

Innovation Nippon 2025シンポジウム

スマホ時代の青少年とネットの現実： エビデンスが示す課題と提言

2025.6.26

山口 真一 博士（経済学）

国際大学グローバル・コミュニケーション・センター准教授

syamaguchi@glocom.ac.jp



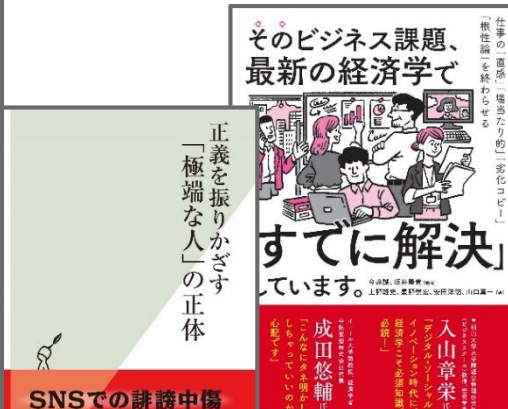
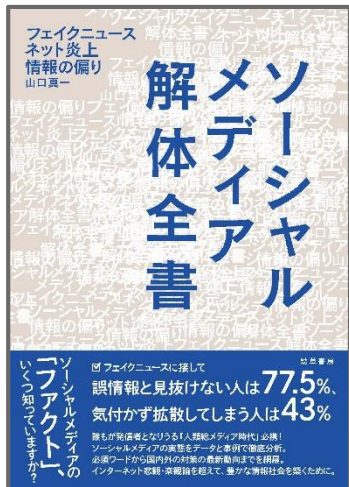
INNOVATION
NIPPON

2025



国際大学グローバル・コミュニケーション・センター 准教授

- ・ 内閣府「AI戦略会議」 構成員
- ・ 総務省「デジタル空間における情報流通の諸課題への対処に関する検討会」 構成員
- ・ 総務省「青少年のICT活用のためのリテラシー向上に関するワーキンググループ」 構成員
- ・ 文部科学省「情報モラル教育推進事業の検討委員会」 構成員
- ・ 厚生労働省「年金広報検討会」 構成員
- ・ 公正取引委員会「独占禁止政策協力委員」 委員
- ・ 東京都「デジタル広報フェロー」
- ・ 早稲田大学ビジネススクール 兼任講師
- ・ 中央大学国際情報学部・文学部 兼任講師
- ・ 東洋英和女学院大学国際社会学部 兼任講師
- ・ 慶應義塾大学グローバルリサーチインスティテュート 共同研究員
- ・ 科学技術・学術政策研究所（NISTEP） 専門調査員
- ・ NEDO・富士通「経済安全保障重要技術育成プログラム／偽情報分析に係る技術の開発／偽情報の検知・評価・システム化に関する研究開発」有識者会議 委員
- ・ シエンプレ株式会社 顧問
- ・ Google Japan「Japan Cybersecurity Initiative 有識者会議」 委員
- ・ 日本リスクコミュニケーション協会 理事
- ・ 株式会社エコノミクスデザイン シニアエコノミスト
- ・ 日本経済新聞Think!エキスパート
- ・ NewsPicksプロピッカー
- ・ Polimill株式会社 アドバイザー
- ・ クリエイターエコノミー協会 アドバイザー
- ・ LINEヤフー株式会社「Yahoo!ニュース」オーサー・公式コメンテーター
- ・ ソフトバンク株式会社「AI倫理委員会」 社外委員
- ・ 株式会社エニトグループ アドバイザリーボードメンバー
- ・ TikTok Pte.Ltd.「TikTok APAC Safety Advisory Council」 委員
- ・ 日本テレビ「日本テレビ放送番組審議会」 委員
- ・ 民放連研究所「メディア・コンテンツの将来に関する研究会」 委員
- ・ 情報通信学会事業企画委員会 委員
- ・ 組織科学編集委員会 委員・シニアエディター
- ・ 社会情報学会研究活動委員会 委員



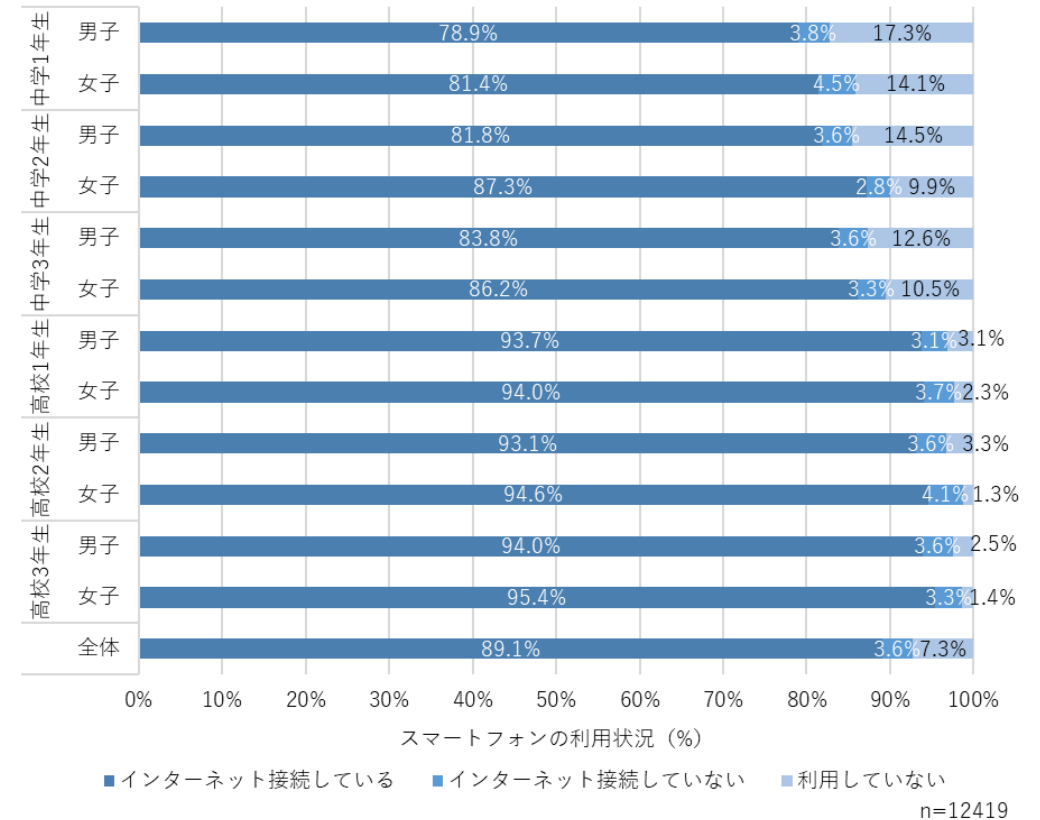
問題意識と調査の概要

1



進むスマートフォン利用の低年齢化

- 中高生全体で90%程度が利用。
- 高校1年生では男子93.7%、女子94.0%となり、ほぼ全員がスマートフォンを利用している状況である。



スマートフォンの利用状況（保護者回答・性別学齢別）

調査研究の背景

- 利便性と同時に課題も顕在化。
- 実証研究に基づくエビデンスベースの施策検討が不可欠。本研究では青少年と保護者を対象に調査を実施し、今後の政策提言につなげる。



DALL-Eで作成



<https://www.nhk.or.jp/shutoken/articles/101/020/91/>

調査研究の全体像

- 文献調査：国内外の報告書・研究を収集し分析
- アンケート調査：保護者と青少年あわせて4,800人を対象に全国調査
- インタビュー：10名の青少年へ活用実態と課題をヒアリング
- 有識者会議：専門家と調査結果を検討・政策提言へ反映

※本調査研究の「青少年」とは、主に中高生を指す。

有識者会議メンバー

上沼紫野（L M虎ノ門南法律事務所 弁護士）

小木曾健（国際大学GLOCOM 客員研究員）

鈴木朋子（ITライター・スマホ安全アドバイザー）

曾我部真裕（京都大学大学院法学研究科 教授）

松岡英治（安心ネットづくり促進協議会 部長）

米田謙三（早稲田摂陵高等学校教諭）

グーグル合同会社

国際大学グローバル・コミュニケーション・センター

青少年のネット利用の 実態

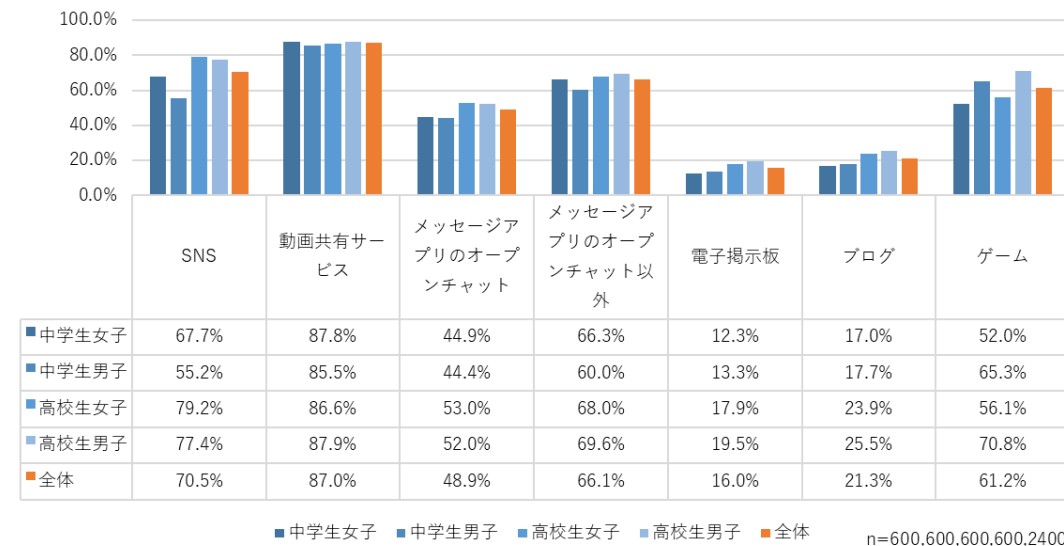
2



サービス利用状況

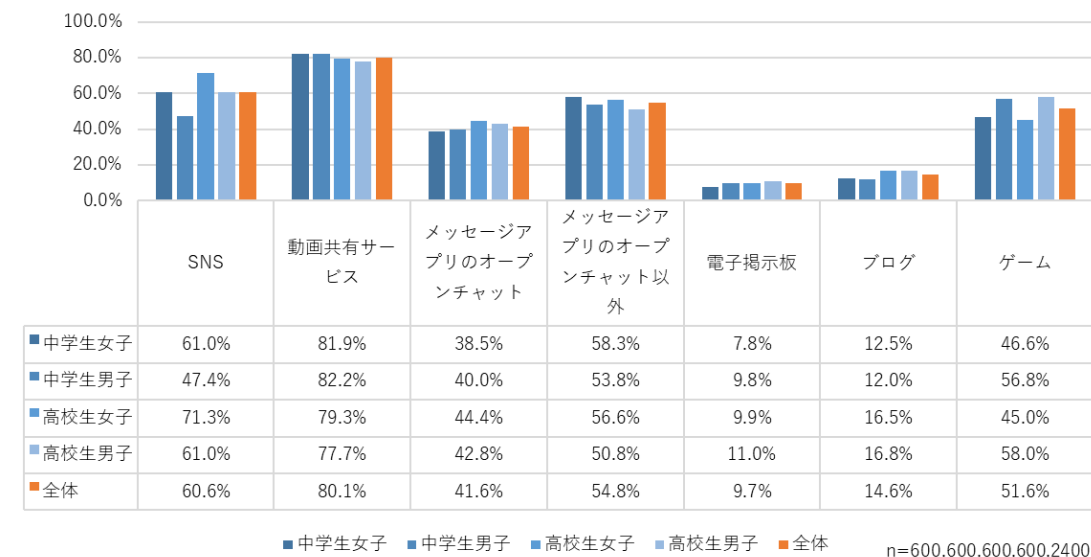
- 「動画共有サービス」（87.0%）が最も利用率が高く、次いで「SNS」（70.5%）、「メッセージアプリ」（66.1%）。
- 保護者の認識では利用率が青少年回答より1割ほど低いことが多い。

サービス利用の割合（青少年）（%）



サービス利用の割合（青少年回答・性別中学高校別）

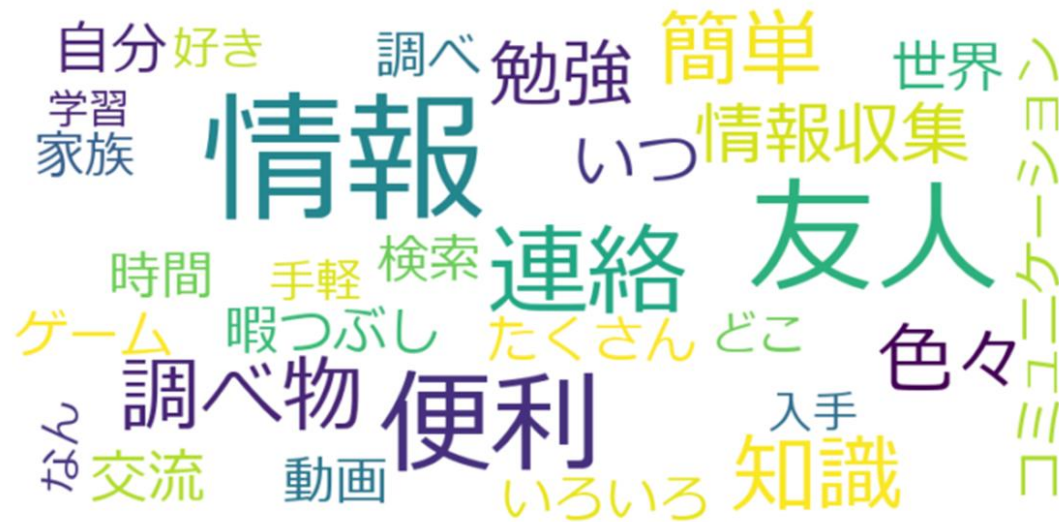
サービス利用の割合（保護者）（%）



サービス利用の割合（保護者回答・性別中学高校別）

デジタル機器利用の最大のメリット

- ・ 青少年：情報収集・共有の容易さ、友人といつでも連絡できる利便性。
- ・ 保護者：知識獲得、家族・友人・周囲との連絡が容易に。

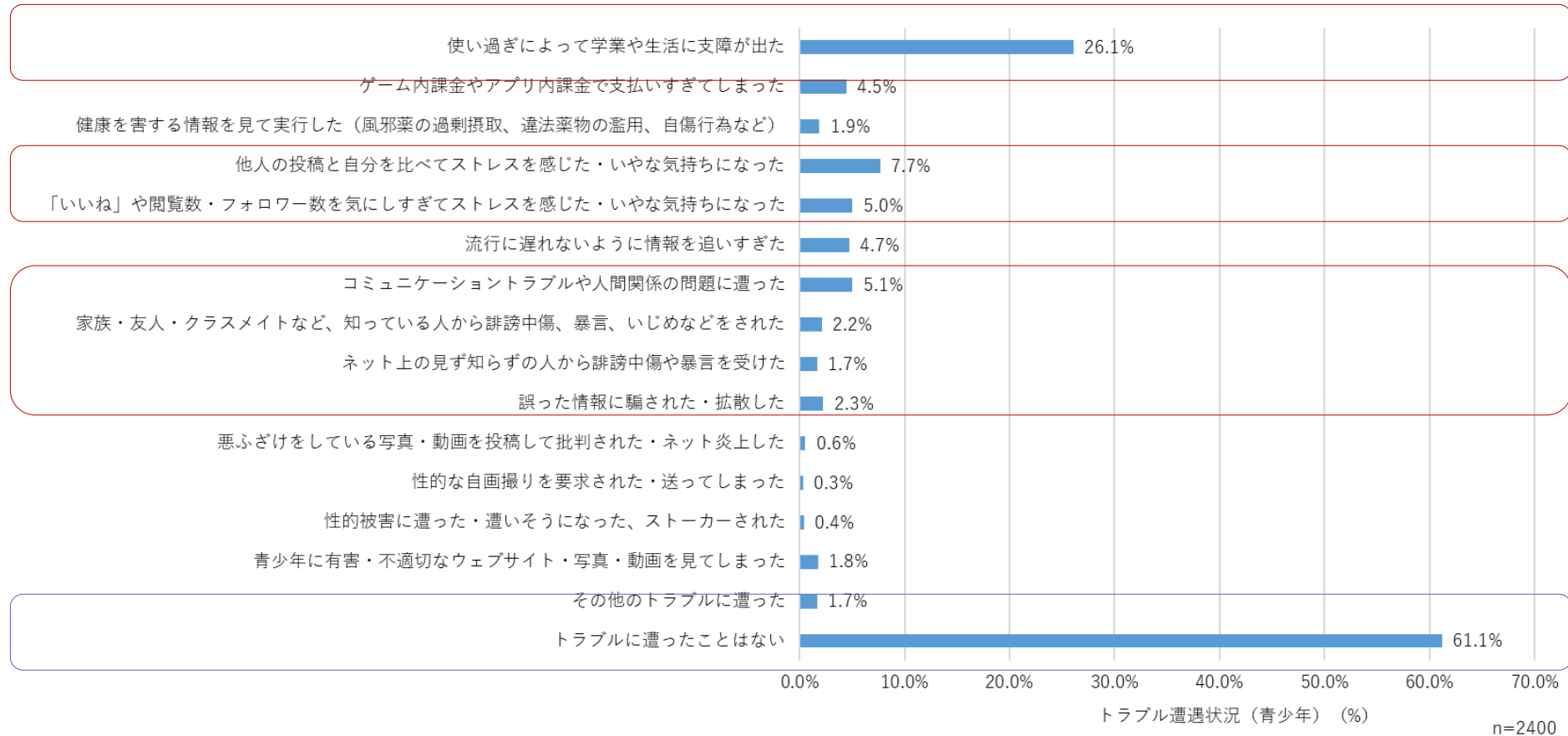


デジタル機器の利用に対するメリット（青少年回答）



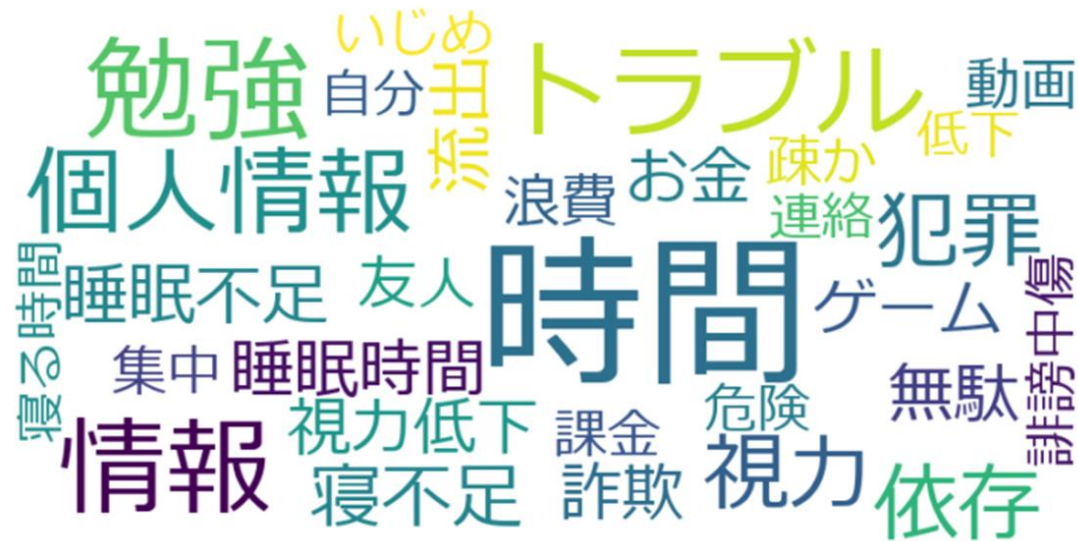
デジタル機器の利用に対するメリット（保護者回答）

インターネット利用時のトラブル



遭遇したトラブル（青少年回答）

トラブル①：使いすぎ



デジタル機器の利用に対するデメリット（青少年回答）



デジタル機器の利用に対するデメリット（保護者回答）

トラブル②：比較や承認欲求からのストレス

写真の加工は開示しないと違法…若者を「理想の美」から守るために

#SNS #インフルエンサー #デジタル広告

Kieran Press-Reynolds
Jul 9, 2021, 9:00 AM | 7195



ノルウェーのトップインフルエンサーの1人、アウネーテ・フーセビューは、写真加工の非開示を禁止する新しい法律を支持すると、地元放送局に語った。

<https://www.businessinsider.jp/article/238127/>

山口真一のメディア私評



1986年生まれ。国際大学
GLOCOM准教授（計量経
済学）。近著に「ソーシャル
メディア解体全書」。

日本ではSNSの問題について、討論中
のフェイクニュースが真っ先に挙げ
られることが多い。しかし、海外の人
々にとっては「昔ながらのSNS上
で他人の投稿を見て自分と比較した結
果、精神にダメージを受ける」とい
うことが、実は多くの人が問題視
しているのだ。

この問題を大きく目にしたのは、
2021年9月にフェイスブック（現メ
タ社）の元社員が内部告発を行った
ト・シャールが書いた告発文だ。その
中で女性の82%が、自分の体について
いかに不安を感じているか、イン
スタグラムが自分を苦しめていると
いっていることが明らかになった。イン
スタグラムはフェイスブックが運営する
プラットフォームである。また同記事
は、13歳でインスタグラムを始めた
女性が、フィッテネス系のインフル
エンサー（影響力のある人）の完璧に
見える身体や生活スタイルを見て、精神
にダメージを受けたという。インスタ
グラムはフェイスブックが運営する
プラットフォームである。また同記事
は、13歳でインスタグラムを始めた
女性が、フィッテネス系のインフル
エンサー（影響力のある人）の完璧に
見える身体や生活スタイルを見て、精神
にダメージを受けたという。

SNSがおおる不安 加工された画像 自分と比べ劣等感

加工されたインフルエンサーを感じたりする
のである。インスタグラムは画像・
動画のシェアに主眼を置くSNSだ。
この傾向が顕著に出ているのだ。

もちろん、昔ながらの雑誌を見る
モデルの多くは加工されている
。そして、自分も含めて誰でも自由
に投稿できるSNSでは、利用者が対
象を身近な存在に感じやすい。しかも
雑誌の表紙と異なり、1日に膨大な
量の投稿がアップされるのである。
さらに、SNSのアルゴリズムという
仕組みが問題を悪化させる。例えば、
自分の投稿を高く評価する人が増える
方法などの投稿を伸ばすアル
ゴリズムは、他人の投稿に関する投
稿を優先的に表示するようになる。

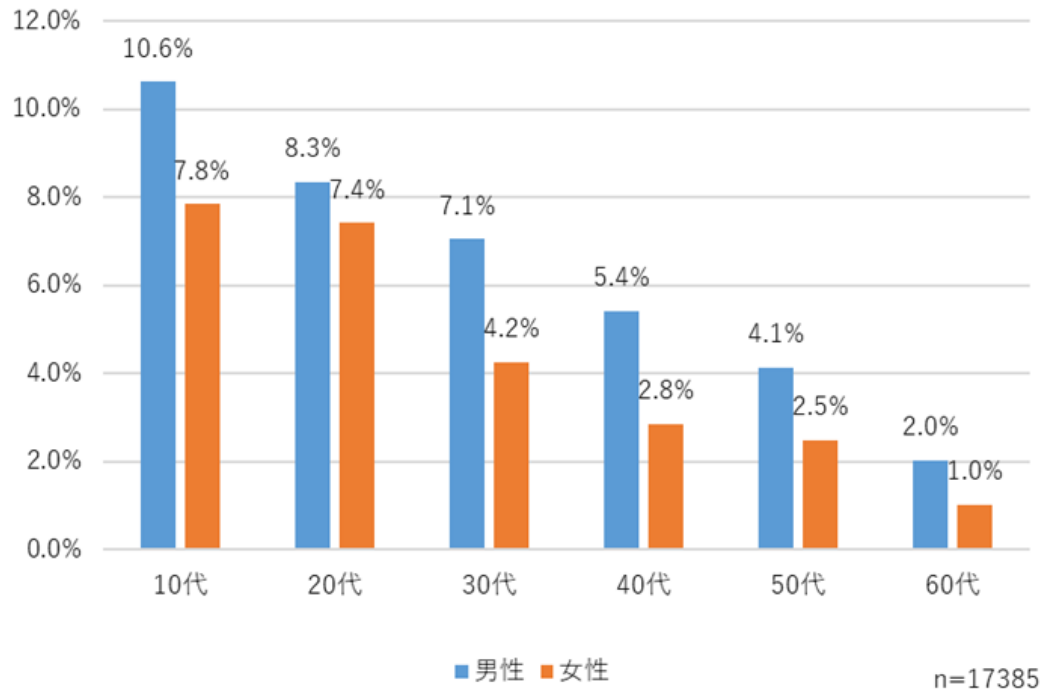
このような問題を受け、ノルウェー
では21年に新法で法律が施行され
た。今SNSを介して、広告や
インフルエンサーが受ける加工した
画像は、その旨を明示する義務が課
された。また、広告、肌に関し、現
ルエンサーが広告、肌に関し、現
れが隠れた加工を使用することに規
制がかけられた。

これらの法律は、視聴対象となる
インフルエンサーの中に、青少年保
護の観点から制限する人がいる。一
方で専門家は、精神への影響は種々
な要因から引き起こされるもので
あり、加工された写真でもそれを示
している可能性があるという指摘も
ある。本場の問題は画一的な美観を
社会・個人の価値観の歪みである
ため、画像だけでなく注目しても効果
が限定的であるという指摘もある。
企業や民間団体による自主規制・対
策も広まっている。例えば、CC国
際商業会館は、青少年へのマケ
ティング・コミュニケーションには特
別に配慮することを基本原則とし、青
少年を精神的・身体的に傷つける
可能性のある過度な表現の処理を
行っていると宣言している。

山口真一（2023年3月10日）「（山口真一のメディア私評）SNSがおおる不安 加工された画像、自分と比べ劣等感」、朝日新聞

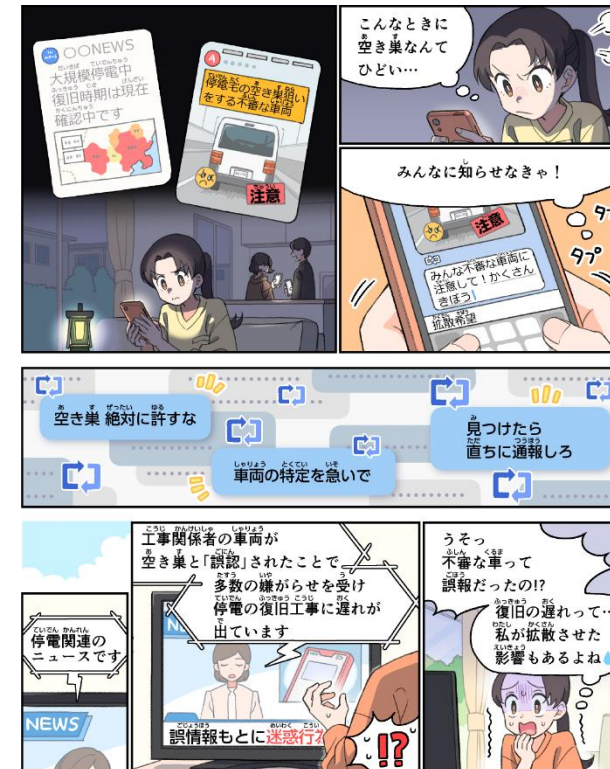
トラブル③：コミュニケーション

誹謗中傷経験率 (%)



誹謗中傷経験率

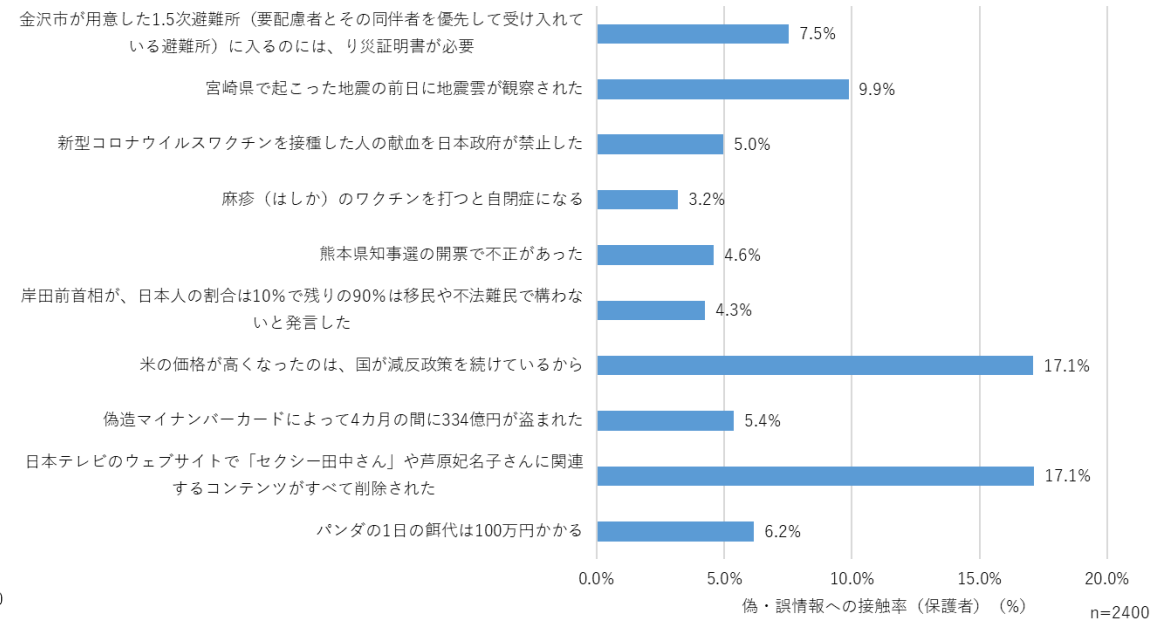
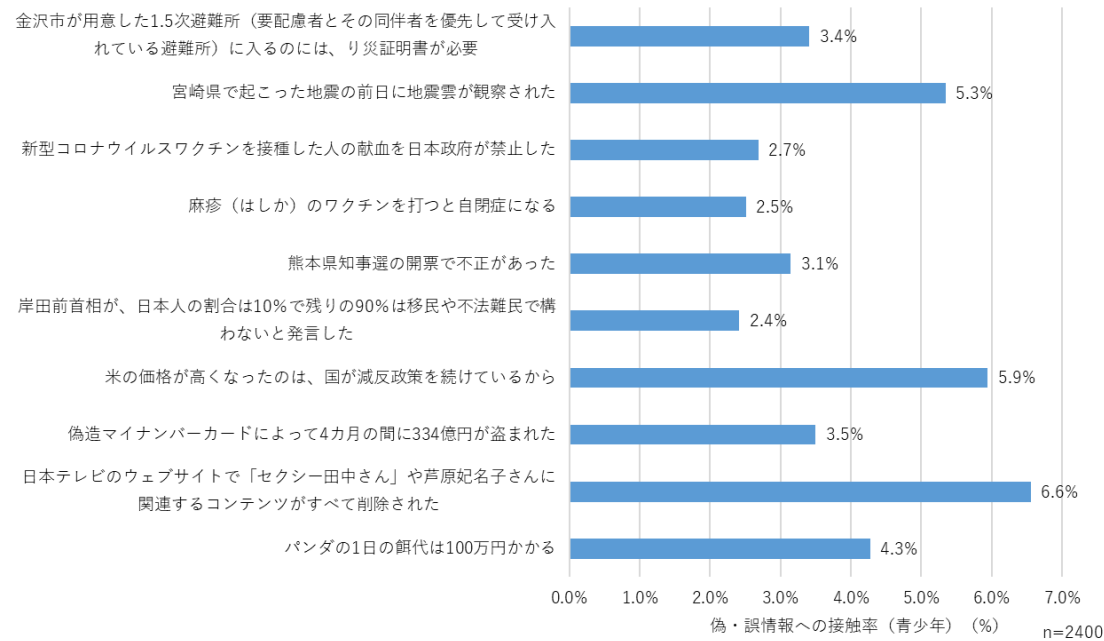
※「脅迫・恐喝」など9つの誹謗中傷について、いずれか1つ以上をSNSや動画共有サービス等でリプライやDM等の直接の形で、過去1年以内にされた経験を調査した。
山口真一・谷原史・大島英隆 (2023) 「Innovation Nippon 2022 わが国における誹謗中傷の実態調査」、<https://www.glocom.ac.jp/activities/project/8806>



https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/case/case21.html

偽・誤情報との関わり

- ・ 青少年も偽・誤情報に少なからず接触している。
- ・ ただし、保護者は青少年の2～3倍程度接触。

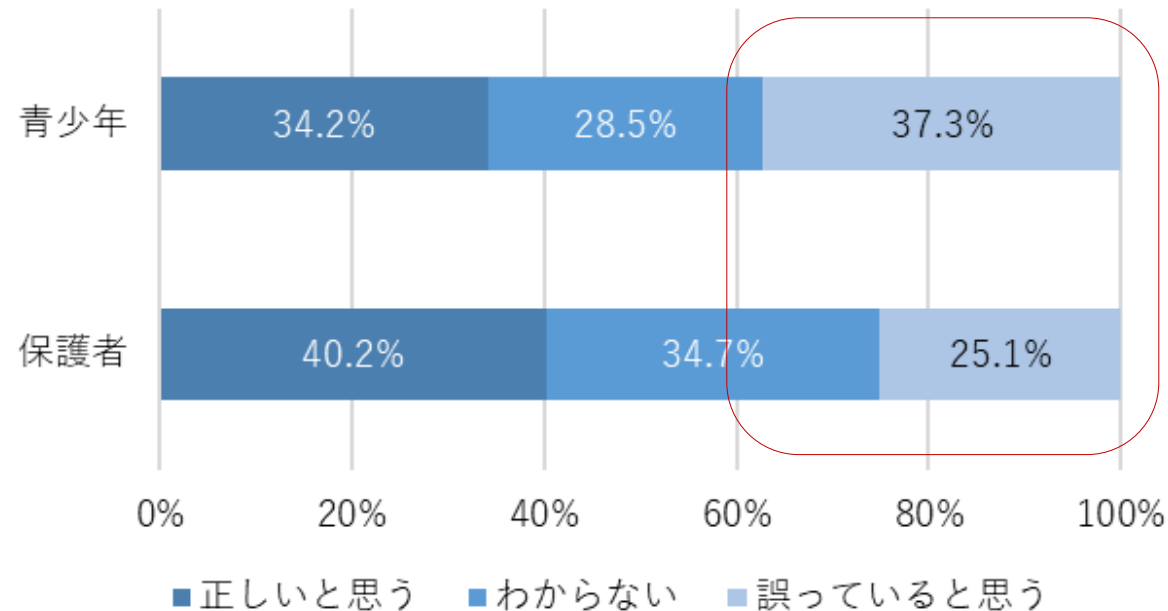


偽・誤情報の真偽判断結果各偽・誤情報への接触率（青少年回答・全体）

偽・誤情報の真偽判断結果各偽・誤情報への接触率（保護者回答・全体）

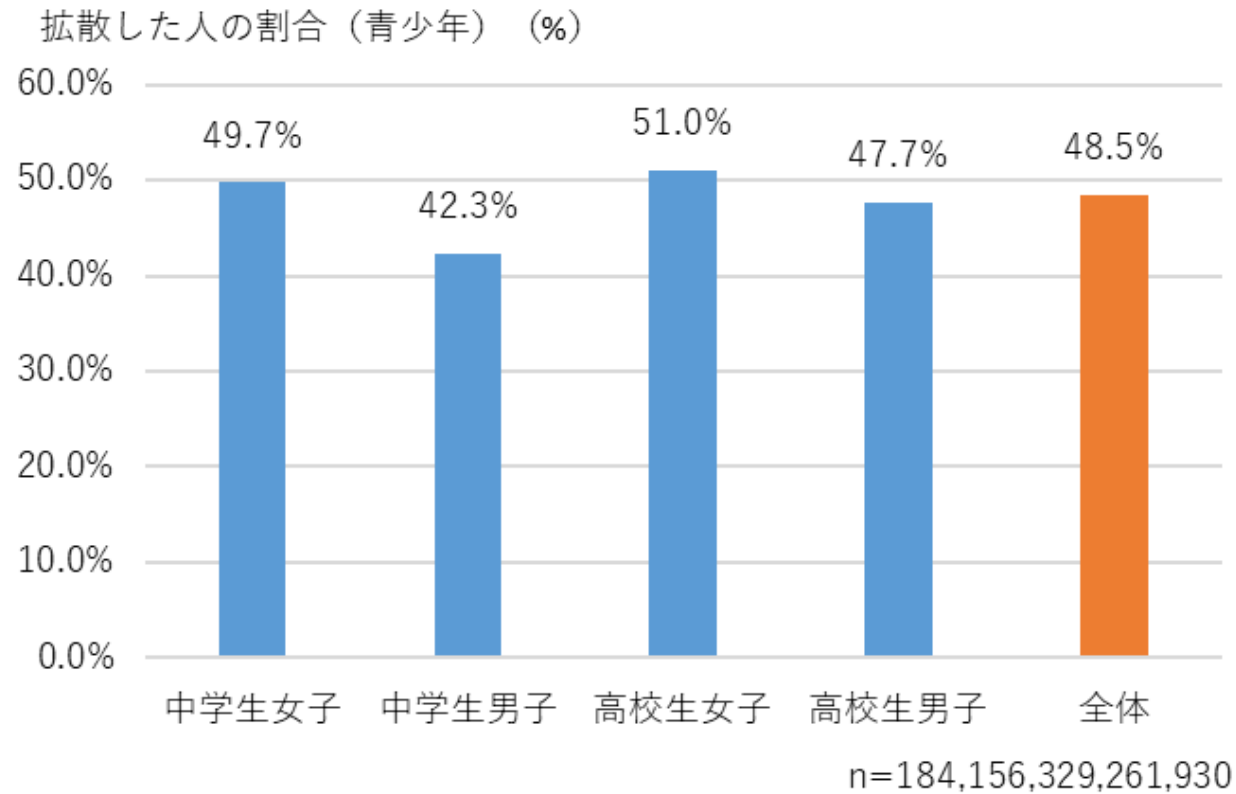
偽・誤情報の真偽判断

- 偽・誤情報を見聞きした後にそれが誤っていると気づいている人の割合は、青少年が37.3%、保護者が25.1%。



偽・誤情報の真偽判断結果（青少年回答・保護者回答）

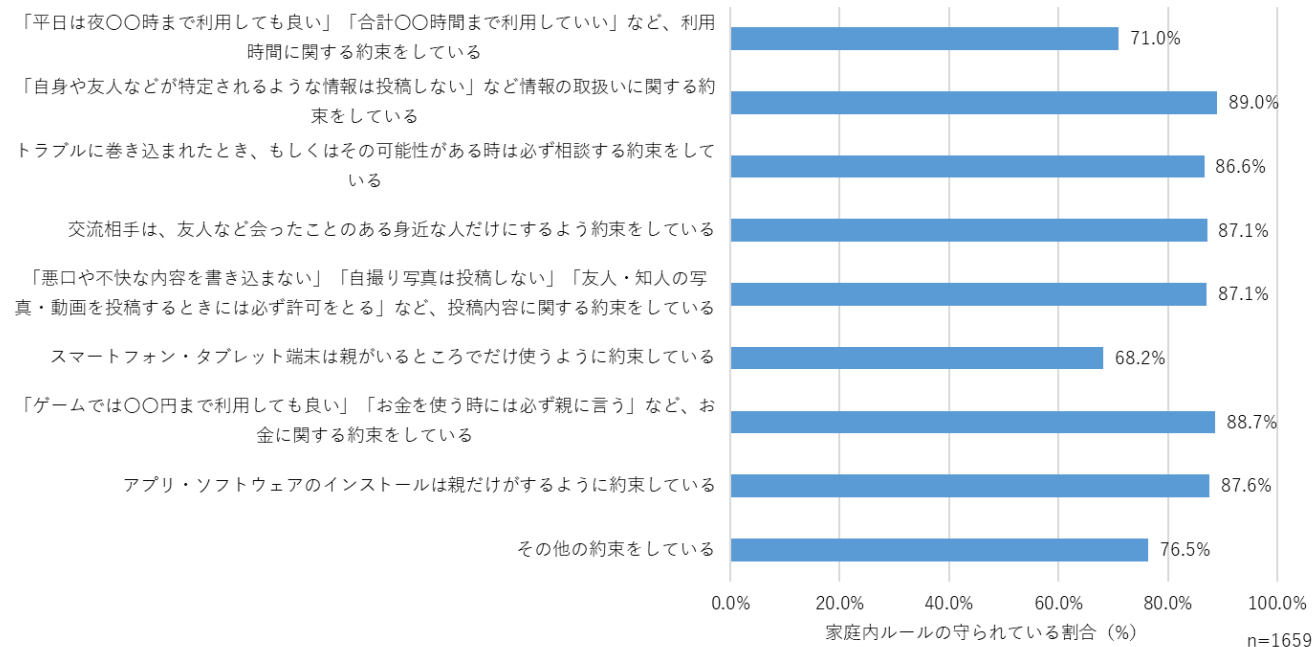
偽・誤情報の拡散



偽・誤情報全体の拡散状況（青少年回答・性別中学高校別）

家庭内ルールの遵守状況

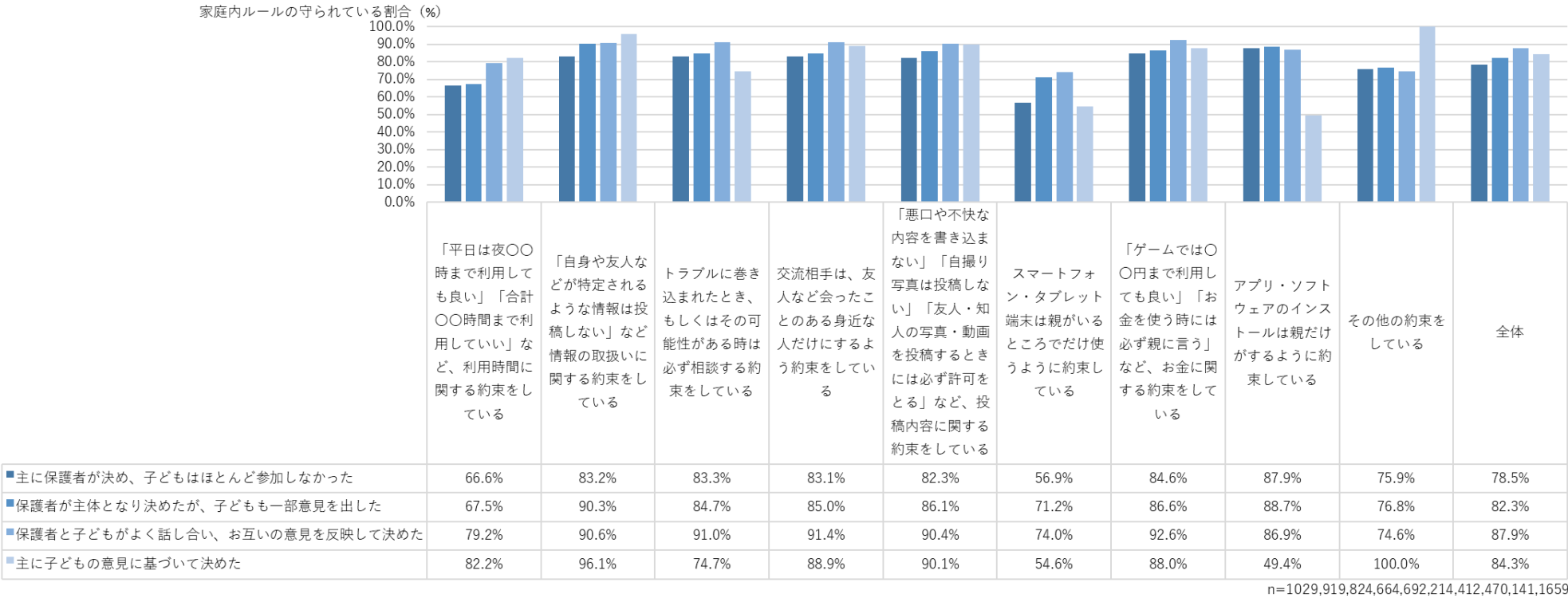
- 親のいる場所での使用（68.2%）や利用時間の約束（71.0%）は守られにくい傾向。



家庭内で約束が守られている割合（保護者回答・全体）

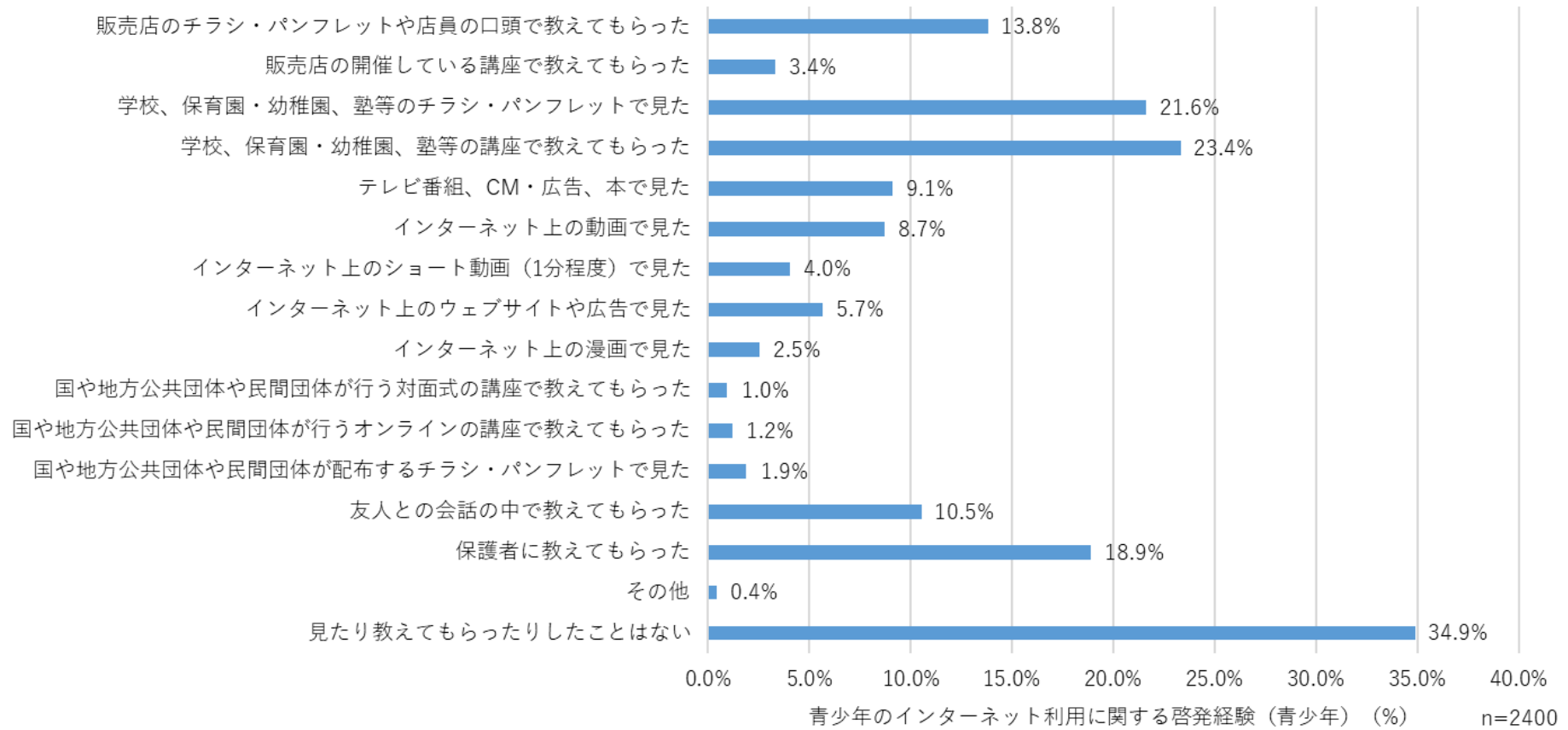
家庭内ルール決定方法と約束の遵守状況

- 親子でよく話し合っている場合は約束が守られる傾向。



家庭内ルールの守られている割合（青少年回答・性別中学高校別）

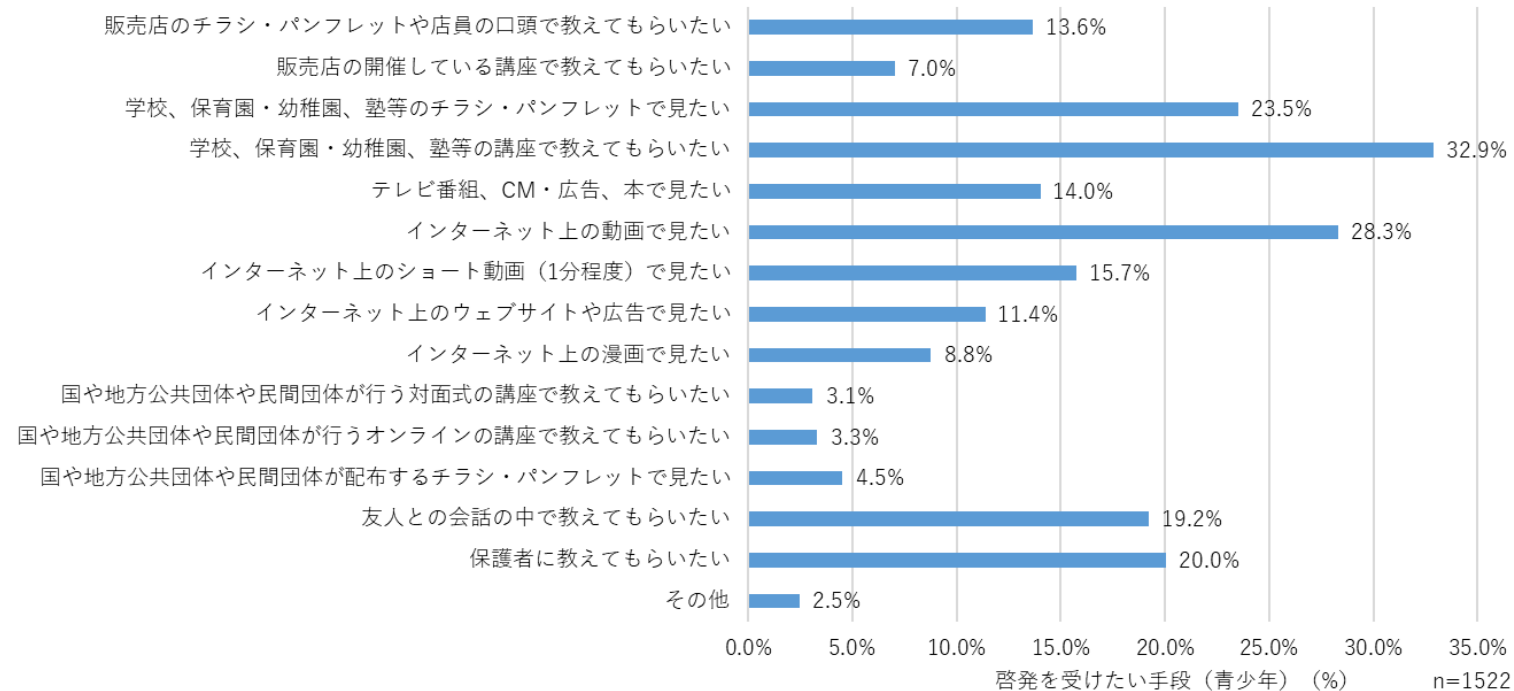
青少年の啓発経験



青少年のインターネット利用に関する啓発経験（青少年回答・全体）

ニーズのある啓発手段

- ・ 青少年・保護者共に、「学校等の講座」「インターネット上の動画」「学校等のチラシ・パンフレット」の需要が高い。



青少年のインターネット利用に関して知りたい手段（青少年回答・全体）

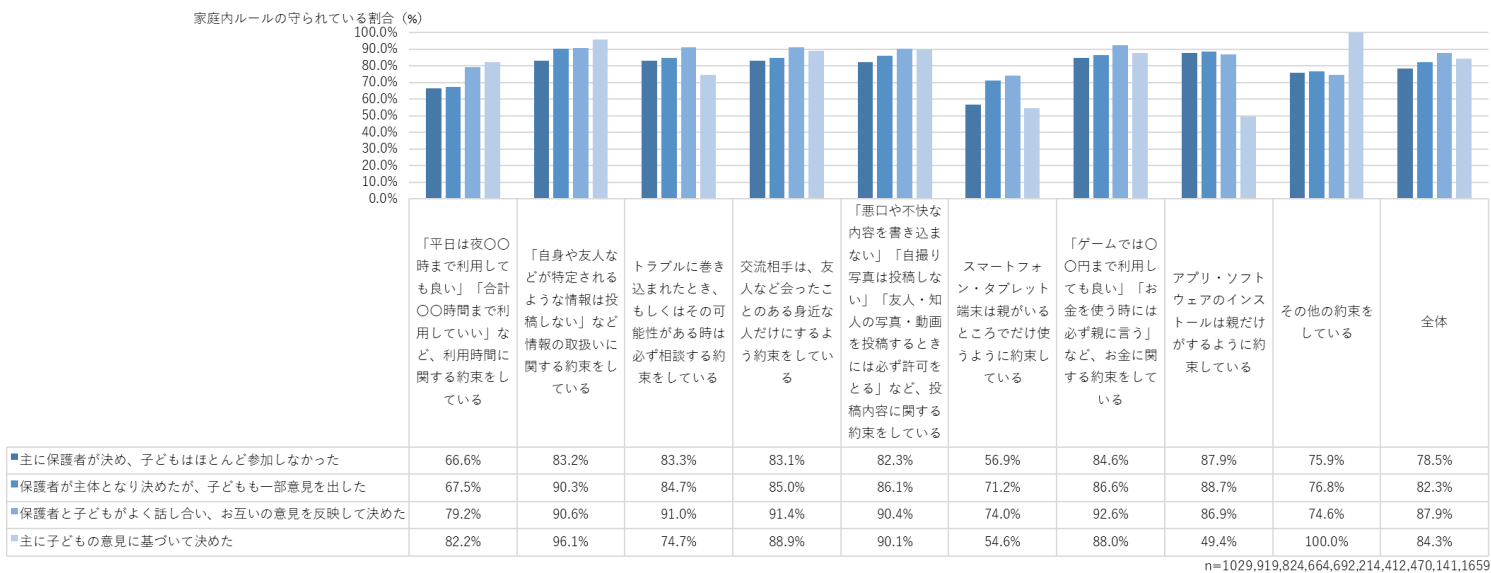
導かれる提言

3



家庭内ルールがなぜ重要か

- 青少年の約3割が「使いすぎで学業・生活に支障」と回答。
- しかし3割は「ルールがない」と回答、守られていないルールも多い。
- 子どもと話し合い、意見を反映したルールほど守られやすい。



家庭内ルールの守られている割合（青少年回答・性別中学高校別）

行政①：家庭内ルール作りの支援強化

- 国や自治体が、家庭内ルールづくりの具体的な手順や事例をまとめた分かりやすい手引きを無料公開する。
- 学校や保護者会での講座・説明、学校配布、チラシ、インターネットでの動画など多様なものを活用して啓発を促進する。
- 国内外でのエビデンスの蓄積状況を注視し、適宜政策の軌道修正も行う。
- ネガティブな効果を強調し過ぎて、保護者の過剰な制限を促す結果にならないように留意が必要。

啓発の不足・届いていない

- 青少年の3割以上が啓発を受けたことが無い。
- 既に啓発コンテンツは大量にあるが、その効果検証はなされていない場合が多く、ターゲットと目的も整理されていない。
- 青少年が啓発されている場合、ペアレンタルコントロール率が高い。

ペアレンタルコントロール実施と啓発経験の関係性に関する回帰分析

変数名	家庭内ルール				ペアレンタルコントロールサービス			
	係数	標準化係数	限界効果	p値	係数	標準化係数	限界効果	p値
青少年啓発経験有り	1.370	0.290	0.242	0.000 **	1.291	0.211	0.216	0.000 **
保護者啓発経験有り	0.992	0.169	0.175	0.000 **	0.608	0.062	0.102	0.000 **
性別（女性）	0.093	0.019	0.016	0.347	-0.119	-0.023	-0.020	0.230
保護者年齢	-0.002	-0.005	0.000	0.827	0.005	0.012	0.001	0.594
中学1年生		基準				基準		
中学2年生	-0.162	-0.015	-0.029	0.386	-0.391	-0.077	-0.065	0.011 *
中学3年生	-0.266	-0.030	-0.047	0.161	-0.478	-0.089	-0.080	0.002 **
高校1年生	-0.794	-0.104	-0.140	0.000 **	-1.123	-0.187	-0.188	0.000 **
高校2年生	-0.972	-0.132	-0.172	0.000 **	-1.272	-0.205	-0.213	0.000 **
高校3年生	-1.238	-0.177	-0.219	0.000 **	-1.677	-0.244	-0.280	0.000 **
定数項	-0.160	0.000		0.713	-1.920	0.001		0.000 **
n		2400				2400		
R2		0.148				0.113		

注1: **p<0.01、*p<0.05。

注2: p値はWhiteの標準誤差から算出している。

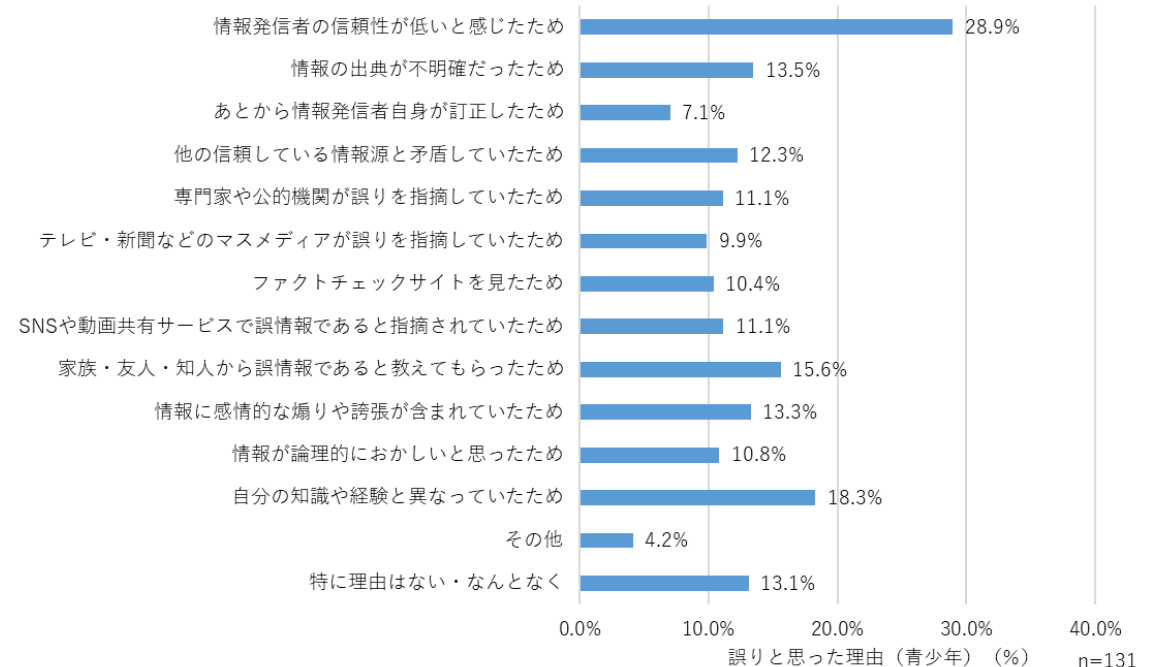
注3: モデルはロジットモデルによる分析を行なっている。

行政②：啓発の拡充とポータルサイト創設

- 青少年と保護者双方に対する動画やチラシ・パンフレットによる啓発コンテンツを整備するとともに、それらの戦略的な配信が求められる。
- 青少年向けにはインフルエンサー活用も視野に。
- 啓発コンテンツを1つのポータルサイトから利用できるようにし、かつ、利用者が簡単にコンテンツを検索（属性入力からのおすすめ表示など）できるような状態にする。
- 教育機関における講座の充実も行う。

メディア情報リテラシーの重要性

- 情報を誤っていると気づく経緯として、追加的ソース確認は少ない。
- ネットいじめに比べて学校現場で軽視されがち。
- 今後お金を得るようになればターゲットにされる。ワンクリック詐欺、闇バイト、オンラインカジノなどの偽情報についても啓発が必要。



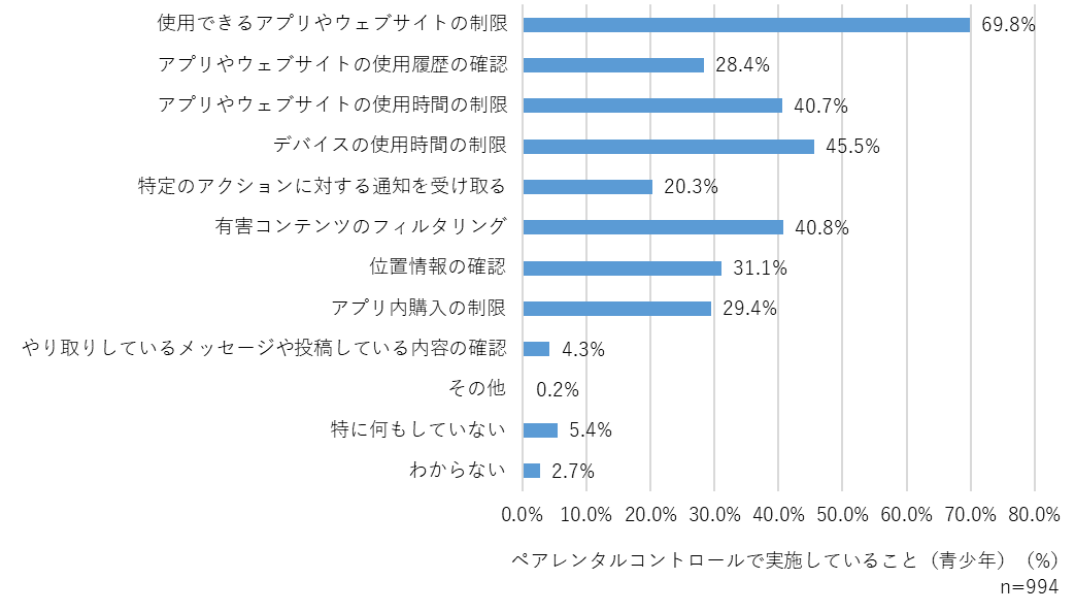
偽・誤情報を誤りと判定した理由（青少年回答・全体）

教育現場：メディア情報リテラシー教育の拡充

- メディア情報リテラシー教育として、情報空間の特性や情報の確かめ方に関する啓発、ファクトチェック演習等を充実させる。
- ワンクリック詐欺、闇バイト、オンラインカジノ等についても同様に啓発を行う。
- それらの啓発においては、闇バイトやワンクリック詐欺などの実際の事例の啓発や、自分で体験するなどの実践的な内容を含めるとなお良い。

子ども向けアプリと年齢確認の重要性

- 適切に年齢判定を行わないと、子ども向けの規約などが形骸化。
- ペアレンタルコントロールサービスで利用されている機能や、交流相手やメッセージの制限など、当該アプリに最適化された子ども向けモードのニーズは高い。



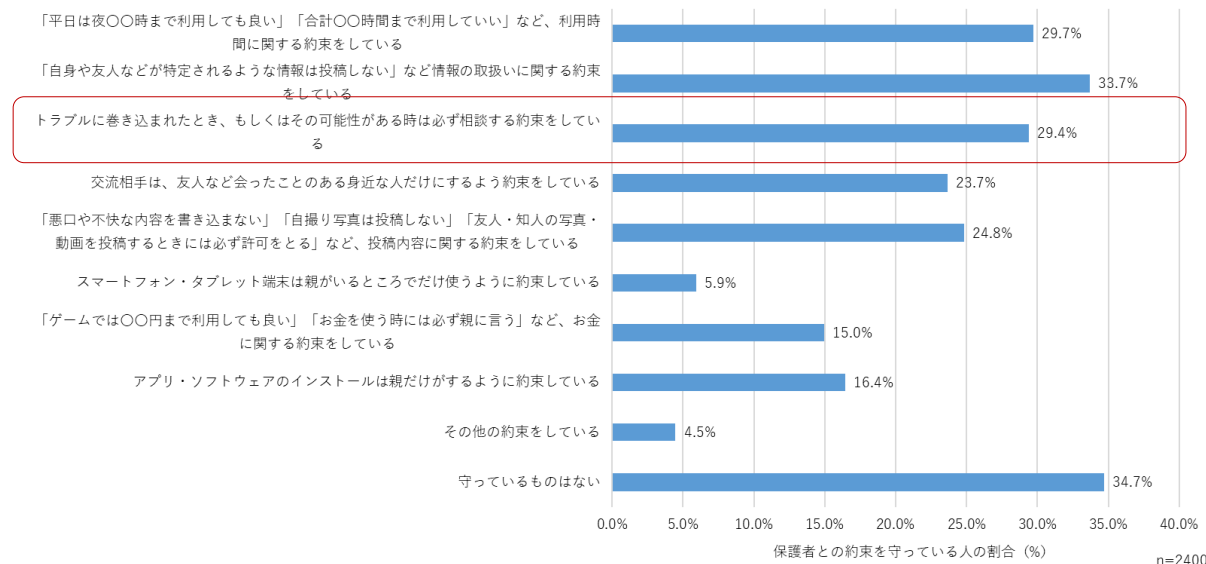
ペアレンタルコントロールサービスで実施していること
（保護者回答・全体）

事業者：年齢確認の実効性向上と子ども向けアプリのさらなる開発・実装

- プライバシーに配慮しつつ、青少年の年齢確認を効果的に実施する仕組みを導入する。
- 特に動画共有サービス、SNS、メッセージアプリなどの利用者の多いプラットフォーム事業者は、子ども向けアプリや子ども向けモードを開発する。
- 保護者が容易に設定できるUIを開発・導入することで、ペアレンタルコントロールと青少年の適切なインターネット利用を促進する。

親子のすれ違いが生むリスク

- ルールがあっても、「利用時間」「利用場所」は特に守られにくい。
- 青少年の不安には「個人情報流出」「SNSトラブル」等深刻なものも。
- 一方で、「トラブルに巻き込まれたら親に相談する」は3割未満。



家庭内で守られている約束（青少年回答・全体）

保護者：子どもを見守るから共に育つへ ルールと学びを親子で共有

- 「いつ・どこで・どれくらい使うか」を親子で話し合いながら具体化する。また、ルールは定期的に再点検する。
- SNSでのトラブルへの予防・対処方法、個人情報を守る設定方法、怪しいサイト・アプリを回避する方法などを、保護者が定期的に学び、子どもとも情報を共有する。
- トラブルが起きたときのために、家庭内での「相談先リスト」共有。

提言一覧

行政への提言

1. 家庭内ルールづくりの支援強化
2. ペアレンタルコントロールサービスのさらなる普及支援
3. ペアレンタルコントロールサービスの使い方に関する啓発（特に利用時間管理等）
4. 青少年・保護者双方への啓発の拡充と啓発コンテンツポータルサイトの創設
5. ポジティブなIT活用とトラブル事例や対処方法に関する啓発の強化

学校・教育現場への提言

6. 偽・誤情報への対応力を育む啓発・教材の拡充
7. デジタル技術を活かした教育推進：国際交流・個別最適化・地域格差の解消など

プラットフォーム事業者への提言

8. 年齢確認の実効性向上
9. 「子ども向けアプリ」のさらなる開発・実装
10. 青少年向けの啓発コンテンツの作成と分かりやすい表示

保護者・家庭への提言

11. 親子で話し合いながら、「利用時間」「利用場所」のルールを再点検する
12. 保護者も共に学びつつ「トラブル対応方法」や「安全な使い方」を親子で共有する

研究者・学術セクターへの提言（今後の研究課題）

13. 携帯端末利用の影響に関する実態調査と研究の深化
14. 各種ペアレンタルコントロール・啓発の効果検証

ご清聴ありがとうございました

報告書はこちら：<https://www.glocom.ac.jp/activities/project/10734>

This work was supported by Google Japan. I would like to express my deepest gratitude to them.

The headline image was created by DALL-E.