

インターネット環境における青少年の健全な成育に向けた政策提言

公益社団法人 日本小児科医会 会長 伊藤隆一

【はじめに】

デジタル技術の進展は、こどもたちの学習や生活に多大な利便性をもたらしました。しかしその一方で、急速な普及に伴い、ネット依存やメンタルヘルスの悪化、SNS上のトラブルに加え、視力・聴力の低下、睡眠障害、脳の発達への影響といった心身への弊害が深刻化しています。特に、近年のネット利用時間の増加とこどもたちの精神的健康状態の悪化を鑑みれば、これはもはや家庭の努力だけで解決し得る限界を遥かに超えた、国家の未来にも関わる喫緊の事態です。

日本小児科医会は、2004年に「子どもとメディアの問題に対する提言」を発表して以来、20年以上にわたりこの問題に注力してまいりました。日本医師会をはじめとする関連団体との連携や啓発活動を継続し、本問題に関して最も精力的に活動してきた公益団体としての自負のもと、成育基本法の理念に基づき、こどもたちの健やかな成長を「国力の基盤」として守り抜くため、以下の「5つの柱」を提言いたします。

【具体的な提言内容】

1. 医学的知見に基づく年齢別指針の策定とメディアリテラシー教育

- **発達段階別ガイドラインの策定**：最新の医学的根拠およびフランスの専門家委員会報告等の国際的指標を参考に、乳幼児期の「スクリーン・フリー」から思春期の段階的導入に至る「推奨利用時間」、「夜間利用制限」、「ネット接続開始時期」及び世界的な動向を踏まえた「SNS利用制限」について、指針を策定すること。
- **適切な利用環境の提供と有害コンテンツへの対策**：健康（視力・聴力・睡眠等）や健全な脳の発達に対する影響を公表するとともに、こどもたちが過剰な性表現や暴力、犯罪につながる有害コンテンツに暴露されない環境を整備すること。
- **メディアリテラシー教育の導入**：児童・生徒が自ら健康管理と情報精査を行う力を養い、保護者も適切に助言できるよう、メディアリテラシー教育を義務教育の場に導入すること。

2. 相談・診療体制および依存症対策の拡充

- **多角的な窓口による身近な相談の場の構築**：悩みを抱える親子が速やかにアクセスできるよう、SNS、電話、チャットなど、多様な手段を活用した24時間匿名相談窓口を早急に整備すること。
- **地域に根ざした専門医療体制の構築**：都道府県ごとに依存症専門医療機関を設置し、地域の小児科診療所と緊密に連携して適切な治療を行える体制を構築すること。

3. プラットフォーム事業者の社会的責任と技術的対策の強化

- **セーフティ・バイ・デザインと技術的標準化の義務化**：青少年保護を最優先とし、無限スクロール、自動再生、ゲームなど射幸心を煽る仕組みを制限する「セーフティ・バイ・デザイン」を導入すること、依存性を高めるアルゴリズムの規制、およ

び保護者が容易に管理できる高度なペアレンタルコントロール機能の標準搭載を事業者に強く求めること。

- **透明性の確保と社会的監視**：事業者に対し、上記対策の実施状況を広く公開させ、事業者と社会が一体となって健全なデジタル環境を構築する仕組みを確立すること。

4. 「デジタル・オフ（グリーンタイム）」の保障とインフラの整備

- **「体験の場」となる社会的インフラの維持**：こどもの健全な発達には、「スクリーンタイム」と対照的な“自然との接触”を増やす「グリーンタイム」の確保が不可欠です。そのため、少子化を理由とした公園や児童館等の閉鎖を食い止め、豊かな感性を育む外遊びや自然体験を次世代が享受できる環境を、社会的インフラとして国策的に推進すること。
- **質の高い実体験の機会保障**：読書、スポーツ、対面での対話など「デジタル・オフ」で行う活動の価値を地域社会で再評価し、すべてのこどもが多様な実体験に触れる機会を保障すること。
- **教育課程における「デジタル・オフ」の堅持**：GIGA スクール構想下においても、あえてデジタル機器から離れるエリアや時間を設ける（デジタルデトックス）など、アナログな体験が持つ根源的な重要性を教育課程において明確に伝えること。

5. 成育基本法の理念に基づく実効的な推進体制

- **省庁横断的な常設組織の設置**：こども家庭庁を司令塔とし、文科省、厚労省、総務省等が連携する「こどもデジタル環境対策会議」を常設し、省庁の壁を越えた一貫性のある施策を推進すること。
- **実態調査の実施と政策への反映**：こどもの生活習慣、健康、デジタル利用に関する実態調査を継続的に実施し、こどもに関わる専門家と連携しながら、科学的根拠に基づいた政策立案（EBPM）を確実に行うこと。
- **保護者への「伴走型」リテラシー支援**：メディア利用に関して不安を感じる保護者を孤立させないよう、「共に考える」姿勢で具体的な活用手法や知識を支援する体制を地域全体で拡充すること。

【結び】

インターネットは現代社会に不可欠なインフラですが、その利用が「成育の質」を損なうものであってはなりません。デジタルという便利な道具を、こどもたちにとって「薬」とするか「毒」とするかは、私たち大人が用意する環境にかかっています。

日本小児科医会は、医療の専門家として「こどもの最善の利益」を守るため、家庭・保育教育現場・行政と密に協力し、健全なデジタル社会の実現のために今後も邁進いたします。こどもたちの未来を守ることは、国家の未来を守ることと同義です。こどもたちが心身ともに健やかに育っていける「こどもを大切にす日本」を目指し、本提言の速やかな実行を強く要望いたします。