乳幼児を持つ家庭におけるテレビ視聴に関する研究
── 母親のテレビ視聴時間に着目して ──

A Study on Mothers and children's TV Watching at home
― the time of Mother's watching TV ―

武　市　久　美
Kumi TAKEICHI

キーワード：母子関係，テレビ視聴，育児
Key words：Mother-child relationship，Television Viewing，Nurturing

要旨

9割以上の家庭で親子のテレビ視聴時間は2時間未満であり、視聴している番組は、NHK教育の子ども向け番組や子ども向けアニメ、クイズバラエティが多かった。番組の選択理由は、自分や家族の好み、気持ちが明るくなること、知識を得る、が多かった。6割以上の母親が‘テレビ好き’であり、自身のテレビ視聴時間の長い母親の中に‘テレビ好き’の人が多くみられ、一方、視聴時間の短い母親は‘テレビ嫌い’の人が多いことが明らかになった。また、9割以上の母親がテレビ視聴が子どもに何らかの影響を与えると考えていて、視聴時間の短い母親のほうが子どもへのテレビ影響観を強く感じている人が多く、視聴時間の長い母親のほうが影響を感じていない人が多いことが明らかになった。さらに、視聴時間の短い母親は家庭におけるテレビ視聴のルール作りや家族に配慮した番組選択をしていることが多かった。

Abstract

Less than two hours are watched by over 90% of parents with their children at home, the programs they watch are NHK children's programs, Children's animation programs, and Quiz variety shows. The reasons for their selections of the programs are mainly their own or family taste, shows that encouraged a feeling of well being, and knowledge assimilation. Over 60% mothers are fond of watching TV, and It becomes clear that mothers who watch TV for a long time like to watch TV more than mothers who watch TV for a short time; on the other hand, mothers who watch TV for a short time dislike to watch TV more than mothers who watch TV for a long time. Over 90% mothers feel that watching TV has some influences on their children, and it is also clear that mothers who watch TV for a short time feel strong influences on children's TV watching than mothers who watch TV for a long time; on the other hand, mothers who

watch TV for a long time do not feel strong influences on children's TV watching than mothers who watch TV for a long time. In addition, mothers who watch TV for a short time clearly make the family rules for TV watching, and choose the allowed programs for their family.

Ⅰ 問題と目的

現代社会を生きる多くの人々にとって、テレビは日常生活の一部としてそこに存在していることが「当然」であり、存在そのものが意識の対象にすらならないほどに「自明」の存在になっている（原ら，2004)。そしてもちろん、大人だけでなく子どもたちの生活にも深く入り込んでいる。ある調査によると、子どものテレビ視聴開始年齢の平均は生後3.13ヶ月であり（NHK放送文化研究所，2003)、視聴時間は平日1日平均で0歳で3時間35分、さらに1歳で幼児のピークとなる4時間2分だという（NHK放送文化研究所，2010)。この視聴時間は、日本人のテレビ視聴時間を世代別にみたデータ[i]と比較してみても、70代以上（男性5時間22分、女性5時間29分)、60代（男性4時間18分、女性4時間37分）に次ぐ長さとなっている。また、乳幼児のいる家庭において1週間テレビ視聴についての調査を行ったところ、調査期間内にテレビへの接触時間が0（ゼロ）の子どもは2.7%のみという報告（NHK放送文化研究所，2003）もある。

一方で、2004年1月に日本小児科医会が発表した「2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう」という提言[ii]は、2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控える、1日の視聴時間がテレビは2時間まで、ゲームは30分まで、授乳中・食事中のテレビ・ビデオの視聴は止める、子ども部屋にはテレビ・ビデオ・パソコンは置かない、など、乳幼児期からのメディア漬けの生活は心身の発達の遅れをきたし、後年の暴力的行為に関係することがあると、子どものテレビ画面への早期接触や長時間化を問題視した。また同年4月には、日本小児科学会が「乳幼児のデレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」という提言[iii]を出した。提言は調査結果に基づいて、子どものテレビの長時間視聴と1歳6ケ月時点における意味のある言葉（有意語）の出現の遅れと関係があること、特に日常やテレビ視聴時に親子の会話が少ない家庭で有意語の出現が遅れる率が高いことなどを示した。

これらの提言について日本小児神経学会からは十分な科学的根拠がないと反論[iv]が出されており、子どもの発達に対するテレビの影響の是非については研究者の中でも様々な議論があるが[v]、子どもの発達の専門家である小児科医によって相次いで出されたこれらの提言は「子どもにテレビはダメ！」という社会的メッセージとなり、同時に、育児中の親にとっては「子どもにテレビをみせる親はダメ」という自戒のメッセージにもなった。

これまでに、NHK放送文化研究所が行っている「“子どもに良い放送”プロジェクト」の各報告書[vi]をはじめ、子どものテレビ接触と生活習慣の関わりについて（栗原ら，2008)（服部ら，2004)、体力・運動能力との関わりについて（長谷川ら，2009)、養育環境との関連について（加

納ら，2009）などの報告が多くなされている。これら多くは、子ども‘自身’のテレビ視聴状況と諸問題についての検討であるが、長時間テレビをみている親にはメディアへの高い嗜好性や依存性がみられ（土谷，2000）、また、幼児の視聴時間の長さは親の視聴時間の長さと関連がある（白石，2001）という報告などから、筆者は、乳幼児期の子どものテレビ視聴には養育者として子どもの生活に寄り添っている母親[vii]自身のテレビとの関わりが与える要素が大きいと考える。そこで本研究では、育児期の母親を対象にした調査[viii]から、親子のテレビ視聴の現状および母親のテレビ視聴時間の長短と家庭におけるテレビ視聴との関係について得られた知見について報告する。

Ⅱ 対象と方法

［調査方法］

名古屋市内の保育園と幼稚園に子どもが通う母親2347人（保育園1438人、幼稚園909人）に園を通じてアンケートを配布し、1274人（回収率54.3%）から回答を得た。うち、記入漏れなどが多く見られる回答などを除き、1174人（保育園664人、幼稚園510人、有効回答率50.0%）を分析対象とした。母親の平均年齢34.2歳。

［調査内容］

家庭におけるテレビ視聴について（母親のテレビ視聴について、親子のテレビ視聴について）、テレビが子どもに与える影響について、母親・子どもの年齢や家族構成など。

［分析方法］

表計算ソフトEXCEL、統計ソフトSPSSを用いた。

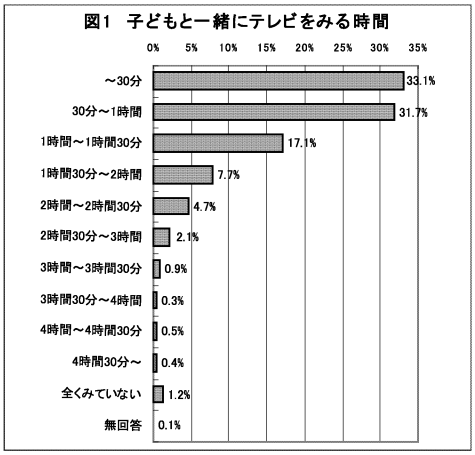
注：以下、アンケートおよび分析の結果には、小数点2位以下を四捨五入した%を表記しているため、合計（100%）に誤差が生じている場合がある。

Ⅲ 結果と考察

1．親子のテレビ視聴について

1）子どもと一緒にテレビをみる時間

平日1日のテレビ視聴時間の中で、子どもと一緒にテレビをみる時間をたずねたところ（図1）、「～30分（33.1%）」が最も多く、「30分～1時間（31.7%）」、「1時間～1時間20分（17.1%）」と続いた。「全くみていない（1.2%）」という回答もあった。



さらに子どもと一緒にみている番組について具

体名をたずねたところ（表1)、1位「おかあさんといっしょ」、3位「いない いないばあっ！」などNHK教育の番組、2位「ドラえもん」、4位「ポケットモンスターAG」、6位「サザエさん」などのアニメなどの子ども向けの番組に加え、10位以内に唯一ファミリー向けの（主に子どもをメインの視聴対象として制作された番組ではない）クイズバラエティ番組「脳内エステIQサプリ」が入っていた。

表1　子どもと一緒にみている番組

順位	番組名	ジャンル	人数	放送局
1位	おかあさんといっしょ	NHK教育	348	NHK教育
2位	ドラえもん	アニメ	119	テレビ朝日系
3位	いない　いない　ばぁっ！	NHK教育	118	NHK教育
4位	ポケットモンスターAG	アニメ	99	テレビ東京系
5位	マジレンジャー	アニメ	94	テレビ朝日系
6位	サザエさん	アニメ	92	フジテレビ系
7位	脳内エステ　IQサプリ	NHK教育	64	フジテレビ系
8位	にほんごであそぼ	NHK教育	56	NHK教育
9位	ちびまる子ちゃん	アニメ	54	フジテレビ系
10位	えいごであそぼ	NHK教育	52	NHK教育

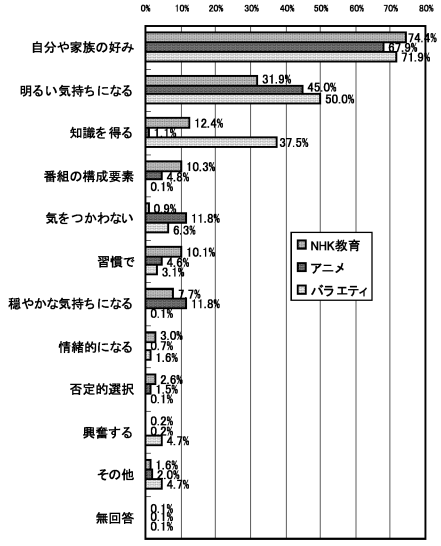
2）子どもと一緒にみている番組

表1で子どもと一緒にみる番組として名前があがった番組は『NHK教育』『アニメ』『バラエティ』の3つのジャンルにまとめられる。そこで、それぞれのジャンルごとになぜその番組をみるのか、番組選択理由としてあてはまる回答を選択肢の中から選んでもらい、表2で示した10項目として集計・分析した。『NHK教育』『アニメ』『バラエティ』のいずれも番組をみる理由として「自分や家族の好み」が最も多く、「明るい気持ちになる」「知識を得る」が続いた。また、『バラエティ』は「知識を得る」が37.5%と他の2つに較べて割合が高かった。(図2)。

表2　子どもと一緒にみる番組の選択理由（複数回答）

項目		回答の選択肢
1	明るい気持ちになる	「楽しい」「明るい気持ちになる」「元気になる」
2	興奮する	「興奮する」
3	穏かな気持ちになる	「リラックスする」「心温まる」「癒される」「やさしい気持ちになる」
4	情緒的になる	「情緒豊かになる」「感動する」
5	番組の構成要素	「司会者が好き」「出演しているタレントがすき」「映像が美しい」「音楽がすき」「ストーリーがすき」
6	知識を得る	「子育ての情報が得られる」「知識・教養が身につく」「新発見がある」「世の中のことがわかる」
7	気をつかわない	「安心して見ることができる」「頭をつかわずに見ることができる」
8	自分や家族の好み	「子どもがすきなので」「自分がすきなので」
9	否定的選択	「しかたなく」「他にいい番組がない」
10	習慣	「習慣で」「なんとなく」

図2　子どもと一緒にみる番組の選択理由
（複数回答）



2．母親のテレビ視聴時間と家庭におけるテレビ視聴との関わり

調査では、母親たちに平日１日のテレビ視聴時間をたずねた。日本人の30代女性の平日１日の平均テレビ視聴時間は２時間45分である[i]。これを参考[ix]に、母親のうちテレビ視聴時間が３時間未満を短時間群（N：827）、３時間以上を長時間群（N：347）に分け、以下では全体の考察に加え、２群での分析を行う。（以下、結果の報告においては、文中でも短時間群、長時間群と表記する。）

1）母親のテレビ嗜好性

母親自身がテレビをみるのがすきかきらいかをたずねたところ（図３）、「とてもすき（13.5%）」と「すき（49.3%）」をあわせると６割以上（62.8%）の母親が‘テレビ好き’であることがわかった。短時間群と長時間群別でみた場合（表３）、短時間群（9.2%）に較べて長時間群（24.0%）のほうが「とてもすき」と答えた人が占める割合が高く、また、長時間群（0.1%）よりも短時間群（0.5%）のほうが「とてもきらい」と答えた人の割合が高いことに有意差が認められた（$\chi^2[4] = 89.53$ $p<0.001$）。

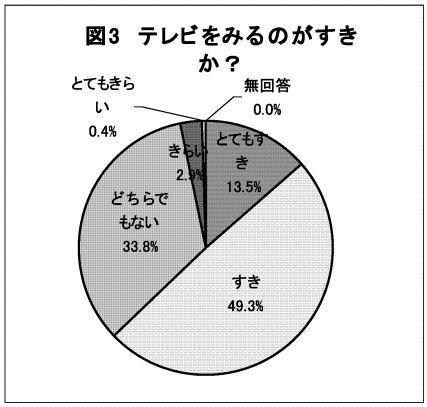
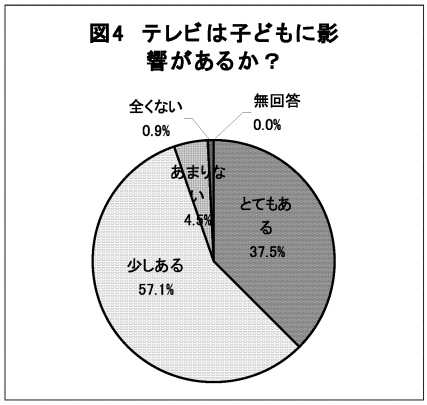


表3　テレビ視聴時間とテレビ嗜好性　（%）

		テレビがすきか						
		とてもすき	すき	どちらでもない	きらい	とてもきらい	無回答	計
テレビ視聴時間	短時間群（3時間未満）	9.2	46.3	40.0	4.0	0.5	0.0	100.0
	長時間群（3時間以上）	24.0	56.6	19.1	0.2	0.1	0.0	100.0

2）子どもへのテレビの影響

テレビ視聴が子どもに与える影響の有無について「とてもある」～「全くない」までの４段階でたずねたところ（図４）、「少しある（57.1%）」と答えた母親は半数を超えていて、「とてもある（37.5%）」と合わせると、９割以上（94.6%）の母親がテレビ視聴が子どもに何らかの影響を与えると考えていることがわかった。短時間群と長時間群でみた場合（表４）、「とてもある」と答えた人が占める割合は長時間群（32.6%）より短時間群（39.4%）のほうが高く、「全くない」と答えた人の割合は短時間群（0.5%）よりも長時間群（2.0%）のほうが高いことに優



位差が認められた（$\chi^2[3]=11.39$ $p<0.05$）。

表4　テレビ視聴時間とテレビ影響観　（%）

		影響を与えるか					
		とてもある	少しある	あまりない	全くない	無回答	計
テレビ視聴時間	短時間群（3時間未満）	39.4	55.4	4.7	0.5	0.0	100.0
	長時間群（3時間以上）	32.6	61.6	3.8	2.0	0.0	100.0

さらに、テレビが子どもへ与える影響にどのようなものがあると考えているのか、あてはまる回答を選択肢の中から選んでもらったところ（図5）、全体では、「視力が落ちる（44.9%）」を選んだ人がもっとも多く、「知識・教養が身につく（38.6%）」、「言葉を覚える（35.3%）」、「好奇心旺盛になる（25.2%）」と続いた。「暴力的になる」「無表情になる」「落ち着きがなくなる」などの精神発達への悪影響を選ぶ人は少なかった。短時間群と長時間群でみた場合、ほとんどの項目について有意差が認められなかったが、「好奇心旺盛になる」と答えた人の割合が長時間群（16.2%）より短時間群（9.0%）のほうが多いことに有意差が認められた（$\chi^2[1]=7.43$ $p<0.05$）。

図5　テレビは子どもにどのような影響を与えるか（複数回答）

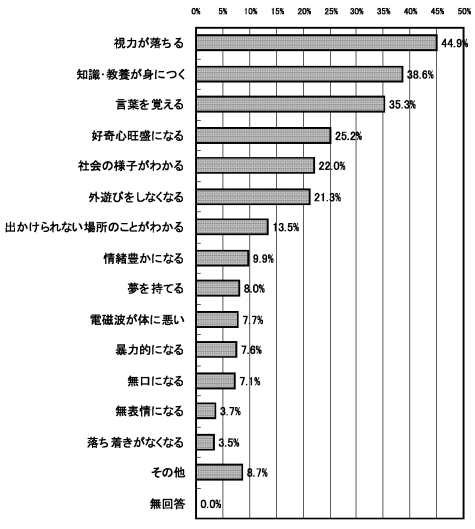


表5　テレビは子どもにどのような影響を与えるか　（%）

	テレビ視聴時間		
	短時間群（3時間未満）	長時間群（3時間以上）	
視力が落ちる	31.8	13.0	
知識・教養が身につく	27.0	11.6	
言葉を覚える	25.2	10.1	
好奇心旺盛になる	16.2	9.0	*
社会の様子がわかる	15.6	6.5	
外遊びをしなくなる	15.6	5.6	
出かけられない場所のことがわかる	9.4	4.2	
情緒豊かになる	6.3	3.6	
夢を持てる	5.2	2.8	
電磁波が体に悪い	5.6	2.0	
暴力的になる	5.8	1.7	
無口になる	5.5	1.6	
無表情になる	2.7	0.9	
落ち着きがなくなる	2.5	0.9	
その他	5.7	3.0	
無回答	0.0	0.1	

*：$p<0.05$

3）テレビをみるとき気をつけていること

家庭で子どもと一緒にテレビをみるとき気をつけていることについてあてはまる回答を選択肢の中から選んでもらったところ（図6)、「食事のときにつけない（36.7%）」が最も多く、「子どもと一緒に楽しめる番組にする（32.2%）」、「時間を区切る（29.5%）」と続いた。短時間群と長時間群でみた場合（表6)、「食事のときはつけない」（$\chi^2[1]=20.83$ $p<0.001$)、「子どもも一緒に楽しめる番組にする」（$\chi^2[1]=11.04$ $p<0.01$)、「時間を区切る」（$\chi^2[1]=23.47$ $p<0.001$)、「家族で楽しめる番組にする」（$\chi^2[1]=8.01$ $p<0.01$)、「子どものいるときはみない」（$\chi^2[1]=11.22$ $p<0.01$）と答えた母親の割合が長時間群より短時間群が高いことに有意差が認められた。その他の回答については有意差が認められなかった。

図6　テレビをみるとき気をつけていること（複数回答）

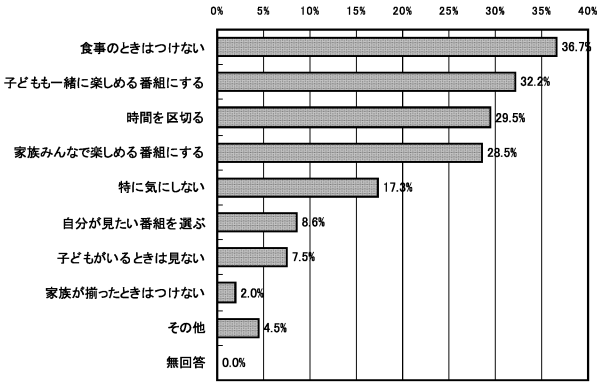


表6　テレビをみるとき気をつけていること　（%）

	テレビ視聴時間		
	短時間群（3時間未満）	長時間群（3時間以上）	
食事のときはつけない	28.8	7.9	***
子どもも一緒に楽しめる番組にする	20.6	11.6	**
時間を区切る	23.8	5.8	***
家族みんなで楽しめる番組にする	18.4	10.1	**
特に気にしない	11.2	6.0	
自分がみたい番組を選ぶ	4.9	3.7	
子どもがいるときはみない	6.4	1.0	**
家族が揃ったときはつけない	1.5	0.4	
その他	3.2	1.4	
無回答	0.0	0.0	

*:p<0.05　**:p<0.01　***:p<0.001

Ⅳ まとめ

母親たちが家庭で子どもと一緒にみている番組として、NHK教育の番組や子ども向けアニメなど子どもに人気が高い子どもの好みの番組と、ファミリー向けのバラエティ番組が上位にあがっていた。これらの番組の選択理由としては、自分や家族の好みや気持ちが明るくなること、また知識を得るという回答が多かった。バラエティ番組については名前があがった番組がクイズバラエティという番組の性質のためか、教養に役立つという理由も多くあがっていた。9割以上の家庭で親子のテレビ視聴時間は2時間未満であるが、家庭での子どものテレビ視聴は‘親子でみる’のと‘子どもだけでみる’という2種類の視聴スタイルがあり、幼児が子どもだけでみるテレビ

視聴時間の平均は１日平均30分程程度という報告[x]などと合わせて考えると、子どもがテレビをみる合計時間については、メディア接触による子どもへの悪影響を懸念して出された小児科学会の提言で示された「2時間まで」という時間を上回る家庭の割合が高くなることが推察された。また、6割以上の母親が‘テレビ好き’だったが、自身のテレビ視聴時間の長い母親の中にテレビ嗜好の強い（‘テレビ好き’）人が多くみられ、また、視聴時間の短い母親の中にはテレビ嗜好の弱い（‘テレビ嫌い’）人が多いことが明らかになった。さらに、9割以上の母親がテレビ視聴が子どもに何らかの影響を与えると考えていて、視聴時間の短い母親のほうが子どもへのテレビ影響観を強く感じている人が多く、視聴時間の長い母親のほうが影響を感じていない人が多いことも明らかになった。具体的な影響について最も多く挙がったのは「視力が落ちる」というマイナスのものであったが、以下、多く挙がったのは子どもの学びや言語習得、意欲などに関するプラスの影響だった。マイナスの影響については、視力低下という身体への直接的な影響や外遊びの減少という子どもの生活態度についての懸念だった。また、精神発達に関する悪影響についてはあまり考えていないようであった。さらに、テレビ視聴時間の短い母親のほうが、家庭におけるテレビ視聴のルール作りや番組の選択の際に家族に配慮している人が多いことが明らかになった。

---

i　NHK放送文化研究所　2006　2005年国民生活時間調査　報告書，pp8

ii　日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会　2004「子どもとメディア」の問題に対する提言，20 October 2010　<http://jpa.umin.jp/image/PDF/info/proposal01.pdf>

iii　日本小児科学会 こどもの生活環境改善委員会　2004　乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です，20 October 2010 <http://www.jpeds.or.jp/saisin.html#67>

iv　日本小児神経学会　2004　提言：「子どもに及ぼすメディアの影響」について，20 October 2010 <http://child-neuro-jp.org/visitor/iken2/5.html>

v　テレビが子どもに与える影響について海外の研究においても、幼少期に暴力番組を多くみていることが後の暴力的なふるまいと関連がみられること、幼児期などに2時間以上テレビをみていることが肥満などと関連があることなど、子どもの身体・精神発達に与えるネガティブな報告がある一方で、幼児向け教育番組を視聴していたことが学童期の語彙認知や高校での学業成績の良好さに関連することなどポジティブな報告もある。

vi　2003、2005、2007、2008、2010年にそれぞれ第1〜6回までの報告書が出されている。

vii　名古屋市が2004年2〜3月に行った「子育てに対する意識・ニーズ調査」によると、子ども（就学前）の世話をする人は、母親が96.1%だった。子どもの養育者は各家庭で様々な違いがあるが、本研究では子どもの養育者を「母親」として論を進める。

viii　2005年に筆者が行った調査で、今までにこの調査を元に母親の育児情報収集及び番組視聴についての現状と課題についての報告などを行っている。

ix　調査対象の母親の平均年齢が34.2歳であるため、30代女性の平均を参考にした。

x　NHK放送文化研究所　2010“子どもに良い放送”プロジェクト 中間総括報告 0-5歳，pp8

《文献》

加納 亜紀・高橋 香代・片岡 直樹他　2009　幼児期のテレビ・ビデオ視聴と養育環境の関連．小児保健研究，68(5)，pp549-558

栗原とし子・吉田由美　2008　幼児のテレビ・ビデオ視聴時間，ゲーム時間と生活実態との関連．小児保健研究，67，pp72-80

白石信子　2001　この10年で伸びた幼児のテレビ視聴時間－2001年6月「幼児視聴率調査」から．放送研究と調査，51(10)，pp74-81

土谷みち子　2000　乳幼児のメディア生活の実態と臨床保育内容―神奈川県未就園児の生活調査から―．家庭教育研究所紀要，21，pp88-100

服部 伸一・足立 正・嶋崎 博嗣他　2004　テレビ視聴時間の長短が幼児の生活習慣に及ぼす影響．小児保健研究，63(5)，pp516-523

長谷川大・前橋明　2009　保育園幼児の生活状況と体力・運動能力との関連―テレビ・ビデオ視聴時間とのかかわりを中心に．幼少児健康教育研究，15(1)，pp32-48

NHK放送文化研究所　2003　“子どもに良い放送”プロジェクト　第1回　フォローアップ調査　結果報告，pp17

NHK放送文化研究所　2010　“子どもに良い放送”プロジェクト　第6回　フォローアップ調査　結果報告，pp13