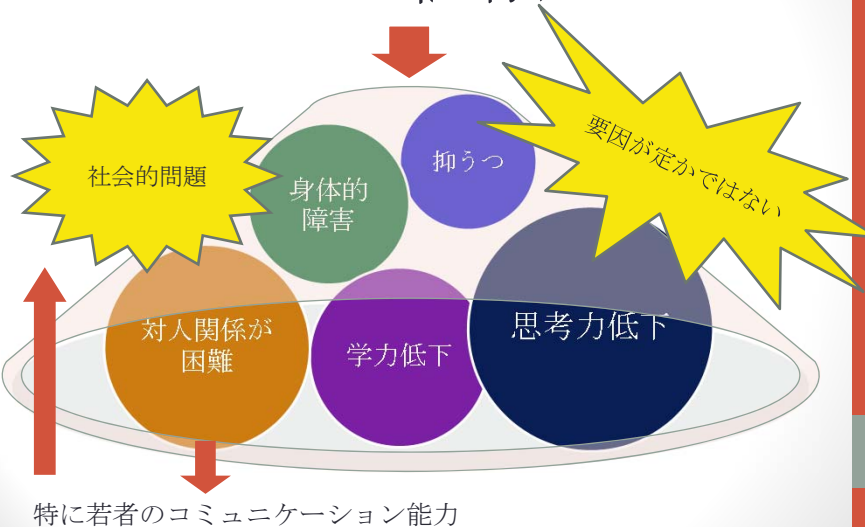


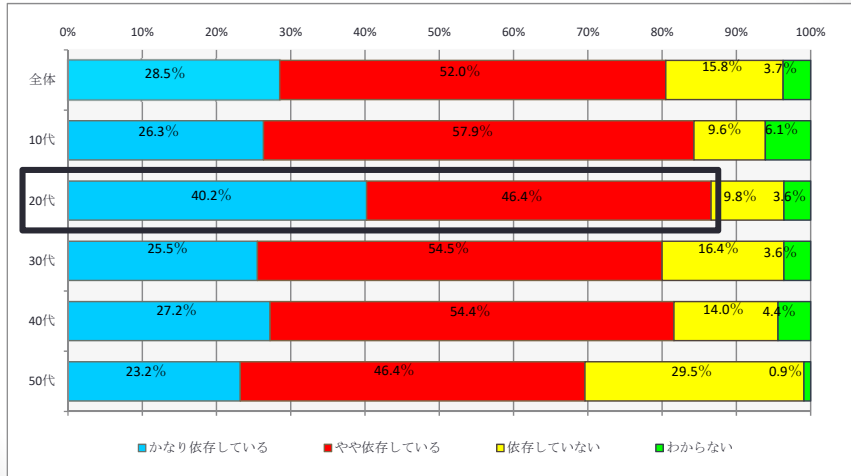
# スマホ依存症の 影響要因分析と緩和方策の提案

北海学園大学 工学部 生命工学科  
4713115 佐藤僚太

## スマホ依存症



## スマホ依存の年代別アンケート



※出典 妹尾亜紀子 「スマホ依存」の自覚は8割、特に20代の4割が「かなり依存している」と回答 2015/5/13 MMD研究所

## 既存研究

徳島大学総合科学科 人間科学研究

- 大学生の携帯メール依存について  
-友人関係における不安との関連-

北海道医療大学院看護福祉学研究科

- 大学生の抑うつ症状とその関連要因について  
-携帯電話依存の可能性-

小宮山 康朗

- 携帯電話の「社会的損失」とは何か  
-そのマーケティングがもたらしたもの-

宮城学院女子大学発達科学研究

- 高校生の携帯電話依存に関する基礎的研究

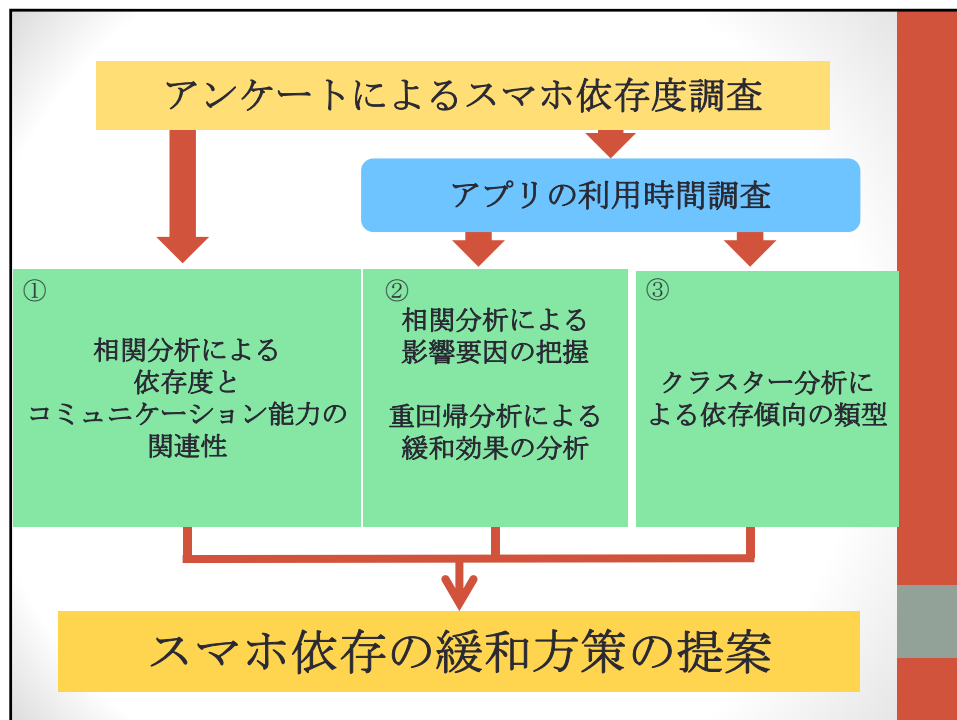
コミュニケーション能力  
と  
スマホ依存の関係

影響要因

## 本研究の目的

依存度とコミュニケーション能力の関連性

スマホ依存の要因を明らかにし  
緩和方策を提案



## アンケート概要

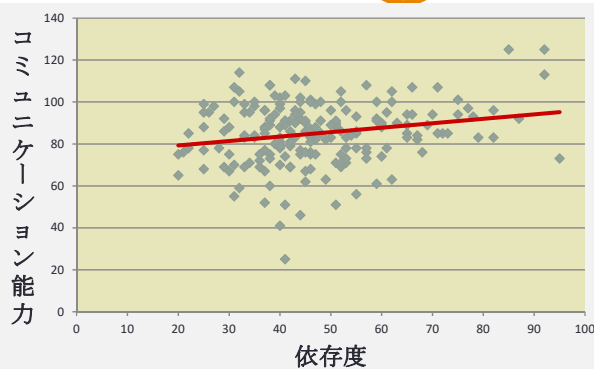
調査方法	学生アンケート・依頼・配布
対象学生	北海学園大学 工学部(2～4年生)
回収数	202サンプル(有効回答195)
調査項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ スマホ依存度(文部科学省)</li> <li>・ 各アプリの利用時間</li> <li>・ コミュニケーション能力(山口大学 調査項目を使用)</li> </ul>

### ① スマホ依存とコミュニケーション能力の相関分析

仮説：~~スマホ依存↑である時、コミュニケーション能力↓~~

(\*:5%有意 \*\*:1%有意)

	単相関	P値	判定
コミュニケーション能力	0.214	0.003	**



スマホ依存が↑と  
コミュニケーション能力も↑

②スマホ依存度と各アプリの利用時間の相関分析

(\*:5%有意 \*\* :1%有意)

	単相関	P値	判定
SNS	0.304	0.000	**
連絡手段	0.219	0.002	**
ゲーム	0.198	0.006	**
インターネット(調べもの)	0.217	0.002	**
インターネット(遊び)	0.131	0.068	
動画閲覧	0.267	0.000	**
趣味	-0.028	0.696	
その他	-0.005	0.949	

スマホ依存に強い影響

スマホ依存と関連性が多い要因は5つあるが最な要因はSNSである

②重回帰分析による緩和方策の効果分析

- 多重共線性の発生危険度を考慮して3要因を選択 (1%有意)

変数	偏回帰係数	t 値	P 値	判定	VIF
SNS(Twitter, Facebook, Instagram, mixi)	0.0853	4.7042	0.0000	**	1.0121
ゲーム	0.0332	2.0953	0.0375	*	1.0253
動画閲覧(YouTubeなど)	0.0914	4.0618	0.0001	**	1.0213
定数項	39.0356	24.7181	0.0000	**	

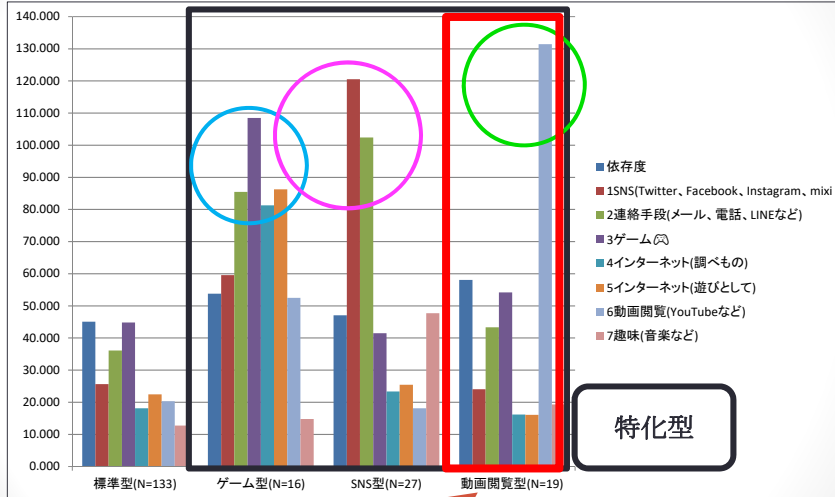
低依存: ~39 中依存: 40~69 高依存: 70~100

注意

	平均依存度	低下率	SNS	連絡手段	ゲーム	インターネット(調べもの)	インターネット(遊び)	動画閲覧	趣味	その他
	79.8		76.2	63.8	61.6	39.0	29.0	54.6	16.3	0.0
高	73.0	1/2	38.1	31.9	30.8	19.5	14.5	27.3	8.1	0
	70.7	1/3	25.4	21.3	20.5	13.0	9.7	18.2	5.4	0
中	69.4	1/4	19.1	16.0	15.4	9.8	7.3	13.6	4.1	0
	68.9	1/5	15.2	12.8	12.3	7.8	5.8	10.9	3.3	0

依存度を下げるためには平均利用時間を約1/4下げる必要がある

③ クラスター分析(被験者を似た者同士に分類できる)の結果と考察



特に動画閲覧型に注意が必要！！

結果と考察

その1: スマホ依存度とコミュニケーション能力の関連性

相関分析から正の相関  
依存度が高い=コミュニケーション能力が低いとはならない

その2: スマホ依存の要因分析

相関分析から SNS・連絡手段・ゲーム・ネット・動画閲覧がスマホ依存に関連

その3: スマホ依存の緩和策

高依存度グループ(依存度 70 以上)→利用時間を約 1/4 減少

その4: 類型化

グループ分けすると 動画閲覧型 が依存度が高く、注意が必要

緩和策  
データ量ではなく  
利用時間によって速度制限にかかるアプリの開発