

令和7年 7月 吉日

各学校長
養護教諭 様

ネット健康問題啓発者養成全国連絡協議会
共同代表 伊藤賢一（群馬大学情報学部 学部長
科研費 PT 代表）

令和7年度 一日研修会

実行委員長 原口 剛

アンケート「保健室から見える子どもたち～メディアとの関わり」ご協力のお願い
拝啓

時下ますますご清栄のことと存じます。

私共ネット健康問題啓発者養成全国連絡協議会（以下 THInet）では、ネットやゲームなどのデジタル機器の長時間使用が影響する健康問題について講演できる啓発者の養成を行っています。その認定講座の1つとして一日研修会があり、今年度は、12月7日（日）に開催いたします。内容は、ネットの長時間利用に伴う健康への影響の視点で、分野ごと（脳、視聴覚、睡眠、依存など）の講義を行います。今回の研修会では、保健室で働く養護教諭の皆様へのアンケートを実施し、「子どもたちの現状」からネットの長時間使用の影響に基づく考察を行い、その後の啓発活動に使える資料にしていきたいと考えております。是非皆様の保健室から見える子どもたちの様子を、アンケートを通じてお教えいただきたいと考えております。

さて、文部科学省においては、青少年がインターネット等を適切に活用できるようにするための取り組みや、アルコール・薬物・ギャンブル等の依存症に関する適切な理解に資する取り組み等を推進しています。こうした状況の中、学校現場で児童生徒の健康状態を詳しく把握されている養護教諭の先生方に、アンケートへのご協力をいただき、子どもたちの現状を知りたいと考えております。

アンケートの集計結果と考察につきましては、研修会終了後、THInet のホームページ（<https://net-kenkou-youseikyo.com>）に掲載いたします。

その掲載をもって、ご協力頂きましたアンケートの報告にかえさせて頂きたいと思っております。

ご多忙のところ申し訳ありませんが、アンケートにご協力のほどよろしくお願いいたします。

別紙にアンケート内容を記載しております。ご確認の上、下記の二次元コードまたは URL から、8月12日（火）までにご回答頂ければ幸いです。

敬具

アンケートはこちらからお願いします。

<https://forms.gle/JDUh7sb1fXhoK2aSA>



群馬大学伊藤賢一科学研究費プロジェクト 研究協力者

原口剛

連絡先

kouza.irai@gmail.com

- ④ 起立性調節障害
- ⑤ 首や肩がこる
- ⑥ 頭痛
- ⑦ だるい
- ⑧ 保健室へ眠りに来る
- ⑨ 不登校・遅刻が増えた
- ⑩ 体調不良
- ⑪ ネットやゲームでの課金の問題がある
- ⑫ 朝ごはんを食べて来ない
- ⑬ 肥満傾向
- ⑭ 原因不明だが急に落ち込む、不安になるなどメンタルヘルスの問題があると思われる
- ⑮ 教室にいられないため保健室（または、図書室など）で過ごす

8-1 質問7の項目のうち、ネットやゲームの長時間利用の影響と思われる症状はありますか。あなたが1番多いと感じるものをお答えください。

- ①けが
- ②視力低下
- ③睡眠不足
- ④起立性調節障害
- ⑤首や肩が凝っている
- ⑥頭痛を訴える
- ⑦原因はわからないが、だるい、不安になる
- ⑧保健室へ眠りに来る
- ⑨不登校・遅刻が増えた
- ⑩体調不良
- ⑪ネット課金で問題を抱えている
- ⑫朝ごはんを食べて来ない
- ⑬肥満傾向
- ⑭急に落ち込む、情緒不安定などメンタルヘルスの問題
- ⑮教室にいられないため保健室（または、図書室など）で過ごす

8-2 2番目に多いと感じるものをお答えください。

- ①けが
- ②視力低下
- ③睡眠不足
- ④起立性調節障害
- ⑤首や肩が凝っている
- ⑥頭痛を訴える
- ⑦原因はわからないが、だるい、不安になる
- ⑧保健室へ眠りに来る
- ⑨不登校・遅刻が増えた
- ⑩体調不良
- ⑪ネット課金で問題を抱えている

- ⑫朝ごはんを食べて来ない
- ⑬肥満傾向
- ⑭急に落ち込む、情緒不安定などメンタルヘルスの問題
- ⑮教室にいられないため保健室（または、図書室など）で過ごす

8-3 3 番目に多いと感じるものをお答えください。

- ①けが
- ②視力低下
- ③睡眠不足
- ④起立性調節障害
- ⑤首や肩が凝っている
- ⑥頭痛を訴える
- ⑦原因はわからないが、だるい、不安になる
- ⑧保健室へ眠りに来る
- ⑨不登校・遅刻が増えた
- ⑩体調不良
- ⑪ネット課金で問題を抱えている
- ⑫朝ごはんを食べて来ない
- ⑬肥満傾向
- ⑭急に落ち込む、情緒不安定などメンタルヘルスの問題
- ⑮教室にいられないため保健室（または、図書室など）で過ごす

9 ネットやゲームの長時間使用が原因と思われる健康被害の事例について、具体的なものがありましたら差し支えない範囲で教えてください。（自由記述）

10-1 養護教諭として児童生徒の健康問題に向き合う中で、ネットやゲームの長時間化が原因とみられる健康被害に関する啓発活動が必要と感じますか。

- ①非常に感じる ② 感じる ③ それほど感じない ④ 感じない

10-2 前問 10-1 で選んだ理由をご記入ください。（記述）

11 ギガスクール構想によりタブレットなどの一人一台端末のデジタル機器が導入されてから、明らかに増えてきた、または、それまではあまり見られなかった最近の保健室利用例などがありましたら教えてください。

（自由記述）

ご協力ありがとうございました。