

こども未来会議(第 17 回)議事録
7月6 日(月)16 時 20 分から 17 時 20 分まで

【山本部長】

ただいまより、こども未来会議の第 17 回会議を開会いたします。

本日は、ご多用の中、ご参加いただきまして誠にありがとうございます。会議の事務局を担当しております、東京都子供政策連携室企画調整部長の山本と申します。

本日の出席者についてご報告させていただきます。本日は 8 名の委員全員にご出席をいただいております。続いてプレゼンターをご紹介します。国立精神・神経医療研究センター精神機能研究室長の成田瑞様でございます。

それでは、開会に当たりまして、小池知事よりご挨拶をお願いいたします。

【小池都知事】

座ったままで失礼をいたします。皆さん、こんにちは。本日は、こども未来会議へのご参加、誠にありがとうございます。

今日のテーマですが、「子供と SNS 等との関わり合い」ということで、とても今的な課題だというふうに思います。今、世界で SNS が子供のメンタルヘルスへの影響が一体どういうものがあるのか等々、大変注視されているテーマであります。そして現実には年齢規制に踏み切る国も出ております。

また、AI、中でも生成 AI、この技術が、日進月歩、より早いスピードでどんどん変化をし、どんどん改善もされ、また何が起るかわからないというような次元にまで踏み出そうとしております。そしてそのことは、社会のあらゆるシステムも激変させる可能性がある、そんな時代に私たちは今生きているということでございます。

子供たちの生活にもすでに生成 AI が急速に浸透しております。調べ物もちやちゃちゃっと、もしくは音声を吹き込むだけで、中には悩み事を親に相談するよりも AI に相談するというのも、普通に始まっていて、大変身近な存在になっているわけでございます。デジタル社会に生きる子供たちが、これから SNS、AI と実際にどう付き合えばいいのか、どう付き合うことがいいのか、社会全体で考えていく必要がございます。

そして今日は、国立精神・神経医療研究センター精神機能研究室長をお務めの成田瑞様にお越しいただいております。デジタル社会の子供と未来について、最新の知見をご紹介いただきたいと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。

【山本部長】

それでは、ここからの進行につきましては、秋田座長をお願いしたいと思います。よろしくお願いいたします。

【秋田座長】

ありがとうございます。それでは、今後の進行につきましては、私の方で進めさせていただきたいと思います。

本日のテーマは、先ほど知事からもございました、「子供と SNS 等との関わり合い」でございます。まずは、事務局の方からのご報告をお願いいたします。

【山本部長】

事務局から報告をさせていただきます。本日のテーマでございます「子供と SNS 等との関わり合い」に関連して、東京都で行ったアンケート調査の結果等をご紹介します。

東京の子供のスマートフォンの所持率は中高生では非常に高く、小学生も年々上昇傾向にございます。

次に、スマートフォンの利用目的では SNS、動画視聴、ゲームの順となっております。

YouTube や LINE は中高生の 9 割以上が使用しております。このような中で、インターネット空間を安心できる居場所だと考える子供も一定数存在をしているという状況です。

急速に SNS の普及が進む状況を受け、国は有識者会議を開催し、SNS を利用する青少年を保護する対策を検討しているところでございます。

次に、生成 AI の利用についてでございます。家での学習に生成 AI を使ったことがある子供は大きく増加をしております。

生成 AI の認知度を聞いたところ、高校生では 9 割以上が生成 AI を知っていて、どんなことができるのか分かると回答しております。

また、週 3 回以上生成 AI を使う子供は年齢とともに増加し、高校生では 6 割以上に達しております。

続きまして、子供たちに生成 AI を使う目的を聞きましたところ、分からないことを調べる、アイデア出しが多くなっております。

生成 AI の良い点と悪い点について聞きましたところ、良い点として情報収集や効率化、悪い点として誤情報や考える力が低下といったキーワードが多く出てございます。

次に、こちらは子供たちの自由意見でございます。学年を問わず、生成 AI の良い点・悪い点について、様々な意見が出ております。

最後に、都の取組をご紹介します。教育庁では、SNS の利用ルールの普及啓発や情報活用能力の育成に取り組んでございます。

また、都民安全総合対策本部では、ネッツグ Tokyo により、保護者が子供のネット利用環境を整えるための支援等にも取り組んでおります。報告は以上でございます。

【秋田座長】

ありがとうございます。続いて、プレゼンターによる発表に移りたいと思います。成田様からプレゼンテーションをいただいた後に、意見交換とさせていただきます。

それでは、成田様、プレゼンテーションをお願いいたします。

【成田プレゼンター】

お忙しいところ、皆様、お時間いただきありがとうございます。国立精神・神経医療研究センターから参りました成田と申します。

本日、「デジタル社会の子どもと未来」について、メンタルヘルスの観点からお話しさせていただきます。

まず、前提として、思春期のメンタルヘルスが今、世界的にすごく悪化してきておりますということを最初にご説明させていただきたいと思います。左のグラフが 2002 年頃からのグラフでございまして、ピンクの線が心理症状の割合を表すものでございます。点線が女の子、実線が男の子となっておりまして、見ていただければ分かります。男の子は多少右肩上がりかなという感じですが、女の子は、特にここ 20 年で心理症状の割合が高まってきているというグラフでございまして。右側は、男女差を表すものですが、どの国でも一貫して、特に女の子で非常に心理症状を呈する割合が大きくなっている状況でございまして。

また、こちらはニュース等で皆様ご覧になられたかもしないですが、日本で女の子の自殺者数が非常に増えておりまして、この右のグラフを見ていただくと、男の子は割と横ばい気味かなという状況ですが、女の子に関しては非常に増えていて、2014 年と比べると大体 2.6 倍程度まで増えている状況でござい

います。原因は、いろいろ言われているんですけども、一つの原因としては、インターネットの影響というのは否定できないのではないかと、皆様がおっしゃるところで、専門家でもある程度のコンセンサスがあるような感じですね。他の理由はあるとは思いますが、ネットの影響を否定されている方というのはあまり見たことがないかなというところがございます。

思春期において、インターネットがどういう文脈で問題になるかというところなんですけれども、あまり専門用語等は使わずにご説明させていただきますと、思春期の脳というのは基本的には未完成でございます。その中でも、ブレーキ、制御をかけるような前頭前野というところが、特に発達しきっていないということが分かっておりまして、結果的にアクセルは非常に強くかかる車だけれども、ブレーキはなかなか効きにくい、そういう状況でございます。なので、アクセルとブレーキを比べたときに、どうしてもアクセルに傾きやすいというのが思春期の脳でございます。そういった点で、デジタルとかインターネットに限らず、依存症というものは思春期の脳との相性が悪いということが分かっています。

それで、なぜ依存症になることが思春期において問題なのかと申しますと、なかなか回復が難しいということが挙げられます。有名人の方とかで、何回も薬物で再逮捕されているような方がいると思いますけれども、あれは彼ら本人が悪いというわけではなく、依存症というのは、そもそも回復がすごく難しいものなので、それは原理的になかなか難しいものなんですよということですね。他にも、アルコールから薬物に移ったり、他のものに依存しやすくなってしまふ、そういう傾向もございまして、そういった点でやはり思春期の依存症というのは、将来的に問題になる可能性があるということがございます。

そして、SNS がどういった形で問題になるかというところなんですけれども、これは脳の研究が進んできておりまして、SNS が依存を促す作りにどうしてもなっているんですね。これは SNS のアカウントを持たれている方は、なんとなくイメージがつくかと思うんですけども、今まであがってきている研究ですと、SNS を習慣的にチェックされているお子さんですと、脳の線条体、アクセルにあたるところが活性化してしまう、あるいは Instagram でいいねを見せられた子も、やはり同じように脳のアクセルに該当するところが活性化する、こういったことも分かっております。他にも、SNS による承認、これはお金をもらった時と同じような脳の刺激がある、こういったことも指摘されているところがございます。この図で見ると、この黄色くなっているところが、ちょうど脳のアクセルにあたる場所なんですけれども、そういったところが活性化するということが分かっているところがございます。

こちらは、アメリカのニュースでございますけれども、皆さんもニュースでご覧になられたかもしれませんけども、Meta と YouTube がカリフォルニアの裁判で敗訴いたしました。この敗訴の決定打となったところは、実は Meta とか YouTube で配信されているコンテンツそのものではなく、その依存を促す設計、使っている方が脅迫的に使いたくなるような、そういった設計に対しての法的責任を問う、米国陪審の判断でございました。ここまで、SNS の依存的な設計についてお話しさせていただきました。

今日、何個かトピックがございまして、最初に、まず前提となる思春期のメンタルヘルスについて、お話ししたんですけれども、次ですね、前回都庁でお話させていただいた際に、お子様のスクリーンタイムについての質問が出ましたので、それに関してご説明させていただければと思います。

皆様、今、赤ちゃんに対するスクリーンタイムって、どれぐらいが推奨されているか、ご存知でございいますか。これが 18 ヶ月未満は全くなし、0 時間ですね。6 歳未満は 1 日 1 時間までというのが、一応アメリカの小児学会の推奨となっております。ただ、実際はなかなかそれを守れてない方もいらっしゃるということで、そういう難しさがあるということです。なぜそういった推奨が出ているのかというところなんですけれども、基本的には言葉の発達が遅れてしまうというところが、非常に注目されているところです。なぜスクリーンタイムが増えと言葉が遅れる、例えばスマホを見る、iPad を見る、これでなぜ言葉が遅れているのかということも、実は研究で結構分かっています。これは、親子の会話が減るということが分かっています。例えば、1 時間スクリーンタイムが増えると、親子の会話の機会が 60 回ぐらい期待値として減ってしまうということが分かっています。それに伴いまして、赤ちゃんの発する言葉も 300 語ぐらい 1 時間あたりに減る、聞く言葉も減る、こういったところが言葉の発達が遅れてしまう原因というふうにされております。

とはいえですね、私、今 1 歳 4 ヶ月の子供を子育てしているところなんですけども、なかなか難しいですね。スクリーンタイムをゼロにするっていうのは現実的には難しいところもございまして、特に、ワンオペの状態の

時とかは、子供にパッと端末を与えてしまいたい、そういう状況もあります。同世代の友達とかも、結構子育て世代が多いんですけども、「なかなかこれは無理よ」と、そういうことはよく聞くところでございます。ですので、現実的には、ゼロにするのは難しいかなというところもありまして。これはちょうど私どもが研究しているところなのですが、特にゆとりがない家庭ほどスクリーンタイムが長くなりがちということも分かっております。例えば、祖父母と同居している家庭とかで、代わりに面倒を見てくれる方がいれば、端末は必要ないけれども、やはりワンオペだと難しい。そういったことも分かってきているところでございます。

一方で、完全にゼロにするっていうのは、なかなか現実的に難しいところもあるので、じゃあどういった使い方なら OK なのかということを考えていきたいと思えます。まず、悪い使い方でございます。言われているのは、スクリーンタイムがとにかく長い、とにかく長時間スクリーンに時間を使う、こうすることで将来の言語スキルが低くなる、こういったことも分かっております。あるいは、テレビは見えていないけれども、つけっぱなしにしている方、家庭として結構あるんですね。こういった家庭ですと、どうしてもお子さんの将来の言語スキル低くなる傾向、こういったものも指摘されております。逆に、こういうやり方なら良さそうだというものもございまして、その一つは教育番組を見ることですね。こういったことで言語スキルが高くなる、あるいは親御さんも一緒に見る、これでむしろどちらかという、いい方向に働くということもデータとして分かってきているところでございます。

では、どのような使い方が OK かということですけど、ちょうど右の絵のように、スクリーン見るときは、例えば、親御さんと一緒に見ていただいて、何か教育的なコンテンツを話しながら見る、あるいは、家の中でスクリーンフリーと言われるような、テレビをつけっぱなしにしないとか、スクリーンを全く見ないような場所を作っていただく、こういうことが非常に重要になってくるかなというふうに思えます。ホットトピックということで、お子さんのスクリーンタイムについて、ご説明させていただきました。

もう一つのトピックとして、ネットと居場所についての話が、昨今よく聞くようになってきております。オーストラリアでも、SNS は 16 歳未満使用禁止になりましたけれども、禁止されたらされたで、ネットにしか居場所がない子供たちはどうするんだとか、そういった議論というのは当然出てくるところでございまして、話題に上がりやすいトピックでございます。

「孤独感はタバコと同じぐらい体に悪い？」というスライドをご用意させていただいたんですけども、これを逐語的に解釈すべきかどうかは別として、孤独感が高いほど死亡率が高いこと、これはデータ上、分かっております。また、私もこちら論文文化させていただきましたけども、孤独感が継続することで、メンタルの不調につながりやすい、こういったことも分かっているんですね。タバコと同じぐらい本当に体に悪いのかっていうのは、個人的には疑問ではあるんですけども、そこまでではなくても、やはり体に悪い、身体的にも精神的にも悪いということは、もう間違いなく言えるところでございます。ちなみに、アリストテレスさんという方が、紀元前 3、4 世紀ぐらいからですかね、人間は社会的動物であるという言葉を残していっぱいまして、人間は社会という共同体を形成しないと生きていくことができないというようなことを言っているんですけども、それから今 2300 年、400 年程度経っております。ただこれって人類の 700 万年ぐらいの歴史からすると、本当にもう先端の 0.1% 未満のことなので、正直、我々人間ってそれからそんなに進化もしていないので、おそらく今我々も、同じように社会的動物でございまして、社会という共同体の中でしかどうしても生きることができない、そういった意味で孤独っていうのは非常に重要な悪い因子なんですね。

さて、では、ネットは居場所になるのかということでございますけれども、特にマイノリティの方、もっと言うと性的マイノリティの方とかですね、SNS でつながりを得られるっていう側面を話される方がいらっしゃいます。実際、そういうふうな指摘は多いですね。一方で、いいことばかりかという、必ずしもそうではなく、SNS のアカウントお持ちの方はなんとなくイメージがつくかと思うんですけど、どうしてもその過程で差別だったりとか、排除だったりとか、ハラスメントに合う誹謗中傷とかも、今非常に多いですから、そういう過程であうネガティブな側面というのもどうしてもあると。またですね、コミュニティの中に入っていけたとしても、例えば LGBTQ の Q の方とかは、例えば LG の方とかから、彼、彼女はノンバイナリー、本気じゃないんじゃないかとか、そのコミュニティの中で排除されるようなことも、そういう経験もあるということも指摘されているところでございます。

SNS は、本来はソーシャルネットワーキングサービスでございました。人とのつながりを得られるはずのところなんですけれども、現実のデータを解析していくと、むしろどうやら、使い方次第で孤独感が強くなるという

ことが指摘されている。また、こちら私ども東京都のお子さん 3000 人超を対象に、こちらも論文化させていただきましたけれども、ネット依存傾向があると、むしろ人との関わりは減ってしまって、その後のメンタルヘルスの不調につながりやすい。こういったデータも上がってきているところでございます。

最後に、AI のトピックでございます。生成 AI とメンタルヘルスでございます。こちらは、実はなかなかデータとしてまだまとまっていないところも多いんですけれども、現時点で出されているもの、ご説明させていただこうと思います。こちら、アメリカのデータでございますけれども、若者全体の 13% ぐらいが、メンタルヘルスの助言を得るために、生成 AI を使っている。こういったことが指摘されています。アメリカで、若者でメンタルヘルス問題を抱えている方は、30% ぐらいなんですね。ですので、その 4 割超ぐらいが使っているという計算になります。また、大人を見ても、メンタルヘルスの問題ある方の大体半分ぐらいが AI をすでに使っているんじゃないかと、そのうち 6 割ぐらいがなんと改善を報告しているということです。日本でも、外来、私の診察でも、生成 AI にアドバイスをもらってから来られるような方が非常に多いということは最近感じるところで、もっと言うと、都内全体で患者さん自体が減ってきているかなという印象もあります。これは、精神科に限らず、他の科の先生とかとも話していても、おそらくこれまで気軽に受診していたのを、まず AI に聞いて「これは病院に行く必要があるかないか」みたいなことを聞いている方がどうやら結構いらっしゃるようで、「全体的に患者さん減っているよね」みたいな話をすることもあります。

生成 AI 使用後のトラブルですね、ご紹介したいと思います。これまで AI を使った後に自殺する、それで訴訟になるということが、アメリカでは相次いでおります。訴訟のポイントとしては、自殺念慮を検知しながら、介入をしなかったという遺族側の主張でございます。あるいは、お母様に対する被害妄想などを抱いていらっしゃる方が、チャット GPT に相談したところ、むしろ肯定して、肥大化させるような返しをしてきたということで、結果的にお母さんを殺害してしまった。そういった事件もございました。あるいは、フロリダでは、銃の乱射事件等もございました。こちら、犯人が事件を起こす直前に、AI を使っていたことが明らかになっております。安全装置の外し方だけではなく、どうやったら被害を大きくできるのか、何人ぐらいの被害を出せばマスコミに取り上げてもらえるのかみたいなことを、AI に相談していたことも分かっておりまして、こういった点で、やはりプラットフォーム側の制御というのは、なかなか完全にはいかないところがございます。

AI の課題は、いろんな方がいろんなことを言ってるんですけども、基本的には 4 点に集約されます。まず 1 点目はプライバシーですね。これはもう説明不要かなと思います。AI というものがどうしても学習してというところがございますので、そこに個人情報等をあげたりすると、なかなかトラブルになってしまうというところなんです。2 点目は過度な使用ですね。どうしてもやっぱり AI の企業としてはエンゲージや課金につなげたいというところもございますので、これはちょうど SNS と同じように依存・脅迫的な作りにどうしてもなりがちであるということです。3 点目、情報を過信してしまう。先ほどのお母様が殺害された例は顕著な例かなと思うんですけども、本来必要なケアを受けずに AI に頼ってしまうことで、メンタルヘルスが悪化してしまうというようなケースは見られているところで、おそらくお母様を殺害された方も、最初から精神科にかかっていたら、こうなっていなかった可能性はあるというところは考えられるかなと思います。4 点目は規制の難しさです。今まさに、オーストラリアが SNS の規制をやっているんですが、なかなか現実には完全な規制は難しいというところも言われているところでして、おそらく AI を仮に規制するとしても同じような問題が生じるだろうというふうに考えられております。

本日のまとめとして、思春期の脳は、インターネットに限らず、依存症との相性が悪いです。乳幼児期のスクリーンタイム、こちらは注意が必要で、できれば親御さんと一緒に教育的なコンテンツを、できれば話しながら見ていただくのがいいかなと思います。ネットは居場所になることもありますけども、かえって孤独感を悪化させる、こういったこともございます。デジタル社会においては、生成 AI も含めてさらなる研究が必要と考えられます。

以上でございます。ご清聴いただきまして、誠にありがとうございました。

【秋田座長】

成田様、最前線の知見をご紹介いただき、ご発表いただきましてありがとうございました。それでは、プレゼンテーションを受けまして、小池知事から何かございますでしょうか。

【小池都知事】

成田先生、ありがとうございます。スクリーンタイムの話についても補強していただいて、誠にありがとうございます。

特に生成 AI が出てきたのが、つい 3 年くらい前なんですね。たった 3 年。それが今もう地球上いろんなところで全く考えられなかったような傾向とか問題を引き起こしている。

一方で、ある意味相談相手にもなっているということでございますけれども、その塩梅というか、距離感をどう取ったらいいかって、みんな迷っていると思います。

今日は先生から、SNS が実際にこのメンタルヘルスにどういう影響があるのかというお話をしていただきました。生成 AI も SNS と同様な可能性があるという話でございます。一方で、子供と親が忙しいからボンと渡して、「これでも見ておいてね」という感じで、結構そういう家庭も多いと思うんですけども、むしろ親子で一緒に会話をしながら見ることでプラスの効果はある。「忙しいのでこれ見ておきなさい」というのが多いので、そこのところもどう考えるかです。長い目で見て、その方が子供の言語能力が高まるということは、何事にも変えられないような価値で、そのことをしっかり伝えていく必要があるんだというふうに思いました。上手に SNS や AI を使っていく。そのためにやはり AI などネットのリテラシーを、そもそももっと上げていく必要があろうかというふうに思っております。

こども未来会議も第 17 回になりましたけれども、このテーマはボンと新しく出てきて、とてもその影響力が大きいので、先生方にも今日のお話、大変参考になったと思います。また、より皆様方の広くて、そして深いご議論続けていただければと思っております。

今日は成田先生、プレゼンテーションありがとうございます。

【秋田座長】

小池知事もありがとうございます。大変貴重なお話ありがとうございます。知事は次のご都合によりまして、こちらでご退席になられます。本当にお忙しい中知事どうもありがとうございます。

それでは、ここから意見交換の方に入らせていただきたいと思います。本日のテーマである「子供と SNS 等の関わり合い」について、プレゼンテーションを踏まえまして、それぞれのお立場からご意見をいただきたいと存じます。恐縮ですが、各委員にはお一人 3 分程度でご発言をいただきたいと存じます。それでは、最初に池本委員からお願いいたします。

【池本委員】

ありがとうございます。大変興味深い、また最先端のお話、ありがとうございました。

私は、今回 SNS というテーマで、最近海外の方でいろいろ規制があるということなので、海外でどんな議論になっているかなというのをざっと見たところで、少しお話をしたいのと、あと一つ先生に質問をしたいと思っております。

まず、海外の動向として、ざっと調べた中で、日本であまり話題になっていないというのが、子供のプライバシーのことでして。日本は危ないから規制してという感じで、親が全部チェックするというふうに、どうしても守る方向に行くので、子供の自由というか、プライバシーが損なわれているところに、無関心かなと思いついて。特に、その関連で、親が何をすべきかという知識があまりになさすぎる。海外ではもちろん話題になっていて、親がどういう風にやるかのきちんと指針みたいなものがないと、誤った方向に親も動いてしまうというところなので。今は社会の動きと合わせて、親は「守らなきゃいけない、規制しなきゃいけない」というところばかりなんですけれども、実際に海外で子供の声を聞いてみると、先ほどの障害があったり、LGBTQ などの方だと、そこが本当に支えになっている、つながりを作れているということもありますし、海外で子供がビジネスを立ち上げるとか、つながって運動を起こすとか、仲間を作るとか、そういうところに、本当に SNS は重要なんだということがいっぱい集められていました。日本も今これから議論するということなので、そこはきちんと子供たちの声を把握して決めるべきかなということを思いました。

それから感想ですけど、先ほどの会話が減るところで、以前もこの会議で、国際比較で日本は 15 歳の子供が親と話す時間が最も少ない国と紹介されていて、だから、そこを変えていかなきゃいけないという時

に、SNS でさらに子供との親子の会話が減っていくのは、本当に考えなきゃいけないテーマだなと思いました。でも、親も与えた方が、むしろ子供にとっては知識がつくとか、そういうふうに自分を納得させながら、自分の忙しさを正当化してしまうみたいなのところも起こってきているので、根本的にどう子供と SNS、また親と関わっていくかっていう議論が必要かなと思いました。

それとの関連で質問なのですが、先ほどテレビを見せっぱなしにすると、言葉が少なくなるとのことでしたが、逆にたくさん見て、言葉を浴びた方が、言葉が発達するのかなと思ったので、そこが一点だけ後でお答えいただければと思います。私からは以上です。

【秋田座長】

池本様ありがとうございます。質問は後でまとめて成田先生からご回答いただくということで、続いて一木様、お願いします。

【一木委員】

ありがとうございます。私は、 α 世代の子供たちを対象にした会議を 2019 年に立ち上げて、やっています。この世代は、デジタルネイティブではなく、AI ネイティブと言われていることもあって、意識して AI との関わりを研究するようにしているんですけど、毎年ニューヨークに行くんですけどね、UNIS という国連が運営する 109 カ国、幼稚園から高校 2 年生まで、要は、国連職員のお子さんが中心の学校があって、非常に教育が進んでいるんですね。

非常に興味があって、今年、特に AI の教育ってどうなっているんでしょうかっていう話をさせていただいたんですけども、なんと UNIS の先生から聞いたのは、「AI の時代だからこそ授業中メモ取らせるんです」と。「書かないと頭に入っていないんですよ」って。「逆のことでんだな」というふうに思ったんです。言われたのが、日本は教科書をデジタルにして、それでいいと思ってるかもしれないが、それはおかしいという指摘を受けたんです。意外と原始的ですが、書かないと頭に入っていないんだなってすごく思ったのが印象的でした。

AI ネイティブなので、AI を取り入れていかなきゃいけないって思ってるんですけど、Canva っていう仕組みは取り入れたんですけど、これをどうやっていったらいいんだろうなって今考えてるんですね。そういうところにヒントになれば、先生にもまたアイデアを聞けたらなと思っております。

ありがとうございました。

【秋田座長】

一木様、ありがとうございます。それでは続きまして古坂様お願いします。

【古坂委員】

よろしくお願いします。

うちに 8 歳・5 歳の子供がいて、ずっと一緒にいるんで、すすく子育てって番組もやっていたんで、SNS の関係性とかスクリーンタイムの話を思いながら、実践しながらやっています。僕らの今の対抗策として、SNS は AirPlay でテレビで見えています。お互い何を見ようかっていう会議をしてから見えています。そうすることによって会議が繰り広げられるということです。

あともう一個、会話がなくなるっていう理由が、明らかに分かったんですけど、子供と共通の話題がないんですね。やっぱりこれが 0 歳、1 歳、2 歳。0 歳 1 歳はあんまり喋らないけど、2 歳、3 歳、4 歳、5 歳なんて、アンパンマンから始まり、サンリオに行き、プリキュアが始まったりとかして、途中いろいろ過去のサブスクに行ってみたりとかって、何ヶ月でも変わってくるんで、それを時間があれば、やっぱり一緒に見て、同じ感想を持ち、今は僕の方がプリキュア見たいって言い始めるんですけども。そうすることにより、何プリキュアが好き？キュア何が好き？って話で盛り上がるし、それを知るための道具として AI を使っているんですね。

毎月 8 曲ぐらいリリースしていると、1 年間、PPAP10 周年でやっているんですけど、これは AI がないと全くできません。もう無理です。なぜかという、もともとやりたかったことに一番の近道が AI だった、ただそれ

だけの話で、やっぱり AI から始まるものっていうのは何もなく、まずやりたいことを子供と話をし、「そのために必要なものが AI だ」っていうのをこまめにやっていったら、意外と子供たちが虫を見つけて「これ Google カメラでやってみようよ」って。「Google カメラが見たい」っていうのはナン。まずは、虫を見に行くとか、知りたい花を見るっていうところから始まり、それを使うのに適したものは何か。で、この自分が持っているお人形を動かしたい。それを動かしたい場合には、「ChatGPT は動画に弱いから、じゃあ Veo3 に行きましょう。いや、Seedance でしょ今は」みたいな感じで、AI をたくさんこっちが知っておけば道具になる。

なんとなく自分で考えると、やっぱり SNS で、子供たちは今もう LINE とか古いとか言ってます。X なんかほぼ見てません。BeReal とか言ってます。だから、そこら辺をちゃんと自分たちが理解して、使っていくと、実はあまり悩まない。

ここら辺は、まず親が知っておけば、子供にも普通に意見が言えると思うので、「一緒になって遊んでます」っていうのが一番いいんじゃないかと信じ込んでいます。来年に「間違っていました」と言うかもしれませんが、その時に謝りますが、今のところは自分も一緒に楽しむ、これしか方法はないなというふうに思いながら試します。以上です。

【秋田座長】

古坂様、ありがとうございます。それでは続きまして、大谷様、お願いします。

【大谷委員】

ありがとうございます。3 分ということで、何点か私が関わっていることで、今日的话题に提供できるかなと思うことをお話しさせていただきたいと思います。

まず一つは、私は国連の子どもの権利委員会の委員と委員長で、2025 年 2 月まで 8 年間いたんですが、その間に 2021 年に子どもの権利委員会は、子どもの権利とデジタル環境という、20 ページぐらいの一般的意見というものを採択しました。

そこでは、オンラインと子どもの権利ということで、詳しく国連の子どもの権利委員会の立場を表明したのですが、その当時、実は AI という言葉はその中に一言だけ出てきていて、当時意識はしていたんですけども、そこまでは議論が深められないということで、広くデジタル環境ということで議論をしまして、発表しました。

今日のお話も、さっき成田さんが SNS、それからネット、生成 AI の話をしてくださったんですけども、それぞれ重なっているんですけど、少しずつ違いがあるというか、そこを意識して議論する必要があるかなというふうに思っています。

というのは、SNS の依存度、依存性ということが非常に問題なんですけれども、2021 年当時に子どもの権利委員会で議論していた時の議論、これは今もまだそのまま生きている話だと思うんですが、どうしてもオンラインというと、オンライン上のいじめとか、あるいは性的な被害ということが非常に強調されて、どうしても子供を保護しようという議論がなされるんですが、子どもの権利委員会では、オンラインというものが、子どもの権利をより使う方向で、さっき池本さんがお話ししてくださったんですけども、子供たち自身が意見を形成したりとか、運動を作ったりとか。

今日もプライバシーの保護の話が出てくるんですけども、情報へのアクセスで、東京都のご発表の中にあっただかなと思うんですけど、それだけではなくて、子供たち自身の表現の自由、それから教育へのアクセス、特に自然災害とか、いろんな時にあります。

それから成田さんのさっきお話で、マイノリティの人たちがつながっていくっていう話があったんですけど、特に子どもの権利委員会が子供たちからいろんな意見を聞いて議論した時には、障害のある子供たちにとって、どんなにオンラインが重要かっていう話がありました。その子供を保護する、子供を守る、依存から守るっていうだけではなくて、実は子供たちがそのオンラインを使って、権利を行使しようとしている時代が来ている中で、そのバランスをどう取っていくか。

それからもう一つは、今日アメリカの訴訟の話があったんですけども、ビジネスがそれで非常に大きな商業的利益を得ているということと、子供たちがそれについて仕組みもわからないで、依存に巻き込まれている。その中で、どう子供たちに情報を提供して、どういう作りになっているから依存が起きるのか、子供たちが使いたいという時に、どう安全なオンライン環境を作っていけるかという観点での議論が必要かなと思っておりま

す。

以上です。ありがとうございます。

【秋田座長】

大谷様、ありがとうございます。それでは続きまして、山本様お願いします。

【山本委員】

私の方からは、若者、思春期世代と SNS の関わりというところについて、現場からの話をさせていただきたいなというふうに思っております。

今回のまとめの方にも書かれていましたが、やはり学校にも家にも居場所がなかったりとか、そうではなくても SNS とかオンライン空間が、かろうじて一つの居場所になっていたりと、つながる場になっているという若者は非常に多くいるんだなということは、現場としても感じています。

そうなった時に、まとめの方であった「ネットが居場所になっているのか、孤立を悪化させているのか、あるいはその命綱の一つになっているのか」というのは、判断が難しい課題だなと思っています。制限をしていくと、すでに孤立している若者たちの唯一のつながりがなくなってしまうみたいなのは、一つのリスクだなと感じています。

私は、長く見ていたフィンランドの話をさせていただけたらと思っていまして、フィンランドの方では、このデジタルで若者と支援をやっていくみたいな分野、デジタルユースワークというのを長くリードしてきていまして、最近ではやっぱり SNS の規制は進めていくという方向ではあるんですけど、デジタル空間をリスクだけではなくて、そういう若者とつながるとか、エンパワーメントする場として捉えているみたいなのがあるみたいです。

具体的には 3 つの段階で整理していて、まずは色々話に出てきているリテラシー教育、AI とか SNS のリテラシー教育をしていくということと、もう一個はですね、アウトリーチをデジタル空間でやっていくということも結構されているそうです。Discord とか TikTok の空間に見守りとか、繋がりを作るような専門のアウトリーチワーカーみたいな人がいたりとか、あるいは安全なそもそものデジタル空間を作っていく取組をやっていくのと、あとは実際のリアルな場や相談支援へつなぐ、その 3 つの階層があるということでした。

ちなみに、去年の夏に、私もちょうどフィンランドの若者の居場所であるユースセンターを 1 つ訪問したんですけど、ちょうど夏休み期間中で結構閉まっていることが多いんですけど、そこは 1 ヶ月間ゲーム月間ということで、そのセンターの広い場所に、デスクトップのパソコンをたくさん配置して、ゲーム月間を実施していました。それはなぜかという、「オンラインゲームをやるんだったら、一人で家でやっているのではなく、リアルな場に出向いてみんなで一緒にやろうよ」という目的で、そういう空間を確保しています。そうすると、来てみたらゲームは熱中しているんだけど、休憩は発生するので、その合間で会話が生まれたり、新しいつながりができているということで、そういうところから悩みの吐露にもつながったりしていて、そこにユースワーカーが寄り添っているということだったので、SNS との関わりというところで、禁止とか排除という方向性と同時に、今の若者がどんな世界に触れているのかということに寄り添いながら、こういうリアルな場につなげていく仕組みづくりは、やはり大事だなと感じています。

以上となります。

【秋田座長】

山本様、ありがとうございます。それでは続きまして、田中様、お願いします。

【田中委員】

私は、東京都内の児童養護施設で 7 歳から 18 歳まで生活していて、そういった経験から、この会議も参加をしております。

今、ネット社会というところで、今回の議題も挙げられていますけれども、2019 年の時点では、児童養護施設で暮らす高校生のスマートフォンの所持率は 69% ということで、一般の子たちよりも 2 割ほど低いものでした。なので、3 割の子たちはスマホを所持していない。そういうのが過去 6、7 年でした。

最近では、そういったスマホを持てる予算がついたりして、所持率も上がっているんですけど、今日の話を聞いてみると、逆に持っていない方が良かったのかもなんて、大きな声では言えませんが、そんな風を感じることもありました。今はみんな持ってる子が多いよっていうのは付け加えておきます。

様々気になる点はあったんですけど、孤独感を感じている子が依存的になりやすいというような表現があって、児童養護施設を巣立った子たちのアンケート調査を、東京都は 5 年に一度やっているんですけども、その中でも孤独感というのが退所後、一番困ったことというところでランキング入りしています。そうすると、相関関係的に施設で育った子たちは孤独感が強いとなると、そういったネット依存になってしまう割合も高いんじゃないかと感じていました。

そういった生育歴による、ネットとの関わり合いやネット依存の関係性、あとは古坂さんのようなお父様がいたら、ご家庭でもスマホの活用が上手に子供もできるのかなと感じました。そういった親による格差みたいなところもあるのかなというふうにも感じたので、生育歴や育っている環境に関するデータとかがあればお聞きしたいなと思いました。

最後 1 点なんですけれども、依存という言葉聞いた時に、私自身も少しだけ心の病氣、抑うつ状態を経験したことがあるんですけど、やっぱり何かに依存したいとか、何かすがってほしい、現実から目を背けたい、その手段としてもネットということも大いにあると思っていて、その使い方が本人だけでは難しい局面が出てくると思います。

なので、今回の会議でする質問ではないかもしれませんが、どういう状態であれば医療につながる必要性があるのか、一般市民として聞いておきたいなと思いました。以上です。

【秋田座長】

田中様、ありがとうございます。それではお待たせいたしました。松田様、お願いいたします。

【松田委員】

ありがとうございます。プライベートにも、仕事にも、本当に今いっぱいいっぱい話題だったので、とても考えることが多かったです。ありがとうございました。

先に一つ質問から。先ほど、池本さんも言われたんですけど、会話が減るところで、逆にスクリーンタイムがあっても、同じ時間会話をキープすれば、大丈夫なのか。つまり、差し引きが問題になっているのか、絶対量として会話がなくなることが問題になっているのか、教えていただければと思いました。

今日の 2 つの話は、やはり主体性ということなんだと改めて思っていて、先ほど、古坂さんもおっしゃってましたが、使う側に回るというあり方が育てられるかということだと思ったんですが、特に SNS の場合は、関わっている相手がデジタルコミュニケーションなんだけど、対面している時の他者に似てるけど届かないっていう不完全さがあって。それが、会った時はニコニコしてるけど、ネットで書かれると、めちゃくちゃ強い言葉になるとか、そういうことが起こってるんだな。なので、そういう調整を自分でできるっていうのは、いかにして可能になるのか。

AI の話は、身近でいうとシニアの研究者は意外とポジティブ、肯定的で、すごく使われていて、最近ではもう飽きたみたいなことをおっしゃっている。

つまり、一定のボリュームが基礎的にあれば、それを使いこなせるのかということと似てると思うんですけど、AI のハルシネーションの部分を理解したり、あるいは評価したり、その素養が実際に一定程度あれば、AI と

というのは、現状変化はしてますけど、使えるっていう関係になってくるのか。合わせて、そのデジタルなものに対して、身体を使って実際に把握していく、その体験という情報のあり方は、多分デジタルの情報よりも、ものすごく複雑で量も多いと思うんですけど、逆にデジタルがそこまでテクノロジーとしてカバーできるようになったら、こういう問題は起こらないのかっていう疑問もあったりして。

色々考えることがいっぱい、後半は思ったことだけだったんですけど、ありがとうございました。

【秋田座長】

松田様、どうもありがとうございました。皆様、いろいろなご意見をありがとうございました。それでは、お聞きになられたプレゼンターの成田先生からも、ご質問もございましたし、応答ということでご発言をいただければと思います。お願いいたします。

【成田プレゼンター】

ありがとうございます。皆様、大変示唆的なコメント、ご質問を頂戴しまして本当にありがとうございます。大変私も勉強になっているところでございます。いただいたご質問の方から参りましょうか。

まず、最初にプライバシーのところですね、親としてはどうしていけばいいのかというところ。これは非常に重要で、一方で難しいところもあるところですね。

プライバシーが侵害された時に、どういう問題が起こるのかというご説明から参りたいと思うんですが、オーストラリアで SNS が規制されたきっかけは皆さんご存知ですかね。個人情報を出してしまった男の子が、そこから性的な画像を要求されて、それを渡してしまって、結果的に自死に至った。これはグルーミングという手口なんですけども、そのグルーミングが非常に大きな問題であるので、プライバシーに関して、もちろん個人情報をネットにあげないというところ、親御さんとしては気をつけていただくこと大事だとは思いますが、もしそれが上がってしまった時に、ちゃんと相談できるような環境は、すごく大事ななと思っています。これは SNS とかインターネットで失敗をした時に、親の立場とすると怒りたくなると思うんですけど、そういう感じだとお子さんは何か大きな問題に発展する前に、親御さんに相談しなくなってしまうリスクがあるので、そこはぐっと抑えていただいて、「困った時は何でも相談してね」という状況を作っておくのが、結果的に一番安全になるかなと思います。

2 つ目が、テレビですね。テレビを見ている時、言語はちゃんと入ってくるんじゃないかというところですが、実際は、やっぱりなかなか自分が言葉を発しないと学んでいけないというところがあるのと、どうしても情報として映像の情報が強すぎるので、実は言語のところはあまり勉強になっていなかったりするんですね。私も YouTube とかを見るときも、字幕がついている動画が好きなんですけど、それでパパッと飛ばして見るのがすごい楽だったりするので、そういったところはあるのかなと思います。

次が AI 時代に紙と鉛筆というお話、一木様からいただきましたけれども、これは非常に理にはかなっているところ。いろいろデータは出揃ってきているんですけど、実際、端末での学習と紙鉛筆での学習を比べた時に、どうしても後者の方が有利になりやすいというところは、データ上、かなり確からしく出てきているところでございますので、そういったところでは、理にかなったやり方でいいのかなと感じながら聞いておりました。

他にいただいていたのが、生育・発達歴とインターネットについてですね。これに関しては一応データがございます。小児期逆境体験と言って、虐待だったりとか性的な被害だったりとか、そういったご経験をされたお子様ほど不適切なインターネットの利用に結びつきやすいということは、データ上出てきておりますので、まさにおっしゃっていただいたとおりなのかなと思います。

それから、医療につながるべき状況というご質問もいただきましたけども、具体的にいうと、学業、あるいは日常生活に支障が出てきたらでよろしいかなと思います。例えば、勉強をせずにネットばかりするとか、そういう状況ができた時とか、あるいはネットをやっているのに全然夜に寝なくなって、それで生活のリズムが狂ってしまったら医療機関、メンタルヘルスのクリニックを受診していただくタイミングかなと思います。

あとは、松田委員にいただいたコメントで、テレビを見ている、別に会話があればいいのではないかという

ところで、これは原理的にはかなり正しいんじゃないかなと思います。結局は会話、喋った言葉の量とかで決まっていくところがあるので、差し引きで、たくさん言葉を発して、聞いていれば、言語の発達としてはさほど不利にはならないかなと考えております。

【秋田座長】

たっぷりご回答いただいて本当にありがとうございます。成田様、皆様からの多角的なご意見をいただいて、それにまた応答していただきまして、誠にありがとうございます。

それでは私の方からも一言述べさせていただきたいと思います。

子供の SNS の利用や AI 利用につきましては、今、世界でメンタルヘルスとの影響であったり、犯罪被害といった危険性が指摘されていて、国際的な機関もそうですけれども、日本政府の方でも文部科学省やこども家庭庁をはじめ、議論が今進められているところでございます。

子供のウェルビーイングという根幹には、心身の健やかな発達というのがあるわけですが、特に今日、成田先生からお話がかった脳の成長というところの、途上期にある子供たち、思春期の子供たちが SNS でありまったり、それから AI に向き合うための対策を講じるというようなことが、特に重要な時期に今来ているのではないかとということ、エビデンスも含めて伺わせていただいて感じたところでございます。

本日は、成田先生から最新の国内外のエビデンスに基づくプレゼンテーションをいただきましたので、特に思春期の脳とデジタルの関係について、私は乳幼児からの発達も専門なんですけれども、特に考えさせられるところがありました。

一方で、今日のデジタル社会においては、やはり色々皆様からも話がありましたように、SNS が孤立しがちな子供たちをつなぐ居場所になっていたり、それから AI を活用して自ら学びを深めていく。特にハンディがあるお子さんたちにとって、障害のあるお子様等をサポートするというような側面もあるのではないかと感じているところです。

大事なことは、子供を SNS や AI の単なる消費者、先ほど大谷先生から企業の話も出ておりましたけれど、やっぱりその消費者にするのではなくて、子供が主体的に賢く使う、そのための教育というようなことも、AI リテラシーをはじめ必要になるのではないかと感じているところであります。

そのためにはですね、SNS や AI は子供のウェルビーイングを支える有効なツールとして、単なる規制をするというだけではなくて、うまく使うということが主体的に使うために重要なことかと思います。そのために、子供たちが SNS や AI の仕組みを理解するというのが、今、文部科学省の方でも、今後それを教育として入れていくことを議論しているところですが、そのリテラシーを高めていくことが重要だと考えられます。

誰一人取り残すことなく、すべての子供たちが、特に思春期の子供たちのウェルビーイングを高めていくために、東京都におかれましては、国内外の今日のような知見を踏まえまして、子供たちの主体的な選択も尊重しながら、賢く自分のウェルビーイングのために使っていくことを、ぜひ後押ししていただけたらと思いますし、その子供の発達を支えていく、今日話がかった保護者や周りの社会的な環境も考えていくような取組をしていただきたいと思います。

そして、いつも一步先行く東京都と呼んでおりますけれども、やはり先進的な取組が今度は全国に都から発信されて、全国に普及し、都内はもとより、より多くの子供たちのウェルビーイングが向上していくことに大いに期待したいと考えているところでございます。

本日はですね、長時間にわたりまして、皆様、ご議論いただきましてお疲れ様でございました。

以上をもちまして、会議がちょうど予定とおりの時間になっております。皆様のご協力のおかげでございます。委員の皆様、どうもありがとうございます。これにて閉会とさせていただきます。どうもありがとうございました。

※テキスト版については、読みやすさを考慮し、重複した言葉づかい、明らかな言い直しなどの整理や補足説明をしています。