことが警視庁の調べで分かりました。前年の2割増。スマートフォンやSNS利用の低年齢化が背景にあるとしています。犯罪種別では「不同意わいせつ」や「児童ポルノ」の被害が目立っています。また生成AIを悪用した子どもの性的偽画像の被害も深刻で、警察への相談や通報が急激に増加しています。正しい性教育もなされないまま、子どもたちがいつの間にか事の重大さに気付かず被害に遭ってしまったり加害者になってしまったりという事件が増えてきております。取り返しのつかない状況になってしまってから、保護者は全く気付かなかったと言っても言い訳は通用しません。

また昨年1年間にオンラインカジノの違法賭博に関与して摘発・補導された少年が27人、前年の9倍にまで上っています。これもまた単にゲーム感覚でカジノ賭博を繰り返したり賭け金を稼ごうと詐欺事件に関与したりした小学生もいました。

以前の学校だよりで「中学生は声をかけずとも目をかける」という話題を提供しました。我が子が今どんな状況に置かれているのか？何に興味を示しているのか？時には家族そろってスマートフォンを手放して、じっくりひざ詰めで話し合う時間をつくってみてはいかがでしょうか？

SNSを否定はしません。どのような使い方をしなければならないのか、じっくり子供の様子をつかんでいただきたいと切に願っております。（調査データ：読売新聞2月27日付より）