甲南経済学論集第58巻第1・2号　2017年9月

〔研究ノート〕

甲南大学生のSNS依存に関する2016年度調査

林　　健　太

要旨

今日，多くの大学生にとって，スマートフォンは他者とのコミュニケーションツールとして欠かすことが出来ないものであり，その使用の中心となっているのが，SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）である。

近年，甲南大学においても，スマートフォンの使用に没頭し，授業に集中できない学生たちを少なからず見かけるようになった。2016年9月に行った学内アンケート調査を通して浮かび上がったのは，男子学生については成績下位から中位者が，女子学生では成績中位から上位者がSNS依存に陥っているという事実である。また，依存者ほど「SNSの使用時間をみずから調節することができる」と考えていることが分かった。本稿では，彼らのSNS依存に対する苦悩について取り上げ，その対策について考察する。

キーワード：スマートフォン，
SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）依存，大学生

目次

はじめに
Ⅰ　アンケート調査概要
Ⅱ　アンケート集計結果
おわりに

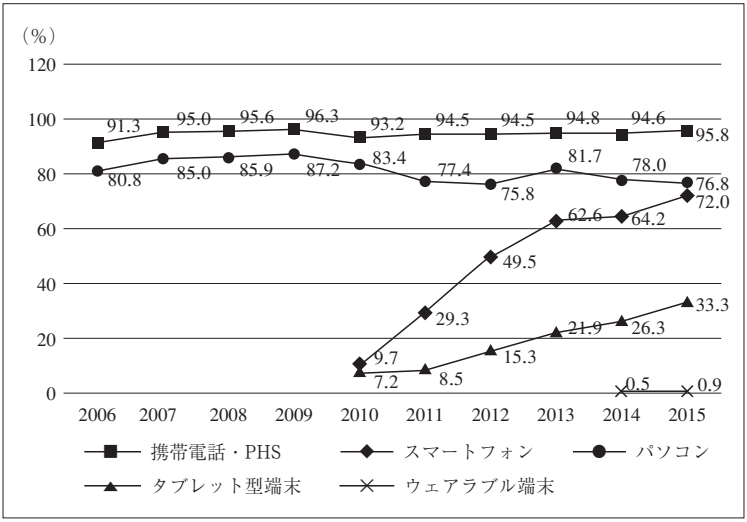
はじめに

今や世界的な傾向として，スマートフォンは現代を生きる多くの者にとり，生活する上での必須ツールとなっている。図表1にある通り，わが国におけ

る2010年以降の情報通信端末の世帯保有率を見ると，スマートフォン所有率は2015年時点ですでに72％に達しており，パソコン（PC）のそれを追い抜くのは時間の問題と言える(1)。本学構内を見渡しても，スマートフォンを所持していない学生を探す方が難しく，また，講義中においても，ノートテイクの代わりにスマートフォンでスライドや板書のメモを取ったり，翻訳アプリを辞書代わりに用いて外国語の調べ物をしたりする者が，数年前より格段に増えた印象を持つ。

講義を受講する際のサポートツールとしても有用なスマートフォンであるが，むしろそのような使い方を主としている学生は少数派である。彼らの多

図表 1　情報通信端末の世帯保有率の推移



出所：総務省　平成28年通信利用動向調査を元に筆者作成

（1）　総務省　平成28年通信利用動向調査（別添 2，p. 7，図表 1-13）によると，スマートフォン所有率は，13歳から59歳までの全年代で65％を超えており，中でも20代は94.2％と最も数値が高く，多くの大学生年代がこれに含まれる。

くが夢中になっているのは，ウェブサイトの閲覧や動画・音楽鑑賞，そしてSNS（ソーシャルネットワーキングサービス）等のコンテンツサービスであり，これらは和田他（2015）が行った本学学内調査においても同様の結果が見て取れる。

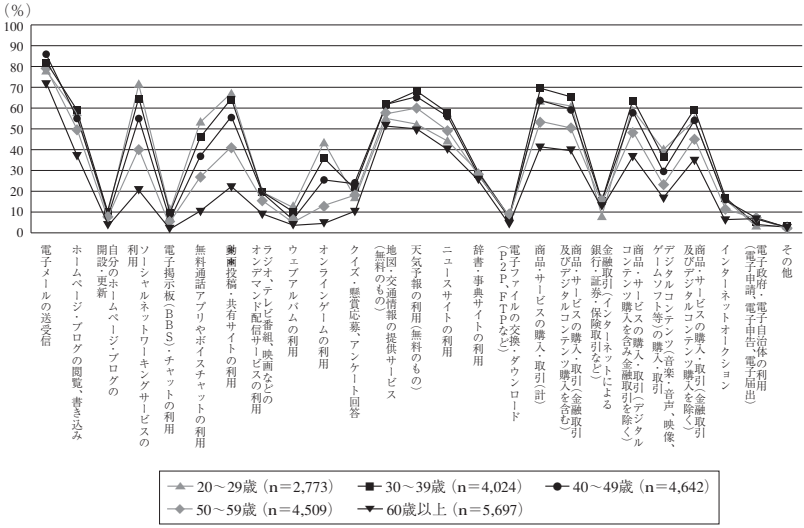
また，図表 2 にある総務省の平成28年調査によれば，20代のインターネット利用の目的・用途は「電子メールの送受信」に次いで「ソーシャルネットワーキングサービスの利用」が多く，以下，「動画投稿・共有サイトの利用」，「無料通話アプリやボイスチャットの利用」と続く[（2）]。「電子メールの送受信」が PC を用いた他者とのコミュニケーションの代表格であるならば，「ソーシャルネットワーキングサービスの利用」と「無料通話アプリやボイスチャットの利用」はスマートフォンを中心としたコミュニケーション方法であり，これらは，よりプライベートな利用が想定されるものである。

SNS にせよ，ボイスチャットにせよ，共通しているのは，他者と繋がることでサービス利用者の効用が大きくなる，ネットワーク外部性の存在である。まして SNS は気の合う仲間との繋がりを持つことを前提に設計されているサービスのため，利用者によっては，四六時中，他者からの連絡が気になり，本業が手に付かなくなる，いわゆる「SNS 依存」の状態に陥っている可能性がある。本学において，授業中に片時もスマートフォンを手放せなくなっている学生が散見されるようになったことも，これとは無関係では無い。

そこで本稿では，LINE や Twitter, Facebook などの SNS が，スマートフォンを通じて本学学生の生活に何らかの影響を与えていると考え，2015年より

（2）「ソーシャルネットワーキングサービスの利用」と「無料通話アプリやボイスチャットの利用」は，世界最大規模の SNS である Facebook が Messenger アプリをリリースしていることからも分かるように，相互補完的なサービスで有り，本稿ではこれらを合わせて広義の SNS 利用と定義する。

図表２　世代別インターネット利用の目的・用途（成人）



出所：総務省　平成28年通信利用動向調査

継続して行っているアンケート調査を2016年度も実施することで，上記サービスに依存している，あるいは依存傾向のある学生の実態を引き続き明らかにしたい。

Ⅰ　アンケート調査概要

本アンケート調査は，本学の８学部に所属する全学生を対象に，2016年度後期履修登録期間内に任意で回答できるよう，本学教務システムに組み込む形で行ったところ，有効回答数は3,414（男子学生：1,909名，女子学生：1,505名）であり，その内「スマートフォンを所持している」と回答した者は3,394名（99.4％）であった。以下にその概要と，アンケートの設問項目について記す。

甲南大学生の SNS 依存に関する2016年度調査

「2016年度　甲南大学生の SNS 依存に関する調査」
・調査期間：2016年 9 月14日～27日
・調査対象者：甲南大学 8 学部の全学生（大学院生を除く）
・調査方法：甲南大学教務システム（My KONAN）を用いての調査
・有効回答数：3,414
（1 年次生：1,364名，2 年次生：946名，3 年次生：596名，4 年次生：508名）

図表 3　アンケート設問項目

Q1	あなたはスマートフォンを所持していますか？
Q2	SNS の使用しすぎで，学校の成績が落ちた。
Q3	SNS をしている間は，よりいきいきしてくる。
Q4	SNS ができないと，どんなことが起きているのか気になってほかのことができない。
Q5	“やめなくては”と思いながら，いつも SNS を続けてしまう。
Q6	SNS をしているために疲れて授業中に寝る。
Q7	SNS をしていて，計画したことがまともにできなかったことがある。
Q8	SNS をすると気分がよくなり，すぐに興奮する。
Q9	SNS をしていて，人間関係が悪くなりイライラしたことがある。
Q10	SNS の使用時間をみずから調節することができる。
Q11	疲れるくらい SNS をすることはない。
Q12	SNS ができないとそわそわと落ち着かなくなり焦ってくる。
Q13	一度 SNS を始めると，最初に心に決めたよりも長時間 SNS をしてしまう。
Q14	SNS をしたとしても，計画したことはきちんとおこなう。
Q15	SNS ができなくても，不安ではない。

Q16	SNS の使用を減らさなければならないといつも考えている。
Q17	あなたの毎月のスマートフォン利用料金（端末代金，通信料金，通話料金，コンテンツ代金の合計）は平均でいくらくらいですか？
Q18	あなたは 1 日平均何時間くらい，スマートフォンを操作していますか？

＊ここでいう SNS とは，スマートフォン上で使う LINE, Twitter, Facebook などのコミュニケーションツールを指します。

【設問 1 】において「スマートフォンを所持する」と回答した3,394名に対し，SNS 依存診断に該当する【設問 2 】から【設問16】までの15問について，「全くあてはまらない」，「あてはまらない」，「あてはまる」，「非常にあてはまる」の 4 つの選択肢の中より，もっとも適当と思われるもの 1 つを選択してもらった(3)。その他，【設問17】および【設問18】では，スマートフォン月額利用料金と 1 日あたりの操作時間を尋ねている。本アンケートにより，甲南大学生の SNS 依存レベルを計測し，高リスク使用者，潜在的リスク使用者，一般使用者に 3 分類する(4)。そして，高リスク使用者，潜在的リスク使

（3） 本アンケートにおける【設問 2 】から【設問16】は，インターネット依存に悩む韓国において，Young（1998）の Internet Addiction Test（IAT）を元に開発された K-Sacale（Korea Scale for Internet Addiction）に準拠している。久里浜医療センター Web サイトにその詳細が掲載されており，青少年用 K-Scale の内，一部の質問項目を SNS 利用に合った文言に変更した。具体的には，【設問 9 】「SNS をしていて，人間関係が悪くなりイライラしたことがある」が変更箇所である。Young は 8 項目ないしは20項目の 2 種類の診断基準（Young 8，Young 20）を作成し，それらを得点化することで，被験者のインターネット依存傾向を高・中・低に 3 分類した。K-Scale は，当初 Young 20 を40問に拡張する形で開発され，その後，20問版，15問版がそれぞれ開発された。

（4）「全くあてはまらない」：1 点，「あてはまらない」：2 点，「あてはまる」：3 点，「非常にあてはまる」：4 点として計算する。ただし，【設問10】，【11】，【14】，【15】については，「全くあてはまらない」：4 点，「あてはまらない」：3 点，「あてはまる」：2 点，「非常にあてはまる」：1 点として計算する。さらに，これら15問の総得点と，3 種類の要因別得点合計を求める。3 種類の要因別得点とは，A 要因（【設問 2 】，【 6 】，【 7 】，【11】，【14】），B 要因（【設問 4 】，【 9 】，【12】，【15】），C 要因（【設問 5 】，【10】，【13】，【16】）のそれぞれ合計点数である。総得点44点以上，もしく

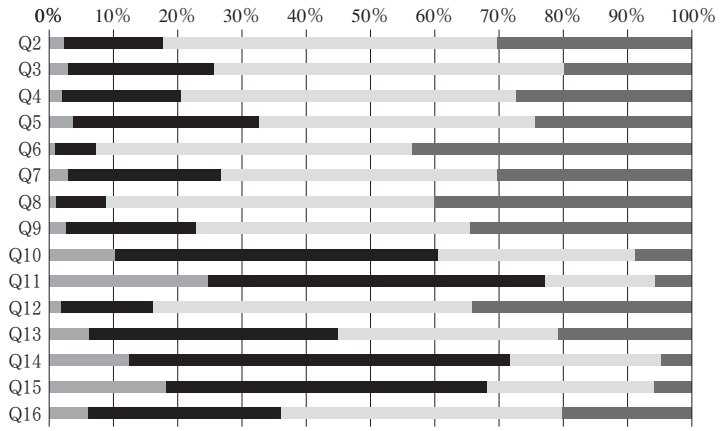
用者に焦点を当て，その属性などについて考察する。

Ⅱ　アンケート集計結果

1　基礎集計

スマートフォン所持者3,394名の回答を，図表 4-1，4-2，4-3 にそれぞれ

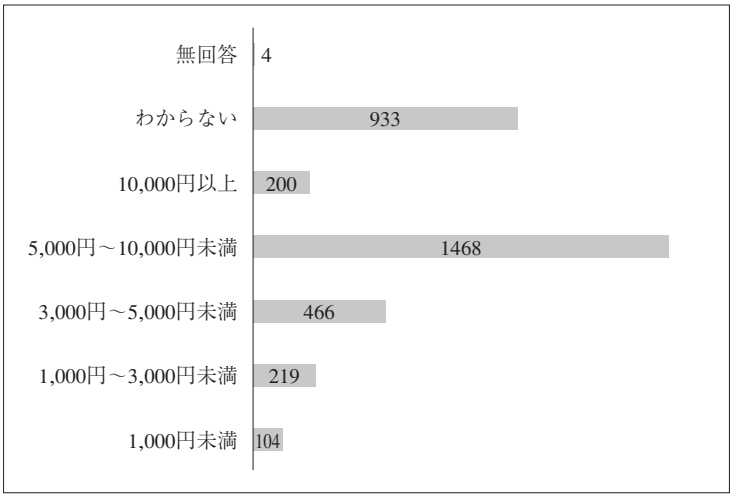
図表 4-1 【設問 2 】~【16】基礎集計結果（全体）



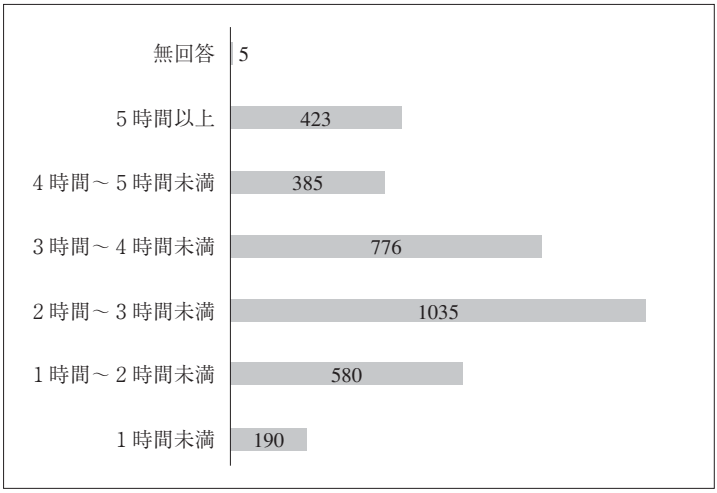
	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16
非常にあてはまる	80	102	67	133	32	98	37	88	350	837	63	208	426	620	205
あてはまる	524	774	628	981	222	812	259	689	1709	1783	483	1318	2012	1705	1019
あてはまらない	1759	1851	1764	1454	1672	1463	1739	1449	1042	580	1688	1165	798	880	1486
全くあてはまらない	1031	667	935	826	1468	1021	1359	1168	293	194	1160	703	158	189	684

はＡ要因15点以上，Ｂ要因13点以上，Ｃ要因14点以上のすべてが当てはまる者を「高リスク使用者」，総得点41～43点，もしくはＡ要因14点以上，Ｂ要因12点以上，Ｃ要因12点以上のいずれかが当てはまる者を「潜在的リスク使用者」，総得点40点以下，もしくはＡ要因13点以下，Ｂ要因11点以下，Ｃ要因11点以下のすべてが当てはまる者を「一般使用者」と定義する。詳細は久里浜医療センター Web サイト参照。

図表 4-2 【設問17】基礎集計結果（全体）



図表 4-3 【設問18】基礎集計結果（全体）



まとめた。特徴的なところについて述べれば，「【設問 5 】“やめなくては”と思いながら，いつも SNS を続けてしまう。」にあてはまる者が 3 割を超え，「【設問13】一度 SNS を始めると，最初に心に決めたよりも長時間 SNS をしてしまう。」および「【設問16】SNS の使用を減らさなければならないといつも考えている。」の該当者が 4 割を超えた。一方で，「【設問10】SNS の使用時間をみずから調節することができる。」と60％以上の学生が考えており，この辺りに SNS 依存者の傾向が見て取れそうである。

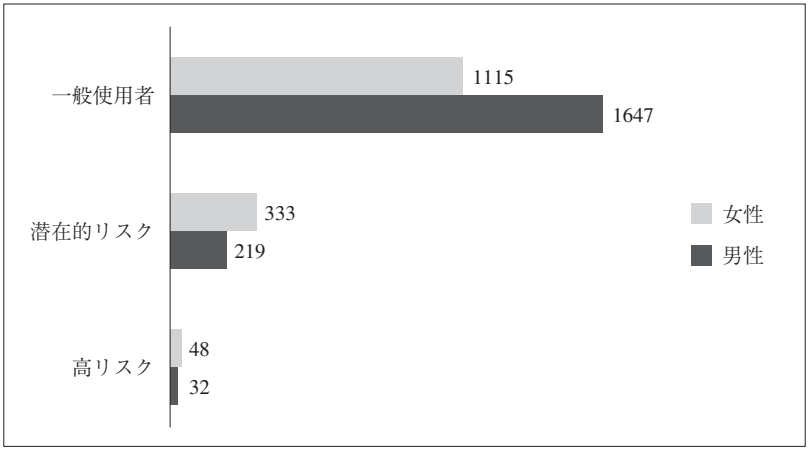
本学学生の，スマートフォン利用代金は，端末代金，通信料金などを含めると5,000円～10,000円未満が最も多く，仮想移動体通信事業者（MVNO）の格安料金プランを利用している者はまだ少ないと推測される。また，933名（27.5％）が「わからない」と回答しており，金銭を気にかけることなくスマートフォンサービスを利用することが，SNS 依存度を高めることに繋がっていることも考えられる。

スマートフォン利用時間については，約半数の学生が，1 日平均 2 時間から 4 時間利用しており，5 時間以上の者も423名（12.5％）存在する。学生にとって，スマートフォン利用目的の上位に SNS があると考えられることから，スマートフォン利用時間増は SNS 利用時間増につながり，やがて依存者を生み出すことになると言えよう。

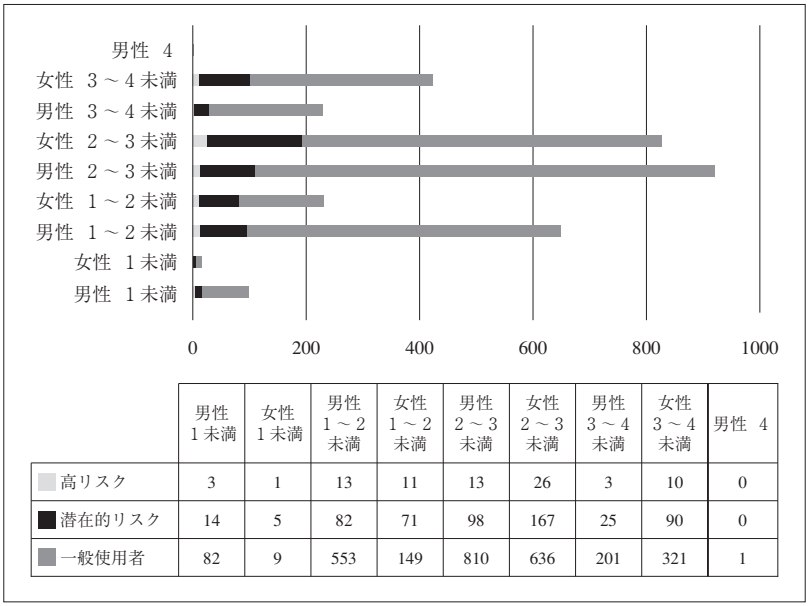
では一体，本学学生の中で SNS 依存傾向にある者はどれほど存在するのであろうか。それを示したのが図表 5 である。高リスク使用者および潜在的リスク使用者の合計数は，男子学生251名，女子学生381名，計632名（18.6％）であり，男子の15％，女子の25％が SNS 依存傾向にあることが分かった。(5)

（5） 林（2015）では，男性の 1 割，女性の 2 割が依存状態にあったことから，2016 年度調査の方が依存傾向にある者が増加したと言える。

図表 5　リスク別 SNS 依存者数



図表 6　GPA 別 SNS 依存者数



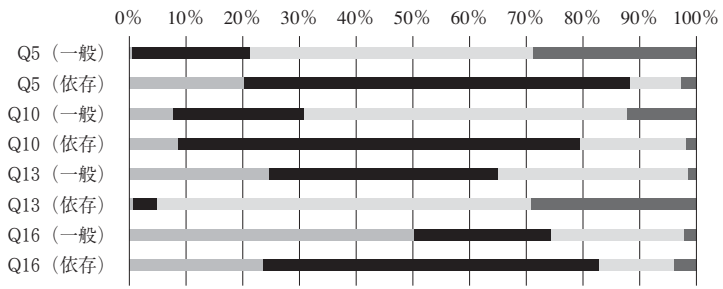
	男性 1 未満	女性 1 未満	男性 1 ～ 2 未満	女性 1 ～ 2 未満	男性 2 ～ 3 未満	女性 2 ～ 3 未満	男性 3 ～ 4 未満	女性 3 ～ 4 未満	男性　4
高リスク	3	1	13	11	13	26	3	10	0
潜在的リスク	14	5	82	71	98	167	25	90	0
一般使用者	82	9	553	149	810	636	201	321	1

2　高依存傾向にある者たちの特徴

では，高リスク使用者または潜在的リスク使用者になる者には，どのような特徴があるのであろうか。アンケート回答者の依存傾向を成績（GPA）別に見たものが図表 6 である。男子学生の場合，GPA 3 以下の者に依存傾向が見られるのに対して，女子学生では 2 以上，特に 2 から 3 の中位層のリスクが高い。

一般使用者と，依存傾向にある者との比較で，特徴的な設問項目別回答結果を図表 7 にまとめた。「【設問 5 】“やめなくては”と思いながら，いつも SNS を続けてしまう。」では，一般使用者の 2 割強に対し，依存傾向者では実に 9 割弱が「あてはまる」と回答した。「【設問13】一度 SNS を始めると，最初に心に決めたよりも長時間 SNS をしてしまう。」については，依存傾向者の 9 割以上が「あてはまらない」を選択していることは興味深い。「【設問

図表 7　依存傾向別　基礎集計結果（抜粋）

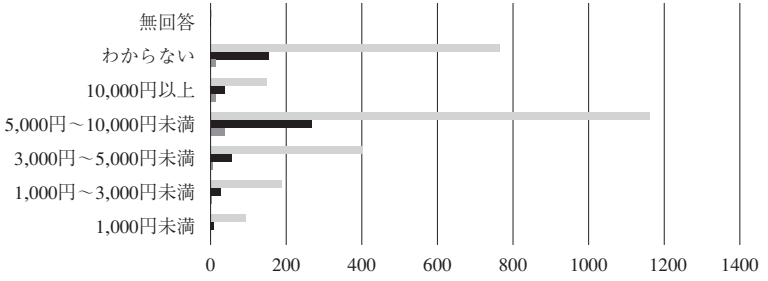


	Q5（一般）	Q5（依存）	Q10（一般）	Q10（依存）	Q13（一般）	Q13（依存）	Q16（一般）	Q16（依存）
非常にあてはまる	16	78	217	33	687	3	1394	91
あてはまる	574	259	635	270	1113	16	663	225
あてはまらない	1375	34	1579	72	927	251	647	50
全くあてはまらない	797	10	331	6	35	111	58	15

16】SNS の使用を減らさなければならないといつも考えている。」では，一般使用者，依存傾向者共に 7 割超が「あてはまる」であり，彼らの苦悩の様子を垣間見ることができる。一方，「【設問10】SNS の使用時間をみずから調節することができる。」では，一般使用者の 3 割に比して，依存傾向者のおよそ 8 割が「あてはまる」と回答しており，自身が SNS 依存に陥っている事実に気づいていないようである。

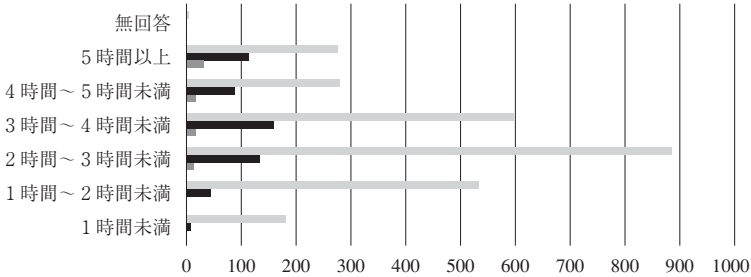
図表 8，図表 9 は，それぞれスマートフォン出費と使用時間を，依存傾向別に見たものである。依存傾向者，一般使用者ともに，月額平均出費5,000円～10,000円未満が最も多かった。また，利用時間については，一般使用者であっても，一日平均 2 時間以上使用している者が最多であり，依存傾向者の中でも特に高リスク使用者では， 5 時間以上の使用が常態化している。

図表 8　依存傾向別スマートフォン出費



	1,000円未満	1,000円～3,000円未満	3,000円～5,000円未満	5,000円～10,000円未満	10,000円以上	わからない	無回答
一般使用者	93	188	404	1162	148	764	3
潜在的リスク	9	27	56	267	38	154	1
高リスク	2	4	6	39	14	15	

図表９　依存傾向別スマートフォン使用時間



	１時間未満	１時間～２時間未満	２時間～３時間未満	３時間～４時間未満	４時間～５時間未満	５時間以上	無回答
一般使用者	181	535	887	599	280	276	4
潜在的リスク	9	45	135	159	88	115	1
高リスク			13	18	17	32	

おわりに

アンケート集計結果より，本学学生の18.6％（男子の15％，女子の25％）が SNS 依存傾向にあることが判明した。2015年度調査では，女子学生の成績上位層ほど，SNS 依存レベルが高いことが示されたが，2016年度調査では，男子学生は成績下位から中位者が，女子学生では成績中位から上位者が SNS 依存に陥っていることが読み取れる。

一般使用者は，自らの意思で SNS 使用時間を調整することができるのだが，一度 SNS を始めると，当初予定していたよりも長時間使用してしまうことがあり，それによって SNS 使用を減らさねばと後悔している。これに対し，依存傾向者は，やめなくてはと思いながらも SNS 使用を続けてしまい，そのことを悔いてもいる。しかしながら，自ら SNS 使用時間を調整できると思い込み，日夜，長時間使用している様が浮かび上がった。

悩める学生たちのために，われわれが出来ることは何であろうか。それは，彼らと対面で話す機会をできるだけ多く設けることに尽きる。スマートフォンを用いてのSNS上のコミュニケーションは，時に情報過多になり，得てして，即時のメッセージ返信を心がけるような真面目な学生をSNS依存に陥らせてしまうる可能性が高い。したがって，彼らとのリアルな対話の時間を作ることで，少しでも彼らをデジタルな世界から遠ざけ，現実世界に目を向ける時間を確保させることが重要である。そのためには，彼らの興味を引くような書籍や話題を提供したり，授業に双方向性を持たせるよう工夫したりするなど，SNS以上に面白味のある現実を彼らに提供できるかどうか，大学教員のコミュニケーション能力こそが今，問われている。

参考文献

Kwon, M. et al.（2013a）“Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale（SAS）.”
https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936（2017年9月12日）

Kwon, M. et al.（2013b）“The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents.”
https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558（2017年9月12日）

Montag, C. and Reuter, M. Editors（2015）*Internet Addiction Neuroscientific Approaches and Therapeutical Implications Including Smartphone Addiction,* Springer.

Young, K. S.（1998）*Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction-and a Winning Strategy for Recovery,* Wiley.

王霞，和田正人（2014）「中国と日本の大学生のインターネット依存傾向」，『東京学芸大学紀要　総合教育科学系Ⅱ』，65，pp. 437-458.

岡田尊司（2014）『インターネット・ゲーム依存症　ネトゲからスマホまで』，文春新書.

総務省（2017）『平成29年版情報通信白書』.

総務省情報通信政策研究所（2013）「青少年のインターネット利用と依存傾向に関する調査」.
http://www.soumu.go.jp/iicp/chousakenkyu/data/research/survey/telecom/2013/internet-addiction.pdf（2017年9月12日）

独立行政法人国立病院機構　久里浜医療センター「ネット依存のスクリーニングテスト」.

http://www.kurihama-med.jp/tiar/tiar_07.html（2017年 9 月12日）
林健太（2015）「大学生のソーシャルメディアサービス依存に関する調査　－甲南大学の事例－」,『Nextcom』, 24, pp. 36-43.
樋口進（2013）『ネット依存症』, PHP 新書.
前園真毅, 三原聡子, 樋口進（2012）「韓国におけるインターネット嗜癖（依存）の現状」,『精神医学』, 54 (9), pp. 915-920.
和田昌浩, 中村典子, 井上明, 林健太（2015）「甲南大学における学生のスマートフォン・タブレット端末の利用状況と大学教育における活用度調査」,『甲南大学情報教育研究センター紀要』, 14, pp. 37-51.