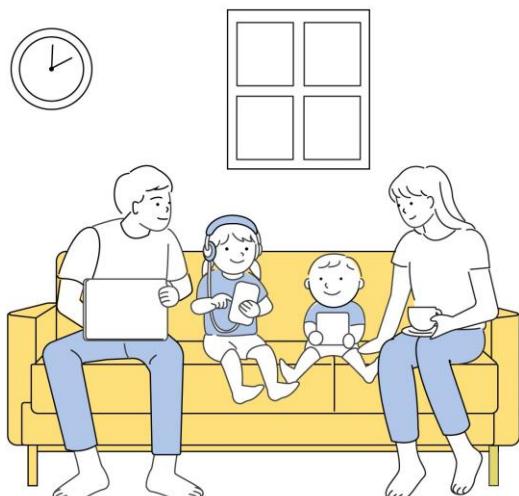


乳幼児期から小学校低学年の 親子のメディア活用調査 －2025年3月実施－

乳幼児から小学生の生活に
メディアはどのように
かかわっているのでしょうか

親は、
子どものメディアの使用環境をどのように整え、
メディアを活用しているのでしょうか

本ダイジェスト版では
乳幼児から小学生の親子のメディア活用に関する
調査の結果をご報告します



目次

調査の背景と目的、調査の概要	2
基本属性	3
第1章 子どものメディア使用の実態	4
第2章 親のメディア観、メディアコントロール	8
調査から読み取れること	18
子どもとメディアのよりよい付き合い方	19

☑ 調査の背景と目的

近年、新しいメディアが急速に増え、私たちの生活に欠かせないものになっています。とくに2020年の新型コロナウイルス感染症の流行により、オンラインを通した学び・遊びの機会は急激に増加しました。また、学校ではひとり1台端末の配布によってデジタルメディアを活用した学習が本格的に始まりました。現在、子どもたちの生活には、どの程度・どのようにメディアが活用されているのでしょうか。親は子どものメディア活用についてどのように考え、生活に取り入れているのでしょうか。

ベネッセ教育総合研究所では、0歳6か月～小学3年生の子どもを持つ親を対象に、メディアの活用実態と親の意識をとらえることを目的にアンケート調査を実施しました。

乳幼児から小学校低学年の親子がメディアをよりよく活用するためのヒントや、健やかな子どもの生育環境、子育て支援のあり方を考えていく際の手がかりとなれば幸いです。



☑ 調査の概要

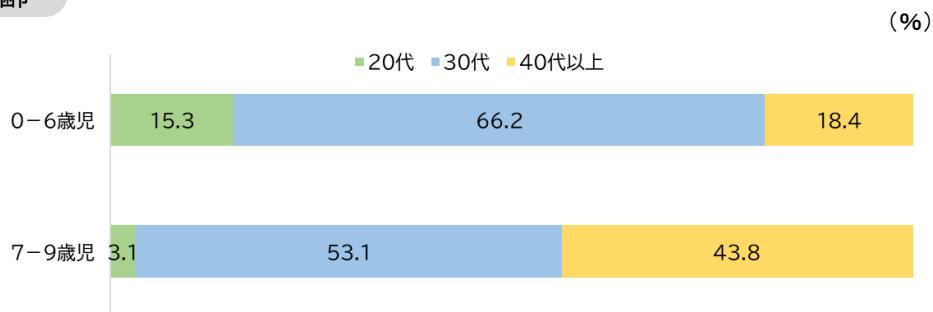
- 調査対象 0歳～9歳の第一子を持つ母親
- 調査地域 全国
- 調査時期 2025年3月
- 調査方法 インターネット調査
- 有効回答数 7,065名（0歳児の母親 300名、1～3歳児の母親 1,851名、4～6歳児の母親 2,442名、7～9歳児の母親 2,472名）
- 調査項目 子どものメディア視聴頻度・時間／視聴内容／操作スキル／使用のルール／親の抵抗感・メリット・デメリット／教育への活用意向／学校からの配布端末の使い方など

《データに関する留意点・表記について》

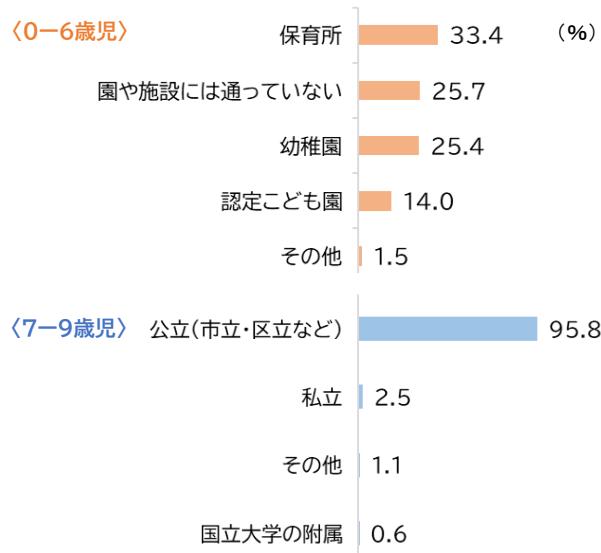
- ・本ダイジェスト版で使用している百分率(%)は、各項目の算出方法に基づいて出した値の小数点第2位を四捨五入して表示しています。その結果、数値の和が100にならない場合があります。
- ・表記については以下の通りとしています。
 - 乳幼児…調査時点で、0歳児～6歳未就学児
 - 小学生…調査時点で、小学校1年生、2年生、3年生
 - メディア…本調査では、テレビ、DVD・録画、パソコン、タブレット端末、スマートフォン、携帯型／据え置き型ゲーム機、知育・学習用の専用端末などの総称
 - デジタルメディア…メディアのうち、パソコン、タブレット端末、スマートフォン、携帯型／据え置き型ゲーム機、知育・学習用の専用端末の総称。設問により、対象とする媒体は異なります。
- ・一部の項目では、2021年調査との比較を行っています。
2021年調査:全国の3歳児(年少児)～小学3年生の第一子を持つ母親(3,096名)、インターネット調査

✓ 基本属性

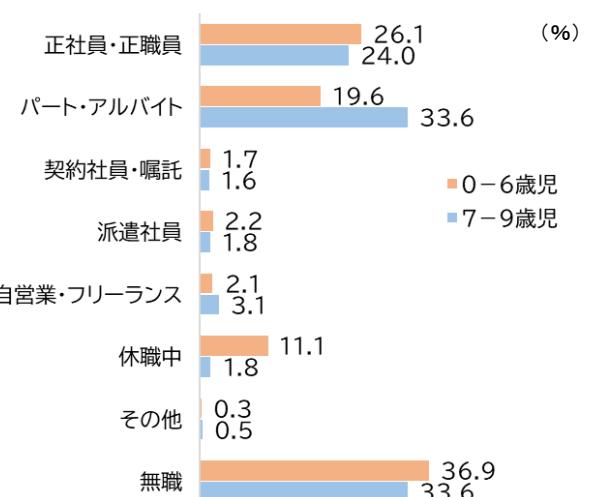
母親の年齢



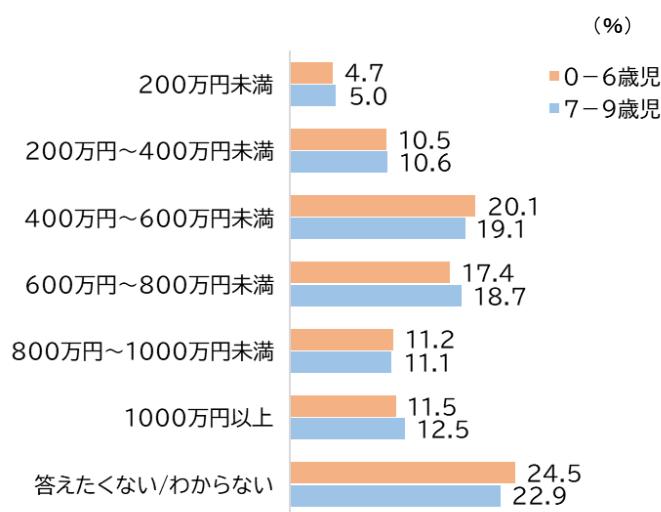
就園/就学状況



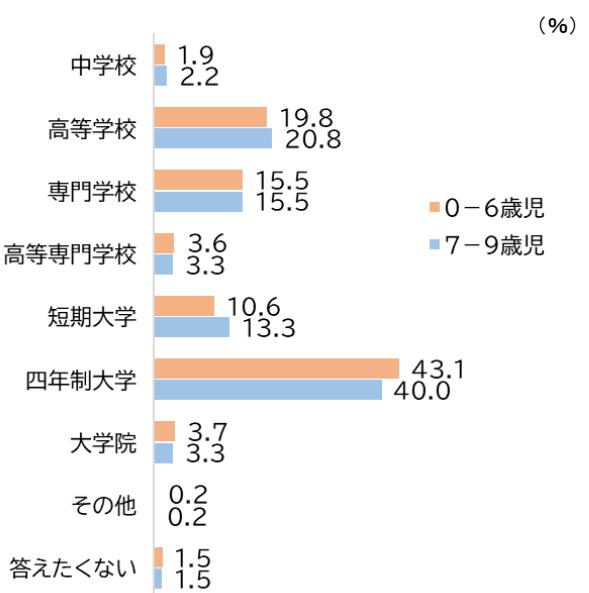
母親の就業状況



世帯年収



母親の最終学歴





1週間に1日以上、視聴・使用する頻度は、すべての年齢でテレビがもっとも高い。タブレット端末、スマートフォン、ゲーム機は、年齢があがるとともに、視聴・使用する割合があがる。

Q

お子様は、次のもの／ことを、ご家庭で1週間あたり、どのくらい見たり、使ったり、したりしていますか。

図1-1-1

テレビ

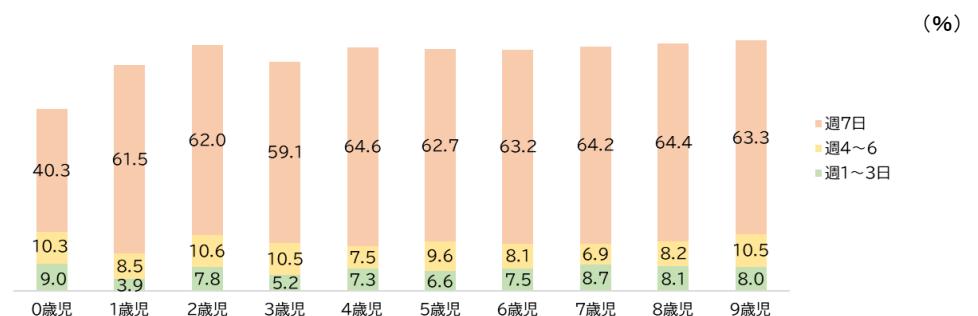


図1-1-2

タブレット端末

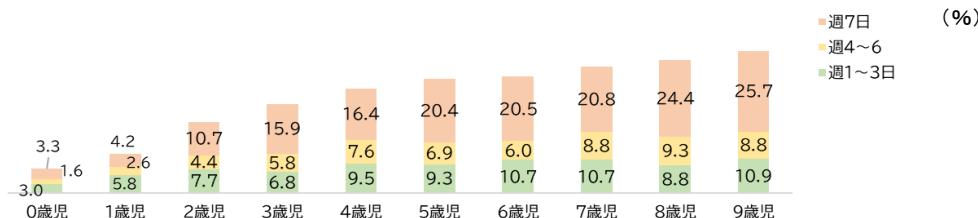


図1-1-3

スマートフォン

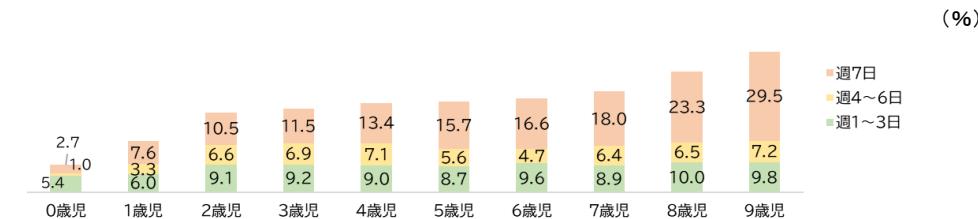
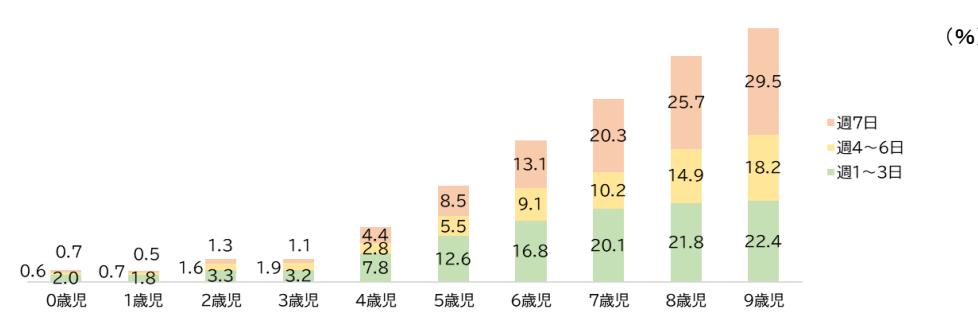


図1-1-4

携帯型・据え置き型ゲーム機



子どもがメディアを見たり使ったりしている頻度(1週間あたりの日数)を聞いた。テレビの視聴頻度がもっとも高く、0歳児を除くと、どの年齢も約6割以上が毎日視聴している。タブレット端末、スマートフォン、携帯型・据え置き型ゲーム機は、年齢があがるとともに徐々に視聴・使用する頻度は高まる(図1-1-1~4)。

タブレット端末とスマートフォンは、1週間に1日以上使用する割合が2歳児で2割を超えており、早い時期から使用している子どもがいる。携帯型・据え置き型ゲーム機は、5歳児で2割を超え、9歳児で7割を占めており、5歳児以降では急速に割合が増える傾向にある。



1日の視聴・使用時間がもっとも長いのはテレビである。
携帯型・据え置き型ゲーム機は、1日2時間以上使用する割合が
7-9歳児では約15%である。

Q

お子様は、ご家庭で平日1日あたり、どのくらいの時間、見たり、使ったりしていますか。

図1-2-1 テレビ

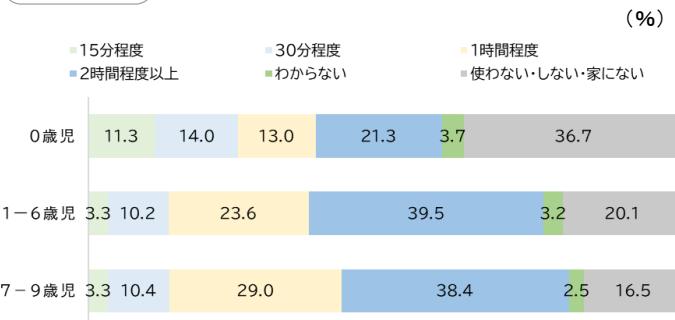


図1-2-2 タブレット端末

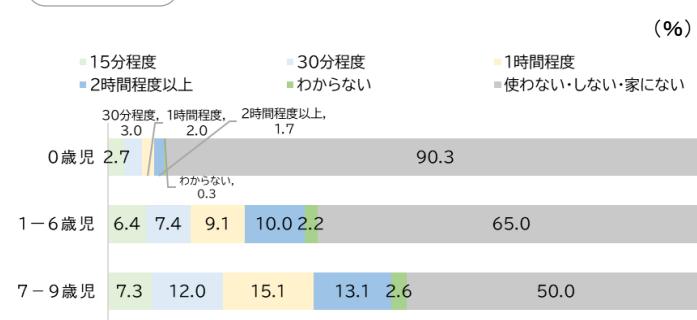


図1-2-3 スマートフォン

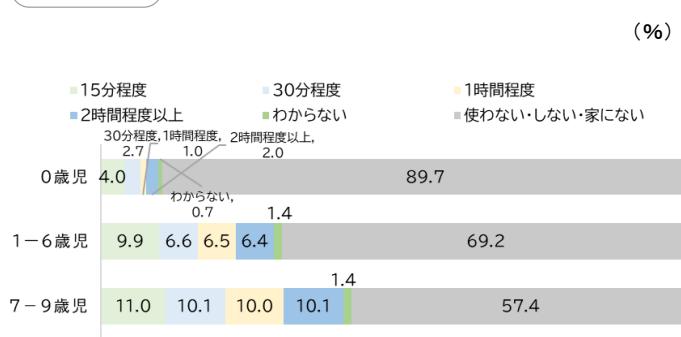


図1-2-4 携帯型・据え置き型ゲーム機

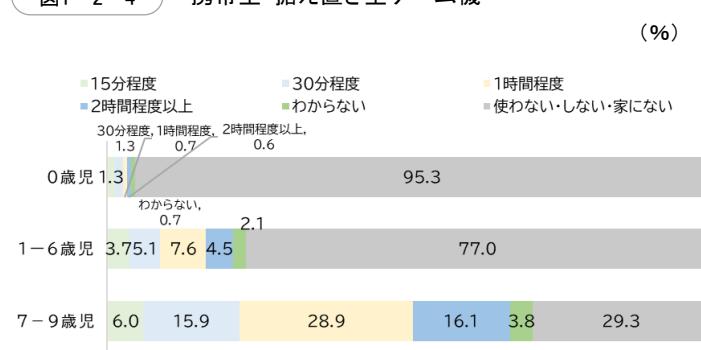


図1-2-5 紙の絵本や本

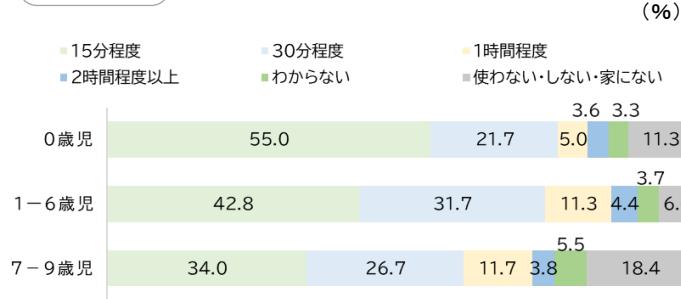
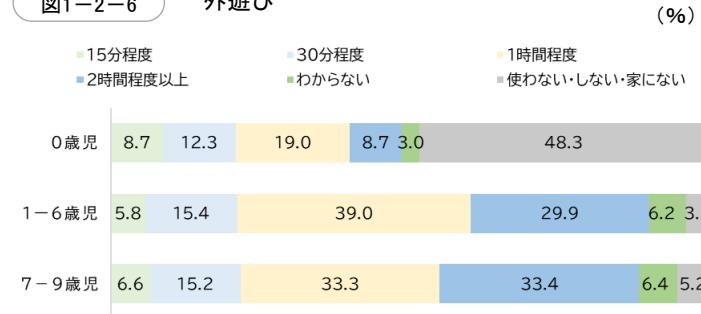


図1-2-6 外遊び



※(図1-2-1~6)「2時間程度以上」は「2時間程度」「3時間程度」「4時間程度」「4時間程度以上」の合計

各メディアの1日あたりの視聴・使用時間をみると、テレビの平日1日あたりの視聴時間は、1歳以上では「1時間程度」以下が3~4割、「2時間程度以上」では4割弱で、1日に接する時間が他のメディアと比べてもっとも長く、テレビは9歳以下の子どもにとって、身近なメディアであることがわかる(図1-2-1)。タブレット端末、スマートフォン、携帯型・据え置き型ゲーム機は、年齢があがるとともに接する時間が長くなる傾向にある(図1-2-2~4)。

メディア以外の活動では、紙の絵本や本に接する割合は、6歳児以下では8~9割を占める。接する時間では15分以下がもっとも多く、4~5割である。7~9歳児になると接する時間はやや短くなる。外遊びは、1歳児以上で9割前後が行っており、1時間程度が2~4割ともっと多い(図1-2-5~6)。絵本や本・外遊び・メディアなど、様々な活動を取り入れながら生活する様子がうかがえる。



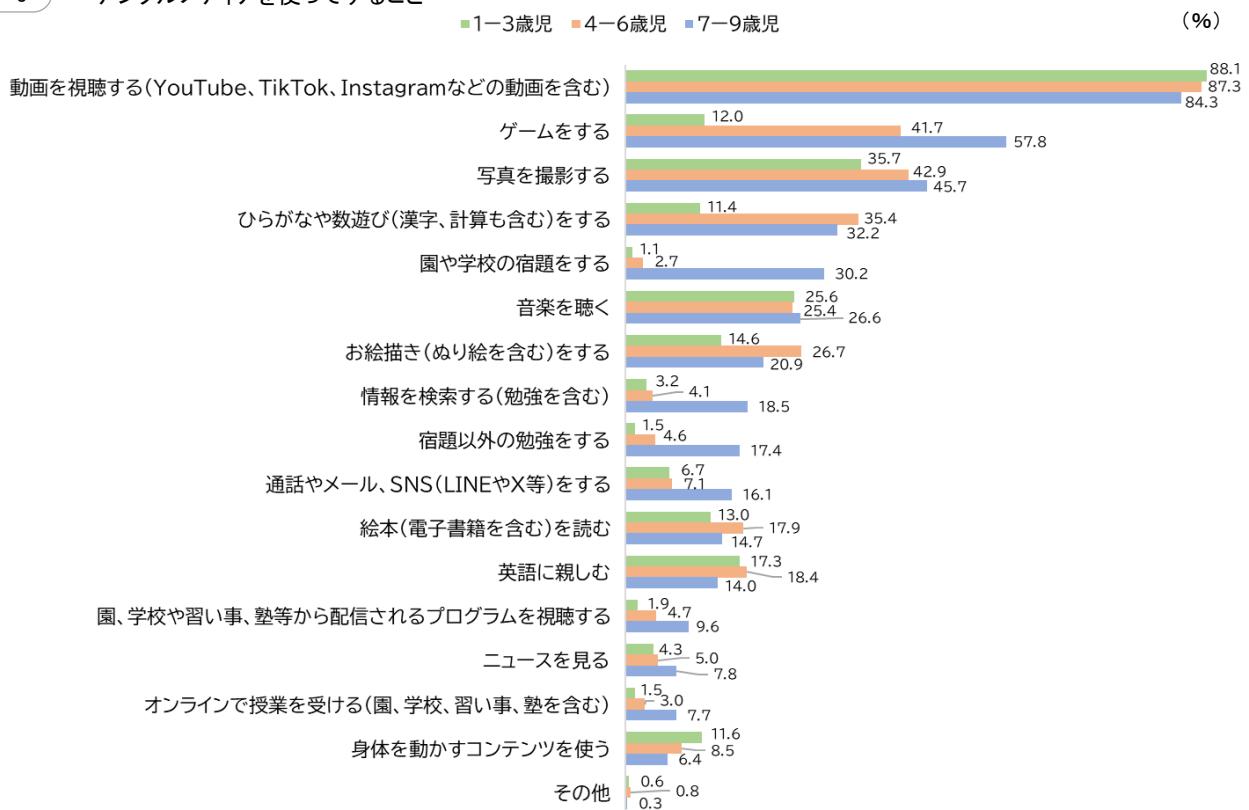
8割超が、デジタルメディアで子どもが「動画を視聴する」と回答。次いで7-9歳児では「ゲームをする」「写真を撮影する」割合が高く、ひらがなや数遊び、宿題など、学びに関する使用は約3割である。

Q

お子様にご家庭で、テレビ・タブレット端末・スマートフォン・パソコンなどのデジタルメディアで以下のことをさせることはありますか。

図1-3

デジタルメディアを使ってすること



※複数回答　※使っている人のみ回答　※「園や学校の宿題をする」は園・小学校に通っている人のみ回答　※7-9歳児の数値で降順

表1-3

デジタルメディアを使ってすること(経年比較)

(%)

	4-6歳児		7-9歳児	
	2021	2025	2021	2025
ゲームをする	40.0	41.7	50.4	57.8
写真を撮影する	48.1	42.9	44.2	45.7
ひらがなや数遊び(漢字、計算も含む)をする	35.2	35.4	16.5	32.2
園や学校の宿題をする	1.4	2.7	6.9	30.2
音楽を聞く	31.5	25.4	32.5	26.6
お絵描き(ぬり絵を含む)をする	24.6	26.7	14.6	20.9
宿題以外の勉強をする	2.5	4.6	10.3	17.4
通話やメール、SNS(LINEやX等)をする	12.5	7.1	19.7	16.1
絵本(電子書籍を含む)を読む	12.6	17.9	11.6	14.7

※複数回答　※使っている人のみ回答　※いずれかの年齢で5ポイント以上差がみられた項目
※「園や学校の宿題をする」は園・小学校に通っている人のみ回答

テレビ・タブレット端末・スマートフォン・パソコンなどでさせていることを聞いた(図1-3)。もっと多いのが「動画を視聴する」で、1-3歳児 88.1%、4-6歳児 87.3%、7-9歳児 84.3%が行っていた。次いで「写真を撮影する」(1-3歳児 35.7%、4-6歳児 42.9%、7-9歳児 45.7%)や「ゲームをする」(1-3歳児 12.0%、4-6歳児 41.7%、7-9歳児 57.8%)となり、全体的に、娯楽や遊びの要素が強い活動の比率が高い。7-9歳児では、「通話やメール、SNSをする」「情報を検索する」「学校の宿題をする」「宿題以外の勉強をする」といった、学習やコミュニケーションの側面をもつ活動の比率が約2~3割であり、多様な使い方をしている様子がうかがえる。



4歳児以上の7~8割はアプリやソフトを立ち上げることができる。年齢があがるとともに操作できることが増え、7~9歳児では、約6割が指やペンを使ったタッチパネル上の様々な操作ができるようになる。

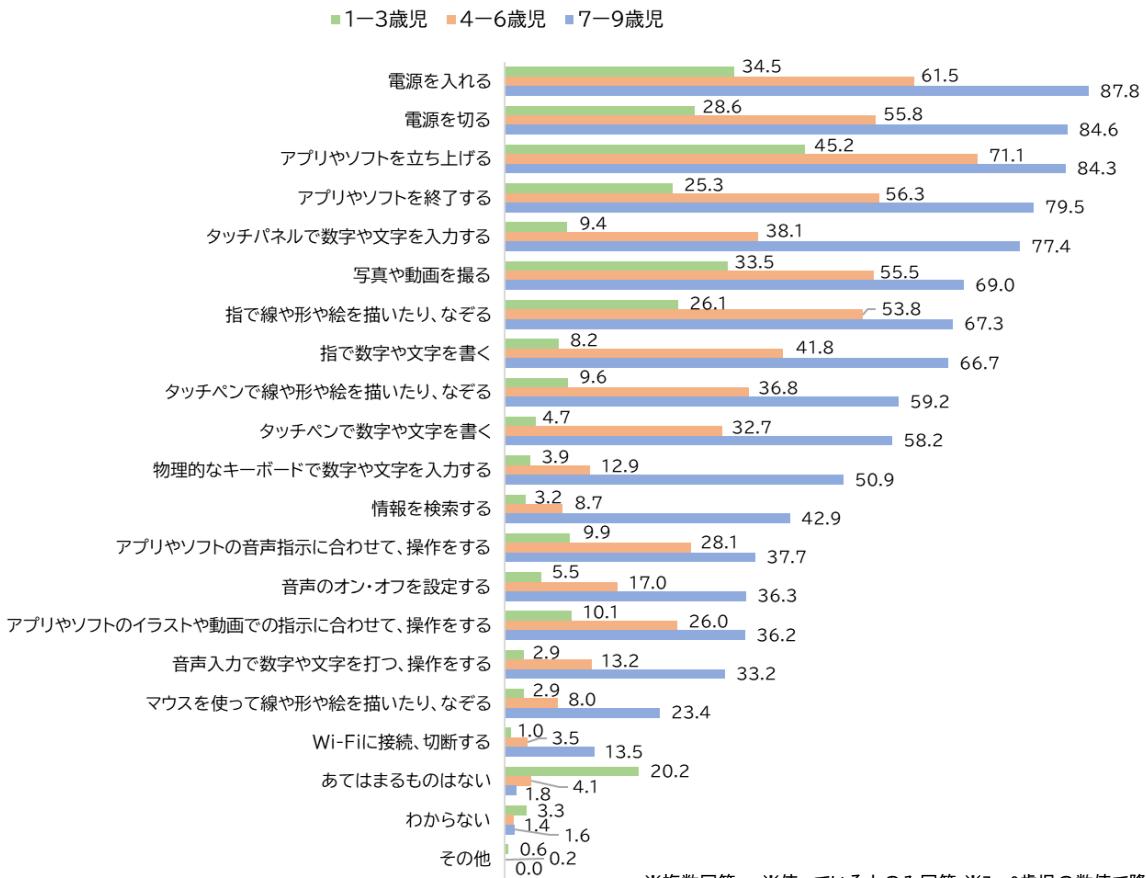
Q

お子様は、タブレット端末・スマートフォン・パソコンなどのデジタルメディアで、どんなことが自分で操作できますか。

図1-4

デジタルメディアを使ってできる操作

(%)



※複数回答 ※使っている人のみ回答 ※7-9歳児の数値で降順

表1-4

デジタルメディアを使ってできる操作(経年比較)

(%)

	4-6歳児		7-9歳児	
	2021	2025	2021	2025
アプリやソフトを終了する	61.8	56.3	77.2	79.5
タッチパネルで数字や文字を入力する	29.5	38.1	64.9	77.4
写真や動画を撮る	61.1	55.5	68.6	69.0
指で線や形や絵を描いたり、なぞる	50.0	53.8	54.0	67.3
指で数字や文字を書く	32.1	41.8	49.1	66.7
タッチペンで線や形や絵を描いたり、なぞる	25.9	36.8	43.2	59.2
タッチペンで数字や文字を書く	20.3	32.7	43.0	58.2
物理的なキーボードで数字や文字を入力する	11.9	12.9	37.2	50.9

※複数回答 ※使っている人のみ回答 ※いずれかの年齢で5ポイント以上差がみられた項目

子どものデジタルメディアの操作スキルをたずねた。4歳児以上では半数以上が「アプリやソフトを立ち上げる」「アプリやソフトを終了する」「写真や動画を撮る」「電源を入れる」といった基本的な操作を身につけている(図1-4)。年齢があがるにつれて操作できる種類が増え、7-9歳児では、約6~7割がタッチパネルや指、タッチペンを使った操作、数字や文字の入力ができる。4年前よりもタッチパネルの操作ができる割合は増加しており、デジタル機器の操作の習熟度が高まっている(表1-4)。



スマートフォン、タブレット端末の使用ルールを設けている割合は約8～9割。
「とくにルールを決めていない」割合は、1～3歳児で約1割である。
ルールの内容では、「メディアを使用する時間について」がもっとも多い。

Q

あなたは、お子様がご家庭のスマートフォン・タブレット端末を見たり使ったりするときに、どんなルールを決めていますか。

図2-1-1

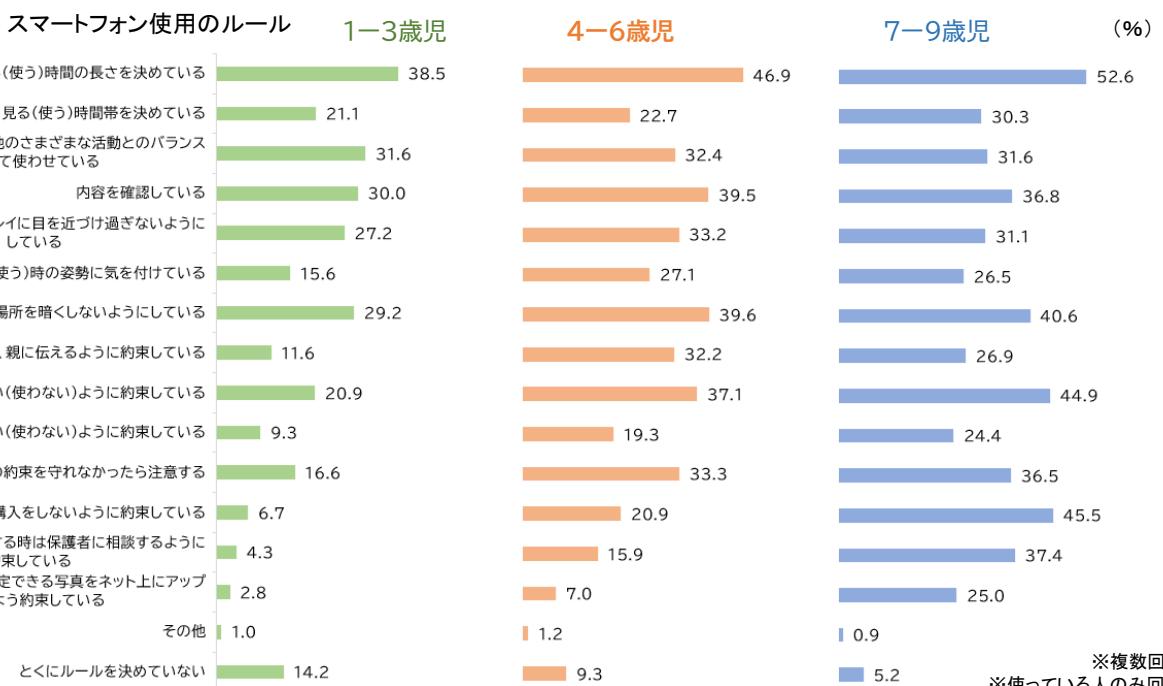
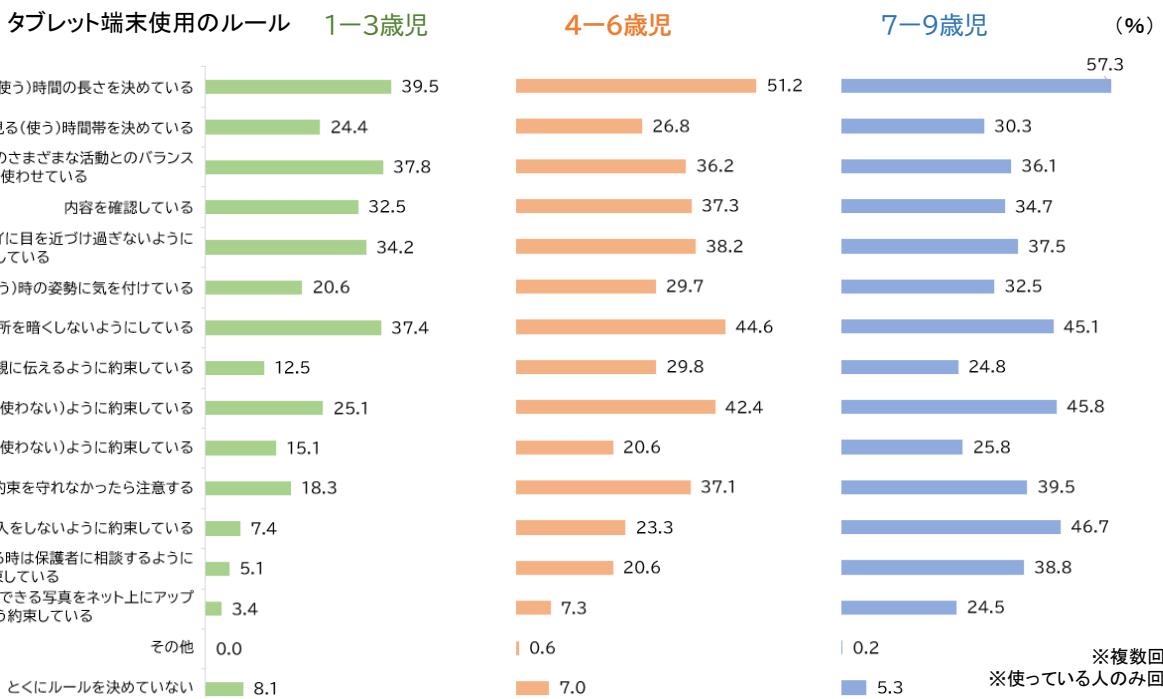


図2-1-2



メディアの使用ルールについては、子どもの年齢があがるにつれて、「ルールを決めている」とする割合が増加する傾向にある(図2-1-1～2)。ルールの内容は、見る(使う)時間の長さや時間帯、見る(使う)内容、姿勢や暗くしないなどの環境についての割合が多い。4歳児以上では、「勝手に課金・ネット購入をしないように約束している」「アプリをダウンロードする時は保護者に相談するように約束している」などのルールを設ける割合が増加する。



子ども専用の機器の使用は、7～9歳児では、携帯型ゲーム機で3割弱、タブレット端末とスマートフォンは2割弱である。
メディアをひとりで使う割合は、2021年に比べて2025年は増加傾向である。

Q

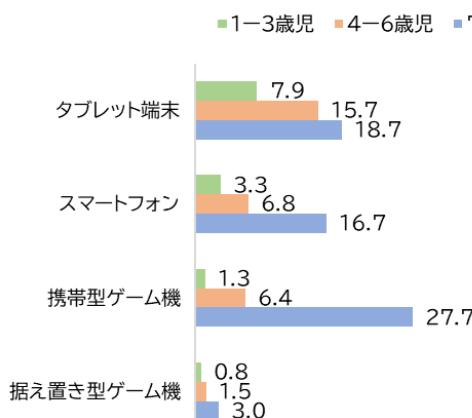
お子様がご家庭でタブレット端末・スマートフォン・パソコン・ゲーム機などのメディアを使う時、主に誰の端末を使っていますか。※小学生のお子様の場合は、小学校から配布されたメディア機器を除いてお考えください。

Q

あなたは、お子様(対象のお子様以外も含めて)が使うことのあるメディアについて、フィルタリング(有害サイトアクセス制限サービス)をかけていますか。

図2-2-1

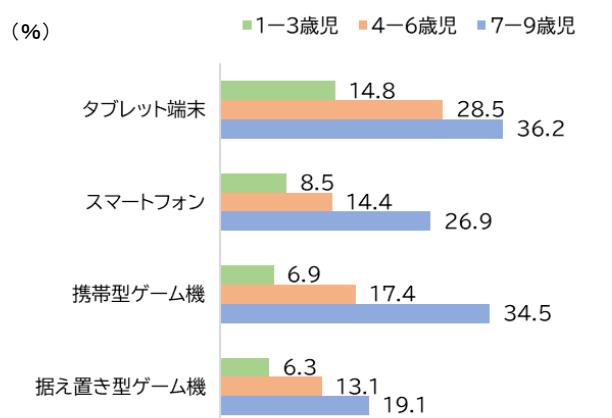
子ども専用の機器の割合



※使っている人のみ回答

図2-2-2

フィルタリングをかけている割合



※家にある人のみ回答

Q

お子様は、ご家庭で、以下のメディアを使う時、誰と一緒に使っていますか。

表2-2

デジタルメディアを子どもがひとりで使っている割合(経年比較)

(%)

	1-3歳児		4-6歳児		7-9歳児	
	2025	2021	2025	2021	2025	
タブレット端末	59.9	52.2	67.9	60.7	76.1	
スマートフォン	43.8	42.2	59.2	55.1	75.5	
ゲーム機	31.3	47.9	53.6	64.5	70.0	

※使っている人のみ回答 ※1-3歳児は2021年調査を行っていない

タブレット端末、スマートフォン、ゲーム機について、誰の端末を使っているかをたずねた(図2-2-1)。7歳児以上では、子ども専用のデジタル機器(タブレット端末、スマートフォン、携帯型ゲーム機)を使用している割合は、1.5～3割である。誰の端末を使用するかを問わず、子どもひとりで使う割合は、いずれの年齢でもタブレット端末がもっとも高く、6～7割を占める。4歳児以上では、どの機器も2021年よりひとりで使う割合が増加している(表2-2)。



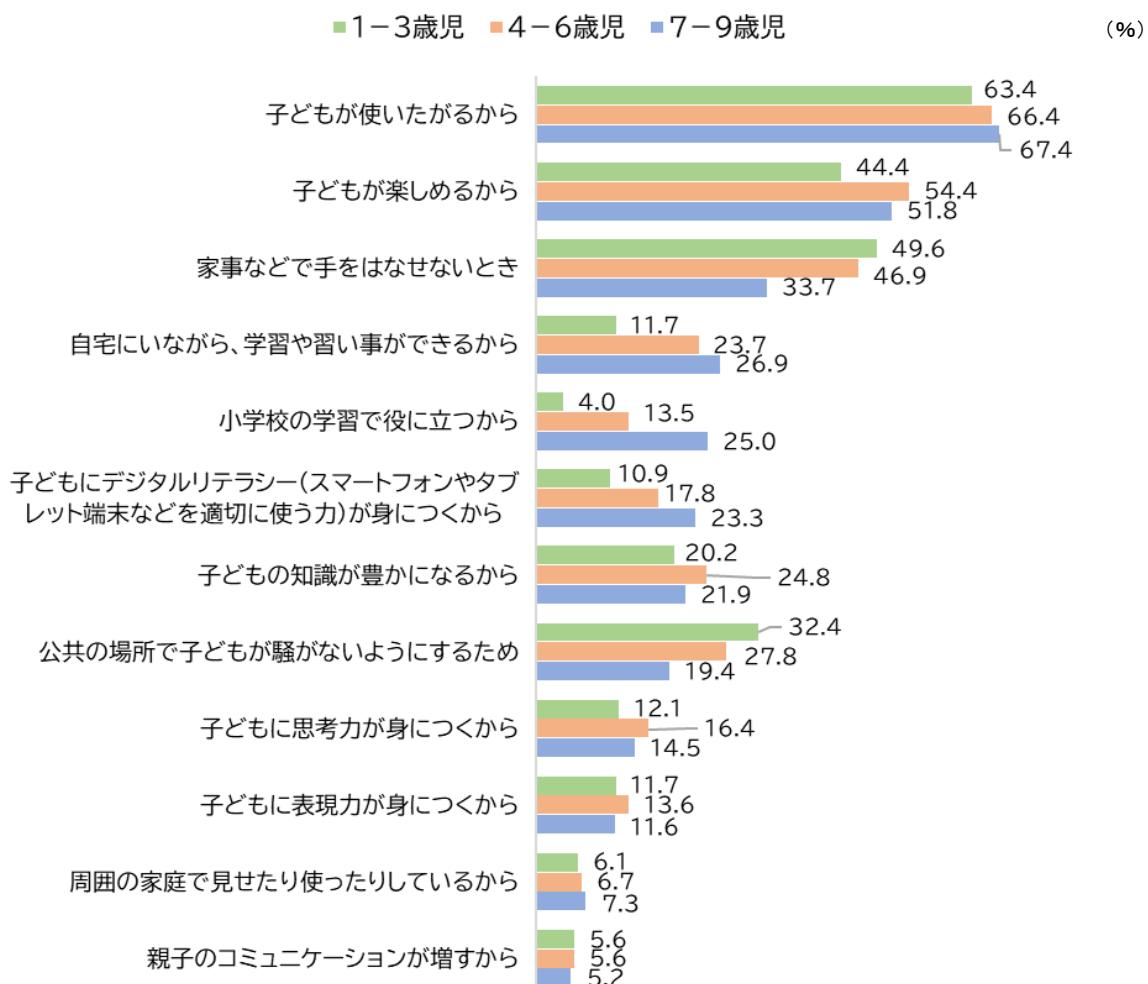
デジタルメディアを子どもに使わせる理由は、「子どもが使いたがるから」「子どもが楽しめるから」「家事などで手を離せないとき」の割合が高い。

Q

お子様にタブレット端末・スマートフォン・パソコンのようなデジタルメディアを使用させる理由としてあてはまるものをすべて選択してください。

図2-3

デジタルメディアを使わせる理由



※複数回答 ※使っている人のみ回答 ※7-9歳児の数値で降順

子どもにデジタルメディアを使用させる理由について聞いた(図2-3)。「子どもが使いたがるから」「子どもが楽しめるから」といった子どもの意向の割合が高く、5~6割を占めている。乳幼児では「家事などで手をはなせないとき」「公共の場所で騒がないようにするため」が3~5割を占める。7-9歳児では、「家事などで手をはなせないとき」(33.7%)に次いで「自宅にいながら、学習や習い事ができるから」26.9%、「小学校の学習で役に立つから」25.0%が続く。4年前と比べると学習やデジタルリテラシーの習得などの割合が増加している(図表略)。



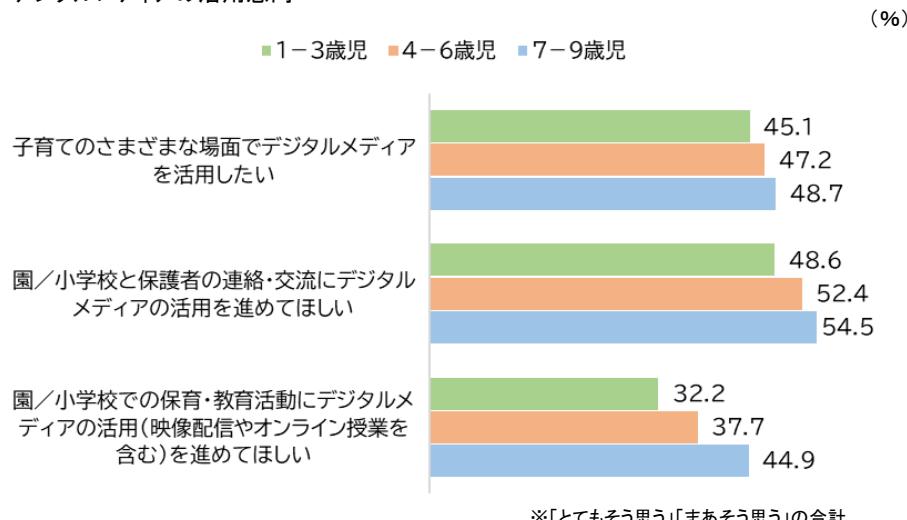
子育てや園／小学校でのデジタルメディア・オンラインの活用意向は、
肯定的な意見が3～5割を占める。
子どもがスマートフォンを使用することへの抵抗感は6～7割である。

Q

タブレット端末・スマートフォン・パソコンなどのデジタルメディアの活用に対するあなたの考え方をお聞きします。

図2-4-1

デジタルメディアの活用意向

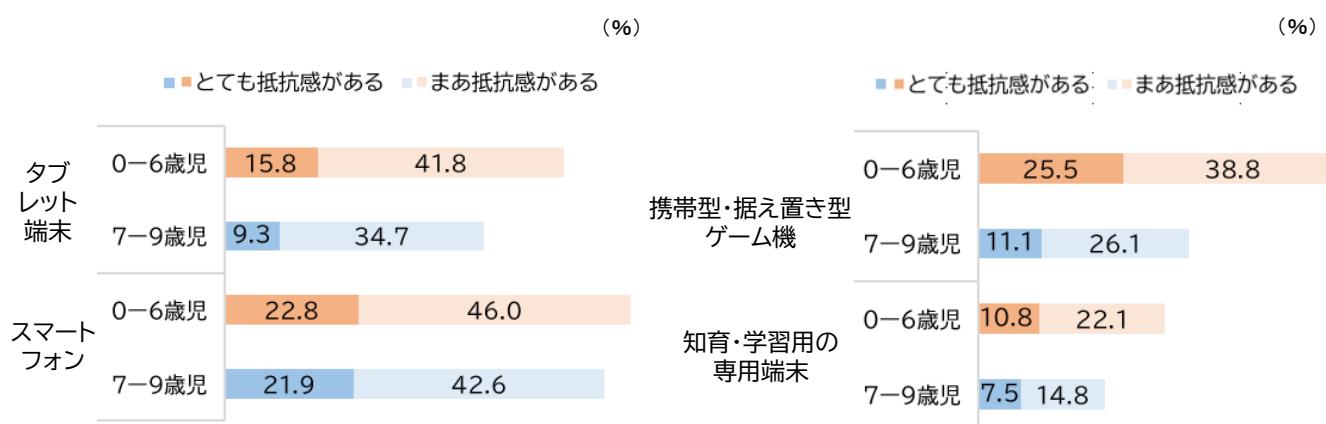


Q

あなたは、お子様が以下のようなメディアを使うことに対して、抵抗感はありますか。

図2-4-2

デジタルメディアへの抵抗感



デジタルメディアの活用に対する考え方では、子育てや園／小学校との連絡・交流での活用の希望が4～5割、保育・教育活動でのデジタルメディアの活動を希望する母親が3～4割を占めており、年齢があがるほど活用意向も高くなる（図2-4-1）。

一方で、子どもがデジタルメディアを使用することに対する抵抗感は、知育・学習用の専用端末を除いて、0～6歳児で5～6割、7～9歳児で4～6割を占めている（図2-4-2）。



親が考える子どもがデジタルメディアを使用するメリットは、
時間や場所を選ばずに学び、楽しむことができる。
デメリットは、眼や健康に悪いことや長時間の視聴・使用など。

Q

お子様が、タブレット端末・スマートフォン・パソコンのようなデジタルメディアを使うことについて、
あなたはどのように思いますか。

母親の声(抜粋)

表2-5-1 デジタルメディア使用のメリット

(%)

	0-6歳児	7-9歳児
子どもの都合に合わせて学んだり楽しんだりできる	84.6	86.3
自宅や好きな場所で授業やレッスンが受けられる	82.8	82.6
何度も繰り返して学んだり楽しんだりできる	81.2	80.2
使えるようになることで将来役立つ	77.7	83.5
学習に役立つ	76.5	76.6
知識が豊かになる	75.8	75.3
実際に体験できないことがオンラインでできる	73.2	71.5
歌や踊りを楽しめる	75.3	67.0
作る、描くなど表現力をはぐくむ	59.9	62.7
社会のマナーやルールを学べる	56.3	49.1
集中力がつく	51.3	46.7
親子のコミュニケーションがとりやすくなる	45.3	42.7



タブレット学習が娘には合っているようで、毎日楽しそうに自分から学習してくれているのでとても助かっている

表2-5-2 デジタルメディア使用のデメリット

(%)

	0-6歳児	7-9歳児
眼や健康に悪い	87.5	88.3
夢中になり過ぎる	86.8	87.5
長時間の視聴・使用が続く	84.9	84.9
有料サイトや危ないサイトへアクセスする可能性がある	78.2	82.5
不適切な内容の広告が入ってくる	76.0	82.1
大きくなつたとき、依存しないか心配	78.6	75.5
運動不足になる	73.3	76.1
次のこと切り替えしづらい	75.3	73.0
他の様々な活動とのバランスが崩れる	67.2	65.0
年齢的にまだ早い	73.6	57.0
受動的になる	64.9	62.8
行動や言葉づかいが乱れる	59.7	65.1
親子のコミュニケーションが減る	65.3	58.2
生活リズムが乱れる	60.7	60.7



動画をつけると過集中になってしまい、親の声が届かなくなることが多い

有害な広告も多いので、情報検索時に見てしまわないか心配

小さい子どもでも操作ができるようになって感心する一方で、依存することに対して心配

※(表2-5-1～2)「とてもそう思う」「まあそう思う」の合計

メリットでは「何度も繰り返して学んだり楽しんだりできる」といったデジタルメディアの特性を評価する内容の割合が高い(表2-5-1)。デメリットでは、心身への悪影響や生活の乱れなど、様々な点で心配している様子がうかがえる。とくに幼児の母親は、「年齢的にまだ早い」(73.6%)と考える割合が小学生の母親(57.0%)よりも高い(表2-5-2)。

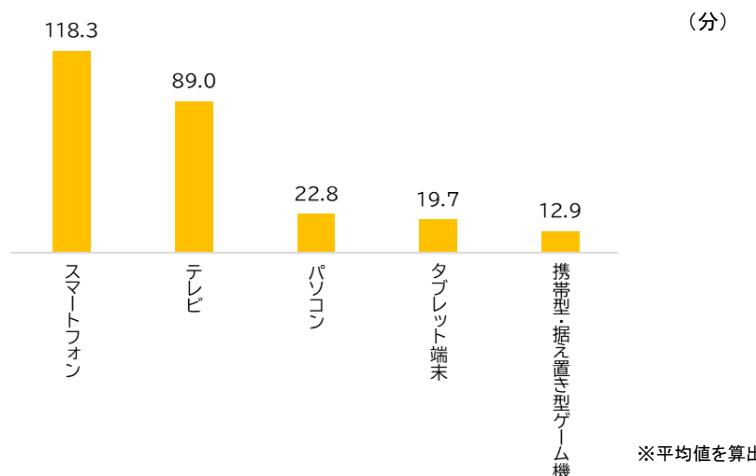


母親が使うメディア機器では、スマートフォンの使用時間がもっとも長い。インターネットや動画・テレビの視聴が好きな母親は5割を超える。



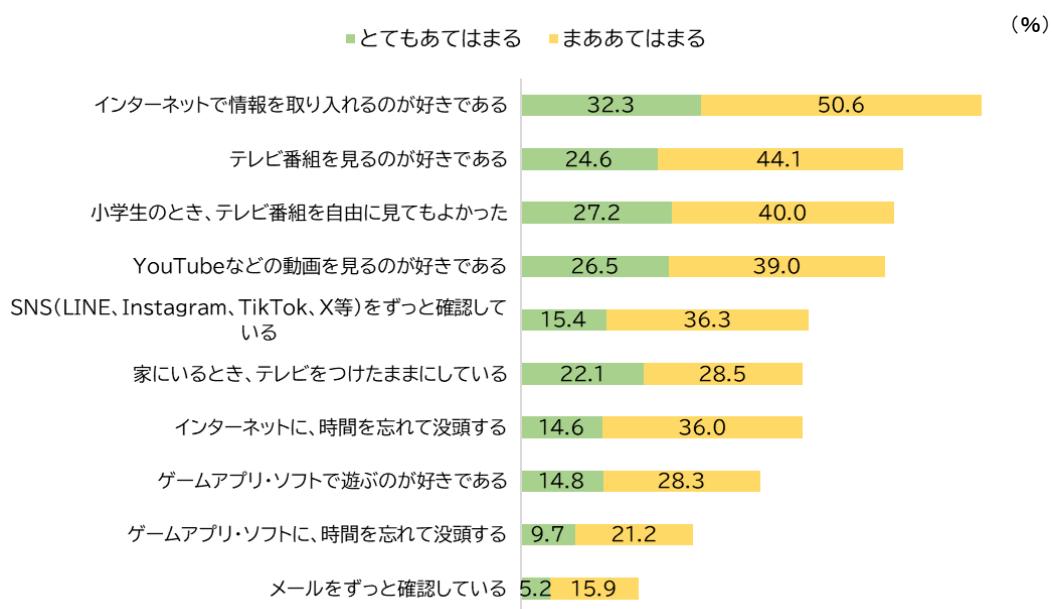
あなたは、下記のそれぞれについて、平日に1日あたりどれくらいの時間、見たり使ったりしていますか。仕事以外での使用について、およその時間をお答えください。

図2-6-1 母親のメディア使用時間



あなたご自身のメディアとのかかわりについて、どの程度あてはまりますか。

図2-6-2 母親のメディア嗜好



母親のメディア使用についてたずねた(図2-6-1)。母親は、テレビやスマートフォン、タブレット端末を日常的に使用しており、その中でもスマートフォンの使用時間がもっとも長い(1日118.3分)。

メディアとのかかわりについては、約6~8割の母親がテレビ・動画の視聴や、インターネットでの情報収集が好きと回答しており、約4~5割がゲームを楽しんだりSNSを使っており、様々な形で生活の中にメディアを取り入れている様子がうかがえる(図2-6-2)。



子どもと一緒にいるときにメディアに気をとられる母親は3～5割を占め、
7～9歳児の母親よりも0～6歳児の母親の割合が高い。
母親のメディア使用時間が長いほど、メディアに気をとられる傾向がある。

Q

お子様と一緒に過ごす生活場面において、あなたは、以下のことについて、どのくらいあてはまりますか。

図2-7-1

子どもと過ごす場面であてはまる頻度

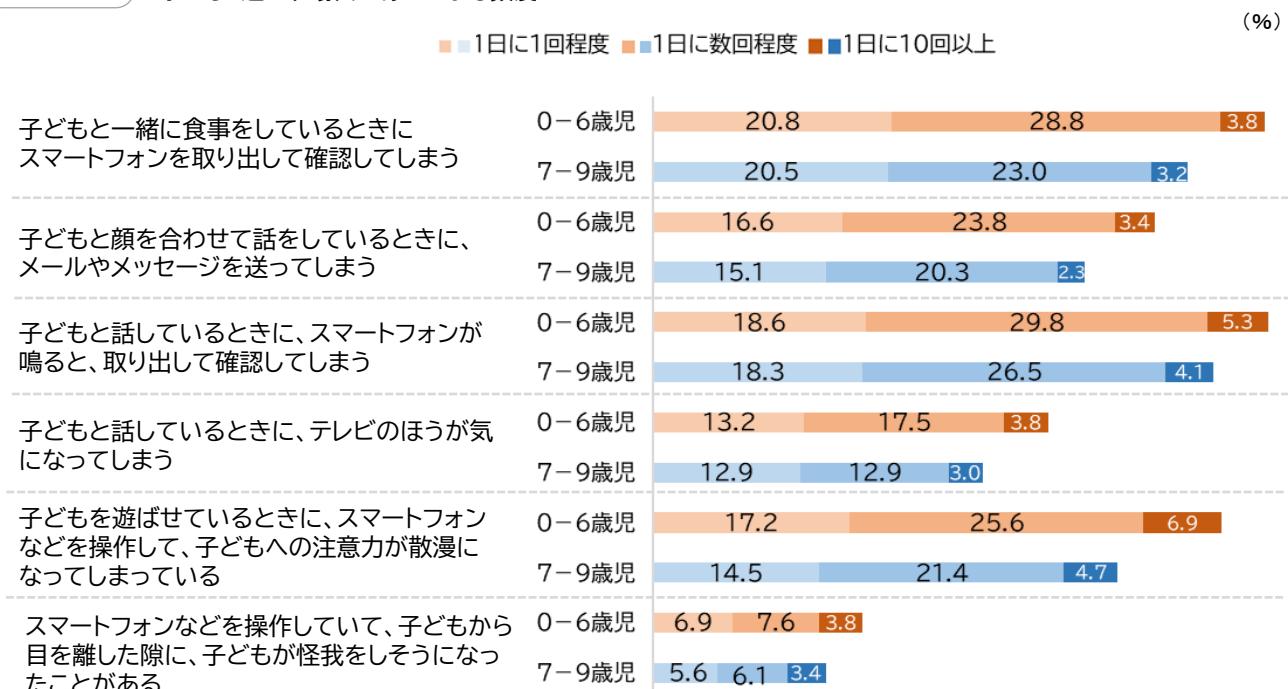


図2-7-2

母親のスマートフォンの使用時間とテクノフェレンス(※)の関連性

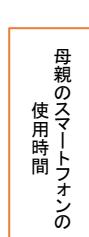
「子どもを遊ばせているときに、スマートフォンなどを操作して、子どもへの注意力が散漫になってしまっている」

〈0～6歳児〉

■1日に1回程度 ■1日に数回程度 ■1日に10回以上 (%)

〈7～9歳児〉

■1日に1回程度 ■1日に数回程度 ■1日に10回以上 (%)



1時間以下 17.5 20.3 7.2 45.0

1時間以下 14.7 16.8 4.9 36.4

3時間以上 14.9 33.1 8.4 56.4

3時間以上 13.9 29.9 5.6 49.4

※グラフ横の数字は「1日に1回程度」「1日に数回程度」「1日に10回以上」の合計

※テクノフェレンスとは：

親のデジタルメディアなどの使用によって、親子のコミュニケーションが阻害され、子どもの生活や発達に悪影響が生じることを指す。McDaniel & Radesky(2017)が「テクノロジー」と「インターフェレンス(干渉)」を組み合わせて提唱した造語である(McDaniel & Radesky, 2017)。

「子どもと一緒に食事をしているときにスマートフォンを取り出して確認してしまう」「子どもと顔を合わせて話しているときに、メールやメッセージを送ってしまう」と回答した母親は約4～5割を占める(図2-7-1)。

母親のスマートフォンの使用時間が長いほど、子どもと一緒に過ごすときに、スマートフォンに気をとられる頻度が多くなり、子どもへの注意力が散漫になる傾向にある(図2-7-2)。



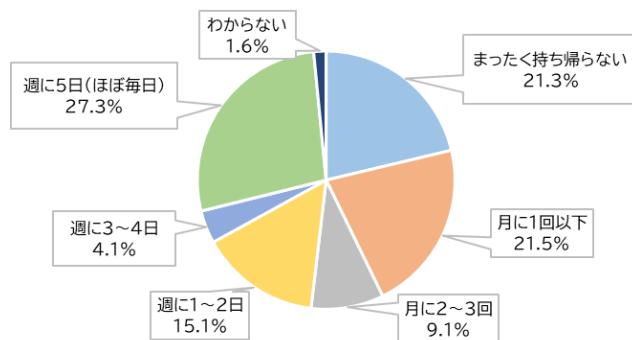
小学校から配布されるメディア機器は、3割弱がほぼ毎日持ち帰っている。
家庭では、宿題で使用している子どもが7割を占める。
7割の母親は、メディア機器のルールを守れるよう声をかけている。

Q

お子様は、小学校から配布されたメディア機器をどれくらい家に持ち帰っていますか。

図2-8-1

持ち帰る頻度



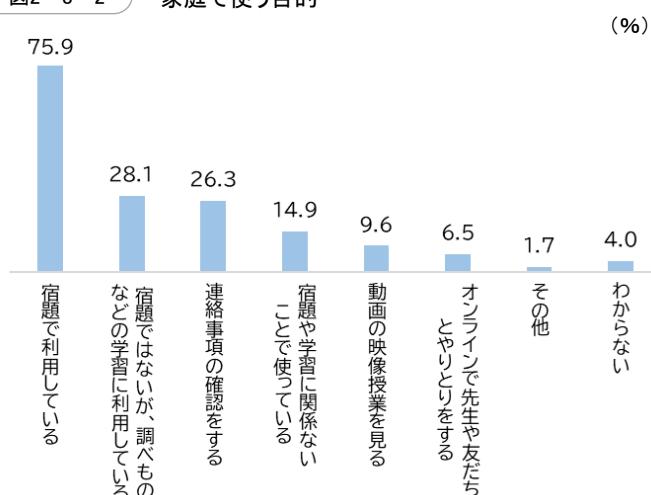
※7~9歳児の母親のみの質問
※小学校からメディア機器を配布されている人のみ回答

Q

お子様は、学校から配布されたメディア機器を家庭でどのような目的で使っていますか。

図2-8-2

家庭で使う目的



※7~9歳児の母親のみの質問
※複数回答
※メディア機器を持ち帰っている人のみ回答

Q

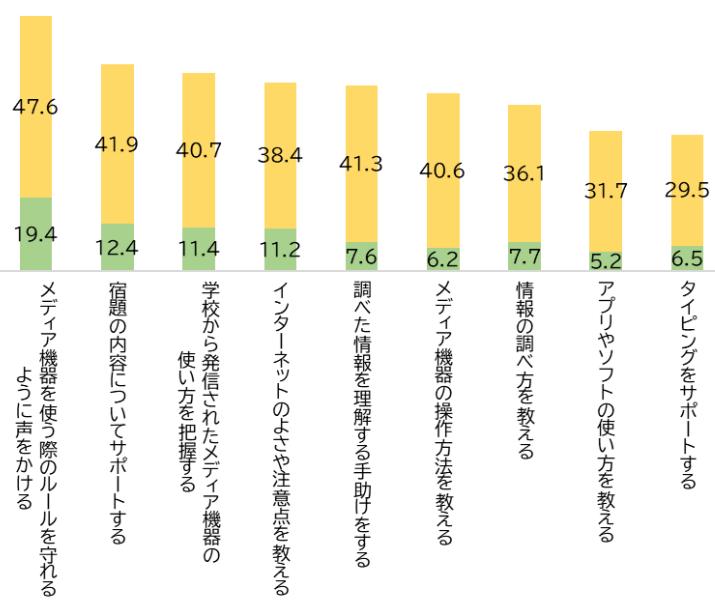
お子様が学校から配布されたメディア機器を家庭で使うとき、あなたはどのようなサポートをしていますか。

図2-8-3

家庭で使う際の親のサポート

■よくある ■ときどきある

(%)



メディア機器を使いつけるルールを守るように声をかける

7~9歳児を対象に、小学校で配布されているデジタルメディア機器の使用について聞いた。学校配布の端末を毎日持ち帰る子どもは約3割である。まったく持ち帰らない場合も約2割を占めており、学校により持ち帰るかどうかの状況は様々である(図2-8-1)。

家庭では、宿題や調べもの、連絡事項の確認に使われている(図2-8-2)。

デジタル機器の使い方や宿題の内容についてサポートをする母親は多く、小学校低学年でのデジタル機器の使用について、子どもが適切な使い方ができるように支援をしている様子がうかがえる(図2-8-3)。

※7~9歳児の母親のみの質問
※メディア機器を持ち帰っている人のみ回答



デジタルメディアの活用について、
母親は、子どもの生活リズムや健康への影響を懸念しており、
他の活動とのバランスが保てるように配慮している。

Q

お子様のスマートフォン、タブレット端末、パソコンなどのデジタルメディアの活用についてのお考え、工夫、ご懸念などがありましたら、教えてください。

表2-9

デジタルメディア活用についての考え方、工夫、懸念(自由回答)

(%)

0-6歳児		7-9歳児	
1位	生活リズムの管理	23.5	生活リズムの管理
2位	身体的健康への影響	22.2	使用的回避や制限
3位	使用的回避や制限	18.1	身体的健康への影響
4位	教育・学習使用	11.6	教育・学習使用
5位	習慣化・依存傾向	8.7	有害・不適切コンテンツへの懸念

※自由回答の内容をもとに分類

〈0-6歳児〉

● 1位 生活リズムの管理

テレビを見過ぎないように時間を決めて、やめやすいようにご飯の前や出かける前に見せる。好きな本をたくさん図書館から借りておく

タイマーをつけてやっている。タイマーが鳴つたらおしまいにしている

● 2位 身体的健康への影響

視力の低下が心配なので、画面の小さいタブレットやスマホではなく、テレビで動画を見せている

使い始めると没頭するので、目が悪くなりそう、姿勢が悪くなりそうで心配

● 3位 使用の回避や制限

一度使わせてしまうと、時間に関係なく使いたがるので、あまり使わせたくない

思考能力が育たないような気がして、あまり使わせたくないです

〈7-9歳児〉

● 1位 生活リズムの管理

勉強量に応じてゲーム機を使用してよい時間を決めている

使用時間が3時間を超えると電源が落ちるよう設定しています

● 2位 使用の回避や制限

YouTubeを見て好ましくない言葉を覚えており、家でも弟妹と遊ぶときに使うことがあるので、なるべく見せないようにしている

デジタル系はあまり使わせたくない、それよりも昔ながらの外遊びや自然に触れてほしい

● 3位 身体的健康への影響

姿勢と視力への影響とコミュニケーション不足になったりしないか心配

学校からのタブレット、家でのスマートフォン、テレビで、目と耳が悪くなっているような気がして心配です



学校でのデジタルメディアの使用について、
母親は、デジタルメディアのスキルを身につけることに賛同する一方で、
健康への影響や紙を使った学習への要望ももっている。

Q

お子様が学校でメディア機器を勉強に使うことについてのお考えがありましたら、教えてください。
※お子様が未就学児の場合は、将来学校で勉強に使う場合についてのお考えをお聞かせください。

表2-10

学校でメディア機器を勉強に使うことについて(自由回答)

(%)

0-6歳児		7-9歳児	
1位	健康への影響	16.9	社会との接続
2位	社会との接続	12.6	健康への影響
3位	紙の活用	6.8	紙の活用
4位	読み書き能力の低下	6.1	読み書き能力の低下
5位	認知能力の低下	3.6	デジタルスキル・ ICT教育への期待

※自由回答の内容をもとに分類

〈0-6歳児〉

● 1位 健康への影響

自分が小学生のときにめったに使用しなかったので、
目が悪くなったり、タブレットに依存しないかが心配
です

1日に2・3回程度の使用だといいと思う。また、使う
ときはメガネの着用を義務づけるなど、ブルーライト
対策もしてほしい

● 2位 社会との接続

これから時代はメディア機器を使うことが仕事で
も必要になるので、小さいときから学べるのはいい
と思う

今の時代なので、小学生のうちからデジタルに慣
れていくほうがよいと考えています。その際に、デ
ジタル機器やインターネットを使用する際の注意点
も学校でも教えてもらえると助かります

● 3位 紙の活用

とくに低学年はなくてもよいと考えています。あくま
でも紙ベースでの学習を希望しています

紙ベースの方がメモを書くなど記憶に残りやすいの
ではないかと感じる

〈7-9歳児〉

● 1位 社会との接続

メディア機器をうまく使いこなすことは今の時代に
必要なスキルだと思うので、とくに抵抗はない

メディア機器は大人になっても社会人になっても
つきあっていくものなので、小学生の頃から慣れ
親しんでおくのはよいと思う

● 2位 健康への影響

使用するときの姿勢や、長時間使用したあとの
目の休め方なども指導してほしい

目が悪くなったり、ストレートネックになるのでは
ないかと心配

● 3位 紙の活用

紙ベースのほうがなんとなく記憶が定着しやすい
ように思うので、紙できれば学習させたいです

漢字など繰り返し書く練習などは紙のほうがよいと
思う部分はあります

調査から読み取れること

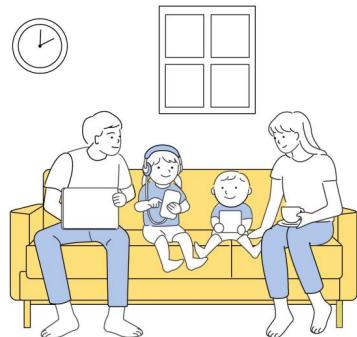
菅原ますみ先生
(白百合女子大学教授・お茶の水女子大学名誉教授)

2025年3月に実施された本調査は、全国の0歳から9歳までの第一子の母親7,065名を対象とした大規模なもので、小さな子どもたちがどのようなメディア環境のなかで日々を過ごしているのかを知ることができます。2024年度の総務省の通信利用動向調査によれば、インターネットの利用状況は13歳～49歳の年齢層でほぼ100%に近く、スマートフォンの保有世帯数もテレビと並び9割を超えるました。パソコンは約7割、タブレットは約4割で世帯差がありますが、生まれたときからテレビやスマートがあるのはもちろんのこと、パソコン・タブレット・ゲーム機などさまざまなデジタルメディアに囲まれて育つ子どもはますます多くなっています。

今回の調査でもっとも注目したいと感じるのは、小さな子どもたちとデジタルメディアとの付き合いはすっかり定着したものとなり、生活のなかでそれなりにバランスのとれた使い方が浸透しつつあるのではないか、という点です。時間の側面からみると、外遊びや読書(絵本・本)の時間は、外遊びでは1歳以上では9割以上が比較的長時間おこなっており、8～9割の未就学児は1日のなかで絵本や本に接する時間を持っています(p5参照)。“デジタルメディア漬け”とならないよう工夫しているご家庭が少なくないことを示しているといえるでしょう。また、デジタルメディアの操作についても、機器を所有しているご家庭では、1～3歳児でも4割以上がアプリやソフトを立ち上げることができ、写真や動画を撮影できるのも3割を超えていました。タッチパネルでの数字や文字の入力も7～9歳では8割近くが、4～6歳でも4割近くができるようになっています。“情報を検索する”という項目では、就学前では数パーセントに留まっていますが、7～9歳では4割以上が“自分でできる”としており、入学を機に操作スキルが一段とアップする様子がわかります(p7参照)。コロナ禍にあつた2021年調査と比較しても、操作スキルに関する項目で“できる”とする割合が増加しており、小さな子どもたちのメディアリテラシーの向上は着実に進んでいることが明らかになりました。

一方で、7～9歳の小学生の状況をみると、学校で配布されるデジタル機器をほぼ毎日自宅に持ち帰っている子どもが3割近くいるのに対し、全く持ち帰らないが2割、月1回以下が2割と4割程度はほぼ校内のみで利用しています(p15参照)。GIGAスクール構想のもと、小学校低学年のデジタル機器の活用をめぐる学校と家庭との連携については学校差が大きいことが今回の調査で浮き彫りとなり、習熟度などに影響が生じていないか注意深く経過を見守る必要があると感じます。

スマートフォンの使い方のルールについては、何らかのルールを設けているご家庭が大多数ですが、とくに設定していないという割合が1～3歳で1割以上あり、また子どもが使う内容を確認していない割合も全年齢層で6割以上に達している状況については、やはり少し心配になります(p8参照)。機器を使わせる最初のときからルールを作りそれを親子で守っていくことが大切で、自由に使う体験を経てからでは、途中からルールを導入してもなかなかうまくいきません。今後AI技術が急速に進歩してデジタルメディアと人間の距離はますます密接になり、いっそ自製的な付き合い方を身に付けていくことが重要になっていきます。それぞれのご家庭での目配りやルールについても一度見直していただき、よりよい使い方を工夫していただけたら、と思います。





子どもとメディアのよりよい付き合いかた

～ベネッセ教育総合研究所サイト「小さな子どもとメディア」より～

<https://benesse.jp/berd/jisedaiken/media/>

ベネッセ教育総合研究所では、2005年から、様々な領域の専門家の先生方と「親と子のメディア研究会」を発足し、子どもの成長・発達を踏まえ、様々なメディアを安心・安全に楽しむための工夫について検討し、研究所のウェブサイト「小さな子どもとメディア」で発信してきました。

以下で、「小さな子どもとメディア」から一部抜粋した内容をご紹介します。



メディアと上手につきあうために大切にしたい3のこと

1

映像やデジタルメディアは、親子で一緒に楽しみましょう

小さな子どもの育ちにもっとも大切なのは、おうちの方から愛され、守られているという安心感です。この安心感は、おうちの方と一緒に様々な実体験をして、触れ合うなかで育まれます。テレビなどで映像を見るときや、タブレットなどのデジタルメディアを使うときも、お子さまと一緒に見たり、話したり、歌ったり、ゲームをしたりしましょう。

2

番組やアプリは、お子さまの年齢・発達に合った質の良いものを選びましょう

小さな子どもは、遊びや、まわりの人とのやりとりを通して、見聞きしたことをまねしたり、出来事を意味づけたりして、生活に必要なことを学んでいきます。外で遊ぶこと、親子で買い物をすること、おもちゃで遊ぶこと、絵本を読むことなどの実体験と同じように、映像やアプリを通した経験も、お子さまの行動や、世界についての理解、想像力に影響します。おうちの方が、お子さまの年齢・発達に合った、良質な内容の番組やアプリを選んであげましょう。

3

将来、お子さまが、様々なデジタルメディアによって世界を広げられるように、幼いうちから、家族でメディアの使い方を考えて活用する習慣をつけましょう

日々、進化するデジタルメディアは、子どもの世界をどんどん広げてくれるひとつのツールです。お子さまが安全に、主体的にデジタルメディアを活用し、創造性を発揮できるようになるように、メディアを使い始めるころから、上手に関わる方法を少しずつ学ぶことが重要です。

まずは、家族やお子さまに関わる方々が、お子さまの年齢・発達に合った番組やアプリを選び、その使い方を考えて、お子さまが使い方を守りながら楽しめるようにサポートしましょう。お子さまの成長・発達に応じて、新しいデジタルメディアや、番組・アプリを使うときは、お子さまと一緒にルールを見直したり、新しいメディアの機能を確認したりして、お子さまがそのメディアでどんなことができるかを考えてみましょう。

親子で「メディアについて考える経験」を通して、お子さまは、デジタルメディアの仕組みや活用のしかたを学び、世界や可能性を広げる力を伸ばしていくことができるのです。

乳幼児期から小学校低学年の親子のメディア活用調査 ダイジェスト版

調査企画・分析メンバー

監修 菅原 ますみ (白百合女子大学教授・お茶の水女子大学名誉教授)

高岡 純子(ベネッセ教育総合研究所 学習科学研究室 主席研究員)

松本 聰子(ベネッセ教育総合研究所 学習科学研究室 研究員)

※肩書き・所属は、2025年9月時点のものです。



「ベネッセ教育総合研究所」のウェブサイトのご紹介

ベネッセ教育総合研究所のウェブサイトでは、様々な調査研究の成果や、現在の教育を取り巻く課題などの紹介・解説、研究員による提言などを公開しています。乳幼児の親子関係、幼稚園・保育所や小学校教育に関する最新の情報も掲載しています。ぜひご覧ください。

ベネッセ教育総合研究所

検索

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

調査報告書などのデータ(図や表)も「サイト内検索」から検索可能です。

キーワードで検索



乳幼児とメディアのあり方を考える「小さな子どもとメディア」

ウェブサイト「小さな子どもとメディア」は、小さな子どもとメディア視聴について、一般の親の方から各分野の専門家まで、多くの人々が知恵や体験を持ち寄って考える場です。こちらもあわせてご活用ください。

小さな子どもとメディア

検索

<https://benesse.jp/berd/jisedaiken/media/>