

## 開催報告書

### 日豪オンラインラウンドテーブルディスカッション

「こども・若者のメンタルヘルスへのソーシャルメディアの影響と、ソーシャルメディアの社会での活用の在り方」



## 概要

世界では、10～19歳の若者の7人に1人が精神障害を抱えており、精神障害だけでこの年代の疾患負荷の約15%を占めている。日本においても、2024年には小中学生の年間自殺者数が過去最多を記録し、こども・若者のメンタルヘルスを支援する取り組みの強化が喫緊の課題となっている。また、オーストラリアでも、11～17歳の約20%、18～24歳の15%が、強い心理的苦痛を感じていると推計されており、若年層の精神衛生の悪化は深刻な社会問題となっている。

こうした状況の中で、ソーシャルメディアの利用がこども・若者の健康に与える影響に世界的な関心が集まっている。複数の研究において、ソーシャルメディアの使用が睡眠不足や精神的苦痛、自殺念慮、身体イメージへの不満といった問題と関連している可能性が指摘されている。一方で、ソーシャルメディアは、社会的なつながりやピアサポートを促進することで、メンタルヘルスを支える役割を果たす可能性もある。このように、ソーシャルメディアはリスクと利点の両面を持つ存在であり、その在り方について慎重な議論が求められている。

各国では、こうした課題に対して異なる対応が進められている。オーストラリアでは2024年11月、16歳未満のソーシャルメディア利用を原則禁止とする世界初の法案が可決された。このような規制的アプローチに対しては、ソーシャルメディアの影響に関する科学的根拠の不十分さや、実効性に対する懸念、倫理的配慮など、様々なステークホルダーから賛否両論の声があげられている。

一方、日本では、2009年より「青少年インターネット環境整備基本計画」が策定され、3年ごとに見直しが行われてきた。最新の第6次計画では、性犯罪やネットいじめなどソーシャルメディアに起因する問題に対し、事業者による自主的取り組みの推進が掲げられている。また、子ども家庭庁は、ソーシャルメディア等を活用した相談体制の整備も進めており、ソーシャルメディアとの共存を前提とした対応が採られている。

このように、各国の対応には違いがあり、単に有害な影響を抑えるだけではなく、若者がソーシャルメディアの利点を享受できる環境づくりが求められている。今後は、科学的知見に基づきながら、若者にとって望ましいソーシャルメディアの在り方を、マルチステークホルダーにより多角的に検討する必要がある。

本ラウンドテーブルディスカッションでは、日豪のマルチステークホルダーを集め、政策や研究の動向を踏まえつつ、社会での活用の在り方など保健医療の専門家を含めた分野横断的な議論の場とすることを目的とする。

### 【開催概要】

- 開催日時：2025年5月23日（金）16:45-18:15 JST | 17:45-19:15 AEST
- 形式：オンライン（Zoomウェビナー）
- 言語：日本語・英語（同時通訳あり）
- 参加費：無料
- 主催：特定非営利活動法人 日本医療政策機構

## プログラム（敬称略、順不同、日本時間）

- 16:45-16:50 開催趣旨説明  
鈴木 秀（日本医療政策機構 シニアアソシエイト）
- 16:50-17:05 プレゼンテーション1「豪州のソーシャルメディア規制について」  
Jasmine Fardouly（シドニー大学 心理学部 講師）
- 17:05-17:20 プレゼンテーション2「日本の子ども・若者のソーシャルメディア利用に関する現状」  
竹内 和雄（兵庫県立大学 環境人間学部 教授）
- 17:20-18:05 ラウンドテーブルディスカッション
- 参加者
- 土肥 潤也（特定非営利活動法人 わかもののまち代表理事）
- 藤川 大祐（千葉大学 教育学部 教授）
- 竹内 和雄（兵庫県立大学 環境人間学部 教授）
- Jasmine Fardouly（シドニー大学 心理学部 講師）
- Susan M Sawyer（メルボルン大学 医学部 思春期保健分野 主任  
兼 小児医学 教授）
- 関西学院高等部 ICT 委員会メンバー（日本のユース世代の当事者代表）
- Ava Koshab（オーストラリアのユース世代の当事者代表）
- 片倉 陽子（グーグル合同会社  
Head of Healthcare& Public Health YouTube, Japan）
- モデレーター
- 鈴木 秀（日本医療政策機構 シニアアソシエイト）
- 18:05-18:15 質疑応答

## 参加者（敬称略）

### <プレゼンテーション1>



**Jasmine Fardouly**

(シドニー大学 心理学部 講師)

Dr Jasmine Fardouly は、心理学部の上級講師であり、ソーシャルメディアの内容がユーザーの身体イメージに与える肯定的・否定的影響を調査する研究プログラムを主導。彼女は、個人、社会集団、ソーシャルメディア・インフルエンサー、政策的な取り組みへの介入を通じて、ユーザーの身体イメージに対するソーシャルメディアの影響を改善することを目的とした「シドニー・ホライズン・フェローシップ」という権威あるフェローシップを受けている。

### <プレゼンテーション2>



**竹内 和雄**

(兵庫県立大学 環境人間学部 教授)

兵庫県立大学環境人間学部 教授。1987 年から 20 年間寝屋川市立中学校教諭・生徒指導主事等教育現場で勤務。2007 年 4 月から寝屋川市教育委員会 指導主事。2012 年 4 月から兵庫県立大学 環境人間学部 准教授に就任し、2023 年 4 月より現職。2022 年 芦屋大学で博士（教育学）を取得。こども家庭庁 青少年インターネット環境の整備等に関する検討会委員などの、こども家庭庁や文部科学省や総務省の委員を歴任。

### <ラウンドテーブルディスカッション 参加者（順不同）>



**土肥 潤也**

(特定非営利活動法人 わかものまち代表理事)

1995 年、静岡県焼津市生まれ。早稲田大学院修士課程修了（社会科学）。NPO 法人わかものまち、一般社団法人トリナス、株式会社 C&Y パートナーズ代表。学生時代に静岡市でわかもののまちを立ち上げ、こども・若者の社会参画/意見反映に取り組む。こども家庭庁 こども家庭審議会基本政策部会委員、こどもの居場所部会委員、こども・若者参画及び意見反映専門委員会委員長など、多くの公職を担う。



**藤川 大祐**

(千葉大学 教育学部 教授)

千葉大学教育学部教授。専門は教育方法学、授業実践開発。1965 年東京生まれ。東京大学大学院教育学研究科博士課程単位取得退学。金城学院大学助教授などを経て、2010 年より現職。18 年より千葉大学教育学部付属中学校長を兼務。メディアリテラシー教育、キャリア教育、数学などの教材・授業づくり、いじめ・学級経営の研究を行う。



## 竹内 和雄

(兵庫県立大学 環境人間学部 教授)

兵庫県立大学環境人間学部 教授。博士（教育学）。1987年から20年間寝屋川市立中学校教諭・生徒指導主事等教育現場で勤務。2007年4月から寝屋川市教育委員会 指導主事。2012年4月から兵庫県立大学 環境人間学部 准教授に就任し、2023年4月より現職。2022年 芦屋大学で博士（教育学）を取得。こども家庭庁 青少年インターネット環境の整備等に関する検討会委員などのこども家庭庁や文部科学省、総務省の委員を歴任。



## Susan M Sawyer

(メルボルン大学 医学部 思春期保健分野 主任 兼 小児医学 教授)

Susan Sawyer 教授は、メルボルン大学の思春期保健学分野の主任、また、WHO の協力センターであるロイヤル・チルドレンズ病院の思春期保健センターのディレクターも務めている。さらに、マードック小児研究所では思春期保健に関する研究を主導している。2017年から2021年まで国際思春期保健学会の会長を務めた経歴があり、『The Lancet』においては思春期保健に関する2つのシリーズ、2016年の「思春期の健康とウェルビーイングに関するランセット委員会」と、最近公表された「第2回ランセット委員会」の共同リーダーを務めた。

彼女の活動は政策、研究、教育にわたり、世界規模の MOOC（大規模公開オンライン講座）や思春期保健分野の大学院プログラムの開発にも携わっている。多くの学術論文を発表しており、『The Lancet Child & Adolescent Health』を含む複数の学術誌で編集委員を務めている。



## Jasmine Fardouly

(シドニー大学 心理学部 講師)

Dr Jasmine Fardouly は、心理学部の上級講師であり、ソーシャルメディアの内容がユーザーの身体イメージに与える肯定的・否定的影響を調査する研究プログラムを主導。彼女は、個人、社会集団、ソーシャルメディア・インフルエンサー、政策的な取り組みへの介入を通じて、ユーザーの身体イメージに対するソーシャルメディアの影響を改善することを目的とした「シドニー・ライセン・フェローシップ」という権威あるフェローシップを受けている。



## 関西学院高等部 ICT 委員会メンバー

(日本のユース世代の当事者代表)

Information and Communication Technology (ICT) 機器の使用方法やネットリテラシーなど、先生から教わるものだけでなく、自分達で課題を見出し、共有し、改善に向け自制心をもって行動できる環境を皆で作り上げることを目標に活動。生徒と先生の架け橋となり、学校に関わるすべての人がより良い環境で賢く利用できるよう努めている。

### 主な活動

- ①高校の仲間、先生、保護者、小学生・中学生に ソーシャルメディア 講演会を実施。
- ②毎学期全校生で生活を見直すネットリテラシーに関する標語作成や動画作成。
- ③その他、警察との情報交換や他団体への講演・共同活動など



**Khoshab Ava**

(オーストラリアのユース世代の当事者代表)

Khoshab Ava 氏は、オーストラリア出身のユース代表であり、若者のメンタルヘルスおよびソーシャルメディアの影響に関する専門家です。



**片倉 陽子**

(グーグル合同会社 Head of Healthcare& Public Health YouTube, Japan)

<ラウンドテーブルディスカッション モデレーター>

**鈴木 秀**

(日本医療政策機構 シニアアソシエイト)



国立看護大学校にて看護師免許を取得。卒業後は、東京大学大学院地域看護学分野修士課程に進学し保健師免許を取得。修士課程を中退した後、静岡県に保健師として入職。保健所では、主に精神保健福祉分野で精神科救急医療体制整備や高次脳機能障害等の業務に従事した。また、保健所職員として伊豆山土砂災害避難所での活動や新型コロナウィルス感染症への対応も行った。

## プレゼンテーション 1.

### オーストラリアのソーシャルメディア規制について

#### ■ ソーシャルメディア年齢制限導入に至る背景

##### 国際的・国民の懸念の高まり

近年、国際的に研究者、保護者、教育者、臨床医間で、ソーシャルメディアが若者のメンタルヘルスおよびウェルビーイングに与える影響への懸念が高まっている。オーストラリアにおいても、2024年のネット安全コミッショナー（コミッショナー）<sup>1</sup>の報告書により、保護者の約95%がオンライン上の安全性に懸念を抱いていることが明らかとなった。このような背景を受け、政府は2024年5月、ソーシャルメディアが国民に与える影響を調査・検討するため、超党派の合同議会特別委員会を設置した。委員会は、6か月間にわたり調査を通じて政府に対し勧告を行う任務が与えられた。

##### 市民社会の働きかけ

同時に、News Corp（テレビ、ラジオ、新聞を含む事業を手掛ける大手メディア企業）は、「Let Them Be Kids」キャンペーンを開始した。また、「36 months」運動と呼ばれる草の根の市民運動も展開された。いずれも、ソーシャルメディアの利用年齢を16歳に引き上げることを主張していた。こうした主張は、半年間にわたるメディアキャンペーンを通じて広く発信され、12万7千人の署名が政府に提出された。さらに、2023年11月に実施された世論調査では、77%の国民が年齢制限に賛成していることが判明した。

##### 政治的合意形成

ソーシャルメディアの年齢制限措置に関し、政治家の間で超党派の支持が広がっていた。2州の州首相は、州レベルでの年齢制限引き上げを提案し、野党党首も次期政権での導入を支持する姿勢を示した。一方で、全会一致の支持ではなかった。140名以上の国内外の学者による公開書簡では、「年齢制限は単純すぎる措置であり、より包括的な規制が必要である」と主張された。また、人権団体も、この措置が情報へのアクセスなどの基本的権利を侵害する可能性があるとして批判した。また、若者本人の意見が政策形成に反映されていない点についても課題として指摘された。

2023年11月、合同議会特別委員会は12の勧告を含む報告書を発表したが、年齢制限の導入は含まれていなかった。しかし、国民の強い支持を背景に、首相は年齢制限の導入を決定し、11月21日に法案を提出。国民からの意見公募の機会もほとんど設けないまま迅速に可決された。一方で、本議論においては、単なる年齢制限にとどまらず、若者のスクリーンタイムを削減し、自然やスポーツなど屋外での活動を促すといった、より広い観点からの議論も多く見られた。

---

1 2015年児童オンライン安全強化法制定時に、同法に基づく権限を行使し、任務を行使するため児童ネット安全コミッショナー（Children's eSafety Commissioner）が新設され、安全強化法により、ネット安全コミッショナー（e-safety Commissioner）と名称が変更された。

## ■ ソーシャルメディア年齢制限について —規制概要・実施主体と技術的対応・想定される影響—

### 規制概要とスコープ

本年齢制限は、「2021年オンライン安全法（Online Safety Act）」の改正により導入された。目的は、16歳未満のオーストラリア人がソーシャルメディアのアカウントを保有・利用することを禁止することである。同法において、「年齢制限対象のソーシャルメディア・プラットフォーム」（以下 プラットフォーム）とは、ユーザー同士がコンテンツを投稿・共有し合える機能を持つものと定義されている。ただし、メッセージアプリ、オンラインゲーム、教育・医療サービスを主目的とするプラットフォーム、YouTubeは除外されている。この規制は、既にアカウントを保有している16歳未満の者にも適用され、該当者は16歳になるまで利用を制限される。

### 導入における実施主体と技術的対応

政府は、本規制の実施責任を保護者や若者本人ではなく、プラットフォームに課している。プラットフォームは「合理的な措置」を講じる義務を負い、違反した場合には最大5,000万豪ドルの罰金が科される。ただし、年齢確認に政府発行IDの提示を求めることは禁止されており、仮にIDを要求する場合には代替手段の提供が義務付けられている。また、年齢確認に使用したデータは、確認後に削除しなければならない。

こうした制度設計を支えるため、政府は2023年に年齢確認技術の試験運用を開始し、プライバシーと倫理的配慮を重視した技術の実用性を検証している。その試験結果に関する報告書は2025年半ばに公表される予定であり、プラットフォームに求められる「合理的な措置」の具体化に資する指針となる見込みである。本規制は2025年末までに施行され、施行後2年以内に制度の見直しが予定されている。

### 想定される影響

本規制の効果については依然として不透明であるものの、保護者が子どものソーシャルメディア利用を制限するための正当な根拠となり、社会全体の規範形成に寄与する可能性があるとされている。また、規制により、ネットいじめや性的被害、有害コンテンツへの接触の機会を減らす効果も期待されている。

一方で、ソーシャルメディアが提供する肯定的なコンテンツやコミュニティへのアクセスも同時に失われる可能性があり、特に社会的に疎外された若者グループにとって深刻な影響を及ぼす可能性がある。さらに、規制に違反してソーシャルメディアを利用している若者が否定的な経験をした場合、自己責任を恐れて大人に相談しづらくなるというリスクも指摘されている。

さらに、VPN等を用いた規制回避の可能性もあり、規制の実効性は不確かである。また、本規制はプラットフォーム内部のコンテンツ自体には対応しておらず、TikTokのように、アカウントがなくとも閲覧可能な有害コンテンツへの接触は避けられない点も指摘されている。

## ■ その他の政策提言

合同議会特別委員会は、EU や英国の制度、ならびにソーシャルメディアとメンタルヘルスに関する研究上の提言とも整合する形で、以下の勧告を示した。

1. デジタル・プラットフォームがオーストラリアの管轄下に入るよう法律を強化すること
2. リスク評価およびリスク緩和の観点から、プラットフォームに対して利用者のウェルビーイングを保護する「ケアの義務（Duty of Care）」を導入すること
3. 独立した研究者や公益団体のために、規制当局による監査を伴うプラットフォームデータへのアクセスを義務付けること
4. ユーザーが推奨アルゴリズムを含むパーソナライズ機能を自ら変更・リセット・無効化できるよう、プラットフォームにその対応を求めるこ
5. オーストラリア国民と子どもの個人情報の保護強化を含む、プライバシー法改正を優先的に進めること
6. 若者に影響を与えるいかなる規制も、若者の意見を取り入れて共同設計されるようにすること
7. ソーシャルメディアが健康に与える影響に関する政策立案のためのエビデンス基盤を構築する継続的な研究を支援すること
8. デジタル担当省（Digital Affairs Ministry）の主導により、デジタルリテラシーおよびオンライン上の安全に関する教育に対し資金を拠出すること
9. 政府に対し、年齢確認技術の試験運用の結果について議会に報告することを求めるこ
10. プラットフォームに対し、安全性を技術設計の初期段階から組み込むこと（プロアクティブ・プロテクション）を義務付けること。
11. ソーシャルメディア・プラットフォームに対し、不服申し立ての権利を含め、明確、公正、透明な苦情処理プロセスを求めるこ
12. コミッショナー事務所が、拡大する責任を果たすために十分な資金を確保すること。

- その他の関連する提言

### 1. Review of recommendations for social media and mental health:

Chhabra et al. (2025) Journal of Medical Internet Research. Available at:

<https://preprints.jmir.org/preprint/72061/accepted>

### 2. Recommendations for improving social media for body image and eating disorders:

Fardouly et al. (September 20, 2024). Available at: [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=4973962](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4973962)

## プレゼンテーション 2.

### 日本における子ども・若者のインターネット利用の現状と課題

竹内 和雄（兵庫県立大学 環境人間学部 教授）

#### ■ 日本の子ども・若者のインターネット・ソーシャルメディア利用の現状

近年、日本ではインターネットの利用開始年齢が著しく低年齢化している。政府調査によると、すでに0歳児の約11%が何らかの形でインターネットに触れており、その割合が過半数を超えるのは2歳の段階である。これはソーシャルメディアに限らず、YouTubeなどのコンテンツを保護者が子どもに見せるケースも含まれており、日本では子どものデジタル機器への接触が極めて早期に始まっている実態を示している。

こうした傾向の延長として、ソーシャルメディアの利用も年々低年齢化が進んでいる。例えば、小学校低学年でもすでに3割以上の子どもがソーシャルメディアを利用しており、中学生になるとその割合は96%に達する。特に、日本ではLINEの利用率が非常に高く、中学生の9割以上が日常的に活用している。加えて、TikTokやInstagramといった動画・画像中心のソーシャルメディアも、中学生の約半数が利用している。これらのデータは、ソーシャルメディアが特定年齢層に限られたものではなく、初等教育段階から既に子どもたちの生活に深く浸透していることを示している。

#### ■ 政策的・社会的背景

日本では、子どものインターネット利用を教育支援の一環として積極的に推進してきた。特に2019年以降、「GIGAスクール構想」の下、小学校1年生から1人1台の端末を配布し、授業で情報端末を活用する体制が整備されてきた。このように、インターネットは「制限すべきもの」ではなく、「積極的に活用すべきもの」として政策的に位置づけられ、すべての子どもが公平にデジタル機器にアクセスできる環境が構築されている。

子どものインターネット利用の普及には、こうした政策的背景に加え、社会構造の変化も大きく影響している。1990年代以降、日本では共働き世帯が急増し、家庭内に大人が不在となる時間が増加した。その結果、スマートフォンやインターネットは、子どもにとって重要な「居場所」や情報源としての役割を果たすようになっている。言い換れば、インターネットやスマートフォンの存在を前提とした子育てが当たり前となる時代に入ったと言える。

一方で、学校や家庭でのインターネットおよびデジタル機器の急速な普及に伴い、子どもを取り巻くさまざまなトラブルやリスクも顕在化しており、その対応が求められている。

#### ■ 子ども・若者のインターネット利用普及に伴う課題

近年、子ども・若者のインターネット利用が進むなかで、特に深刻な課題として懸念されているのが、小学校段階における暴力行為の増加である。文部科学省の調査では、小学校における暴力行為が急増しており、その背景の一つとして、オンラインゲームやチャットを介したトラブルの増加が指摘されている。たとえば、ゲーム内のボイスチャットでの口論が現実の学校生活に持ち込まれ、対立が激化するといった事例が報告されている。しかしながら、こうした問題に対応する教材や教育資源は十分に整備されていないのが現状である。現在、NHKなどと連携しながら、新たな教材の開発が模索されている段階である。

また、ソーシャルメディアやオンラインゲームを介した誹謗中傷の増加も課題として指摘されている。2006年から2020年にかけて、誹謗中傷などの被害を受けた経験があると回答した割合は、高校生で約1.5倍、中学生で約3.2倍、そして小学生では約16倍に増加している。特に懸念しそれていますのは、こうした被害が中高生に限らず、小学生にまで広がっている点である。

加えて、インターネットを通じた犯罪や詐欺へ巻き込まれる事例も深刻化している。いわゆる「闇バイト」<sup>2</sup>やオンラインカジノに関する被害事例が若年層においても報告されており、ソーシャルメディアを通じて悪意ある第三者と接点を持ち、犯罪に加担するリスクなどが指摘されている。

また、ソーシャルメディア上に投稿した軽率な行動が大きな社会問題へと発展するケースも見られている。たとえば、2023年には中高生が回転すしチェーン店で醤油差しを舐める動画を投稿し、その内容が拡散された結果、多額の損害賠償請求を受ける事態に発展した。このように、本人の意図とは異なる形で大きな社会的影響を引き起こすケースが増えており、子どもが「加害者」としてのみならず、「社会的制裁の対象」として巻き込まれるリスクも可視化されている。

### ■ 子ども・若者のインターネット利用に伴う課題に対する国の対応

日本では、子ども・若者のインターネット利用に伴う課題への対応として、ソーシャルメディアに関する対策の必要性は広く認識されているものの、具体的な対応方針についてはなお検討段階にある。現時点では、「制限・禁止」を優先すべきか、「利活用を進めながら子どもたちに使い方を考えさせること」を重視すべきかで意見が分かれしており、明確な方向性は示されていない。

また、現在論点となっているのが年齢認証の仕組みの整備であり、国の対策会議においても、子どもたちが制度をすり抜けることなく適切に保護される仕組みについて議論されている。マイナンバーカードを活用した年齢認証制度の導入可能性を含め、具体的な制度設計に向けた検討が進められている。

---

<sup>2</sup> 闇バイトとは、ソーシャルメディアなどで高収入をうたって募集される犯罪行為への加担を目的とした違法なアルバイトを指す。<https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/yamibaito/hanzaishaboshu.html>

## パネルディスカッション 概要

### はじめに

デジタル環境が急速に拡大する中で、子ども・若者の人権と尊厳の尊重は、あらゆる政策の出発点であるべきです。国際連合（国連）や各国の法制度においても、子どもは「保護されるべき存在」にとどまらず、「多様な権利を有する主体」として位置づけられています。

国連は 1989 年 11 月 20 日に「子どもの権利条約（児童の権利に関する条約）」を採択し、現在では約 196 か国が批准しています。子どもの権利条約は、こどもが「権利をもつ主体」であることを明確にしたうえで、様々な子どもの権利に共通する基本的な考え方を「4 つの原則」として示しています。「4 原則」の 1 つに、「子どもの意見の尊重」があります。この原則では、子どもが自らに関わるあらゆる事柄について自由に意見を表明することができること、そしてその意見が子どもの発達段階に応じて十分に考慮されるべきことが明記されています。

この考え方は、日本の基本法である「こども基本法」にも反映されています。同法第 11 条は、国および地方自治体に、子ども政策の策定・実施・評価に際し対象となる子どもや子育て当事者の意見を広く聴取し、政策に反映させること義務付けています。こうした理念を実現する具体的な取り組みとして、政府は「こども若者★いけんぷらす」などのオンラインプラットフォームを整備し、子どもたちがスマートフォンやインターネット利用に関する意見を自由に発信できる機会を提供しています。

オーストラリアにおいても、連邦政府が定めた子どもの保護に関する法律やガイドラインのもと、州・準州政府が実際の施策の実施責任を担っています。これらの制度を支える理念の一つとして、意思決定プロセスへの子ども・若者の実質的な参画が位置づけられており、関連法令においては、子どもに対する十分な情報提供、参画の機会の保障、その際に考慮すべき限界などが定められています。

このように、子ども・若者の意見表明は一つの権利であり、彼らに関係する制度や仕組みを構築する際には、その声が正当に聴き取られ、適切に反映される仕組みが不可欠です。さらに、子どもの保護に関する権利と、表現の自由、プライバシー、知る権利、遊ぶ権利との間で適切なバランスを取ることが求められます。本ラウンドテーブルディスカッションでは、こうした子どもの主体性や意見表明の権利の尊重を前提とし、ソーシャルメディアやインターネットに関する規制の在り方について多角的な議論を行いました。

## 1. 日豪のアプローチの比較とこれからに向けた検討

### —日本の若者の安全なインターネット利用環境整備のアプローチと、具体的取組事例の紹介—

#### ■ 日本の青少年のインターネット利用環境整備の取り組みの軌跡とプラットフォーム自主規制への期待

##### —子どもの権利の尊重と被害防止の両立に向けて—

日本はスマートフォンが普及する以前から、18歳未満の青少年による安全なインターネット利用環境の整備に取り組んできた。具体的に、2009年の「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律」の施行に伴い、政府は18歳未満の青少年の携帯電話利用に対するフィルタリングサービスの導入を推進した。この法律では、若者の「表現の自由」や「通信する権利」を尊重するため、民間が主体となってフィルタリングに取り組み、政府はフィルタリングの対象や水準に干渉せず、その取り組みを支援する方針がとられた。

さらに、ソーシャルメディアについては、民間団体である一般社団法人モバイルコンテンツ審査・運用監視機構（EMA: Content Evaluation and Monitoring Association）が、安全性が確認されたソーシャルメディアのみをフィルタリングの対象外とする仕組みを構築・導入し、子どもの権利の尊重と犯罪被害防止の両立に一定の成果を上げた。

しかし、スマートフォンの急速な普及により、青少年のインターネットサービスの利用はグローバルなプラットフォームへと移行した。その結果、EMAの認定を受けていないサービスが増加したことから従来の仕組みは機能しなくなり、EMAは2018年に解散。現在もフィルタリングの推進は継続されているが、グローバルプラットフォームの影響力の前に、その実効性は限定的である。

一方で、近年、代表的ソーシャルメディア・プラットフォームの1つであるInstagramがティーンアカウントを導入し、一部機能を制限することで、プラットフォーム自らが青少年保護に責任を持つ動きが見られるようになってきている。これはかつて日本が目指していた「子どもの権利を尊重し、民間が主体となってインターネット危害から子ども・若者の保護に取り組む」方向性とも一致するものである。こうした日本における制度構築の試行錯誤の経験は、今後グローバルな文脈でプラットフォーム責任のあり方を議論する上で、参考となる重要な知見である。

#### ■ 動画共有プラットフォームによる青少年のデジタルウェルビーイング支援の具体的取組事例と今後の展望

動画共有プラットフォームのYouTubeでは、子どもと若者のデジタル空間におけるウェルビーイングを最重要課題として位置づけており、子ども・若者のウェルビーイングとメンタルヘルスを守るために多角的な取組を展開している。特に、児童発達やメディア利用の専門家との緊密な連携のもと、①コンテンツの安全性向上、②デジタルウェルビーイングツールの改良、③メンタルヘルス支援体制の強化、④保護者との共同管理機能の整備の4つを柱に対応策を講じている。

具体的に、自己肯定感に悪影響を及ぼす可能性のあるコンテンツに対する推奨制限、休憩や就寝を促すリマインダー機能、自殺や摂食障害に関する検索時に信頼できる相談窓口を提示する機能など、青少年の心身の健やかな発達を支えるための設計が進められている。さらに、保護者と連携しながら利用状況を可視化・支援する仕組みも導入されており、家庭内での対話の促進と、責任あるメディア利用に向けた共同的な見守りが可能となっている。YouTubeは、これらの機能を通じて、動画共有プラットフォームとしての社会的責任を果たすとともに、子ども・若者のデジタル空間におけるウェルビーイングに資する取組を継続的に推進する姿勢を示している。

## —オーストラリアの子ども・若者へのメンタルヘルス関連支援の取組と、

### ソーシャルメディア年齢制限に対する子ども・若者の声—

#### ■ オーストラリアのメンタルヘルス関連支援の取組と、ソーシャルメディア年齢制限の位置づけ

オーストラリアでは過去20年間にわたり、子ども・若者のメンタルヘルス支援体制の整備が進められてきた。具体的には、学校教育を通じた精神的・社会的・感情的リテラシー（理解と知識）の促進や、地域社会での取り組みによる精神障害へのスティグマの軽減が含まれる。また、子ども・若者が必要な情報や支援にアクセスできるよう、オンライン上には相談・教育サービス、情報提供、当事者参画のためのプラットフォームなどが整備されている。

今回提案されているソーシャルメディアの年齢制限措置は、こうした包括的な支援体制の一環として位置づけられており、既存の教育的・医療的サービスへのアクセスを妨げるものではないことが前提とされている。

#### ■ ソーシャルメディア年齢制限法案可決の賛否

ソーシャルメディアの年齢制限法案の可決については、子どもの権利や規制がもたらす影響の観点から、賛否両論の声があげられている。

法案可決を支持する立場からは、ソーシャルメディア年齢制限の導入検討を契機として、これまで家庭内にとどまりがちだった保護者の懸念が、より公の場で議論されるようになった点が評価されている。また、子どもの権利条約における「年齢及び発達の程度に応じて、その意見が尊重され、その最善の利益が優先して考慮されること」の原則のもと、一定年齢以下の子ども・若者の利用を制限することは、権利の保障の一環として検討されるべきとの見解もある。

一方で、年齢制限を実効的に運用できるのかという点については、慎重な意見もある。特に、年齢認証（Age Verification）の措置が、子どもが有害なコンテンツへのアクセスを制限するかどうかについて、有効性が疑問視されている。オーストラリアのコミッショナーは数年前、18歳未満の子どもがオンラインポルノにアクセスすることを防ぐための年齢認証技術の有効性について調査を実施した。その結果、年齢認証は子どもの有害なコンテンツへのアクセスを制限する手段として効果的ではないという結論に至った。

このように、年齢制限には一定の正当性が認められる一方で、有効性のエビデンスが十分でない可能性が指摘されている。

#### ■ ソーシャルメディア年齢制限に対する子ども・若者の声

子ども・若者は、ソーシャルメディアに対する規制について、主に次の3つの観点から懸念を示している。それは、①実効性の限界、②能力開発への影響、③ソーシャルメディアの肯定的機能の喪失である。

まず、実効性の観点では、現代の子どもや若者にとって、ソーシャルメディアは生活の中に深く根付いており、規制を回避することができる点が指摘されている。仮に法的に年齢制限などを設けたとしても、VPNの使用など、規制を回避する手段が数多く存在しており、現実的な効果は限定的であると懸念されている。

次に能力開発への影響として、ソーシャルメディアの利用制限によって、利用を通じて若者が自然に身に附いている「情報の取捨選択力」や「批判的思考力」の発達の機会を奪われる可能性があるとの意見があげられている。さらに、ソーシャルメディアを通じて政治や社会問題への関心が深まった経験から、デジタル環境は若者の学びや社会参加の重要な入り口であるという指摘もある。

最後に、利点の喪失については、情報へのアクセス、同じ関心を持つ仲間とのつながり、自己表現の場としての役割など、ソーシャルメディアが果たす肯定的な機能までが、一律的な規制によって損なわれるリスクがあるという懸念が示された。

こうした観点から、若者からは、制度的な禁止措置を優先するのではなく、包括的なデジタル・シチズンシップ<sup>3</sup>教育の強化を求める声があげられている。特に思春期のように社会的欲求が高まる時期には、アクセス制限ではなく、「適切な自己管理能力」や「批判的思考」を育む教育環境の整備こそが、持続可能かつ実効的なアプローチであると考えられている。

## —ソーシャルメディア・インターネット利用の「リスクとメリット」の両立可能性とその実現にむけて—

### ■ 「子ども・若者の最善の利益」に資する、適切な子ども・若者のデジタル環境整備推進に必要な3つの視点

国連「子どもの権利条約」における基本原則のひとつに、「子どもに関するあらゆる取り決めに際しては、その子どもにとって最もよいこと（最善の利益）を第一に考慮すること」がある。ソーシャルメディアの利用に関する規制や関連施策も、子ども・若者にとっての「最善の利益」を中心に据え、「知る権利」「遊ぶ権利」「表現の自由」などの諸権利を最大限に尊重しながら設計されるべきである。こうした制度設計・環境整備を進めるうえで、以下の3つの視点が不可欠である。

#### ① エビデンスの構築と活用

現在、子ども・若者のソーシャルメディア利用がメンタルヘルス等に及ぼす影響に関して、多くの横断的研究は存在するものの、因果関係を明確に示す縦断的研究は限られているのが現状である。今後は、政策決定や規制の根拠として適切かつ質の高いエビデンスを構築するために、優先すべき研究課題を明確にし、戦略的に研究を推進することが求められる。

#### ② 子ども・若者を中心据えた、多様なステークホルダーの対話と意思決定

「はじめに」で述べたように、子どもの意見の尊重は、子どもの権利条約の4つの原則の1つである。また、ソーシャルメディアの利点とリスクの両面を実際に体験しているのは、現在育っている世代の子ども・若者である。そのため、ソーシャルメディアの利用に関する規制や施策を設計・実施するにあたっては、「何をすべきか」「何ができるか」といった重要な問い合わせに対し、子ども・若者の声を中心据えることが不可欠である。加えて、保護者や教育・医療関係者、研究者、行政、そしてプラットフォーム事業者を含む企業など、関係する多様なステークホルダーの議論を通じて共に意思決定を行うことが求められる。このような包摂的なプロセスが、制度の正当性と実効性を高めるうえで重要である。

#### ③ 強靭な評価枠組みの整備と十分な資金提供

規制や施策の導入にあたっては、技術的手法の実現可能性や社会的影響（効果・副作用・経済的影響）について事前に十分な検証が行われた上でおこなわれるべきである。たとえばオーストラリアでは、16歳未満のソーシャルメディア利用を制限する法制度の導入が世界で初めて検討されており、年齢認証など、技術的な検証が進められている。コミッショナーのような評価体制が構築されている一方で、多様な導入手法の効果や影響を比較・検証するために必要な資金の不足が課題として指摘されている。こうした事例から明らかなように、制度導入の過程において複数のアプローチを柔軟に検証できるよう、十分な予算措置と持続的な評価体制の整備が不可欠である。

<sup>3</sup> デジタル技術の利用を通じて、社会に積極的に関与し、参加する能力のこと。（欧州評議会、2020）

このように、「子ども・若者の最善の利益」に資する制度設計と環境整備のためには、意思決定に必要な質の高いエビデンス、議論への子どもと若者中心の多様なステークホルダーの参画、継続的な評価と資金提供という3つの視点が不可欠である。これらを統合したアプローチにより、子どもの権利を最大限に尊重しつつ、リスクとメリットの両立を可能とする、子ども・若者ソーシャルメディア利用に関する規制や施策の実現が期待される。

### ■ 子ども・若者の多様性に応じた柔軟な制度設計の重要性

子ども・若者のソーシャルメディア・インターネット利用に関する政策を検討するにあたり、年齢、性別、ならびに社会的に脆弱な立場にあるグループへの影響を十分に考慮する必要がある。

例えば、16歳や18歳、21歳の若者にとって有効な対応が、6歳、8歳、10歳の子どもにも同様に適しているとは限らない。年齢に応じた発達段階を踏まえた配慮が求められ、一律的な規制ではなく、段階的かつ柔軟な制度設計が不可欠である。

また、性別による影響の違いにも注意が必要である。複数の研究により、ソーシャルメディアやデジタルデバイスの利用が性別によって異なる影響をもたらすことが示されている<sup>45</sup>。例えば、イギリスの縦断的コホート研究では、ソーシャルメディアの悪影響をもっとも強く受けているのは、10～12歳の女子であると報告されている<sup>6</sup>。オーストラリアで現在進行している研究でも、同様の傾向が確認されており、この年齢層の女子がメンタルヘルス面で特に高いリスクを抱えていることが示されている。一方でネットゲームの文脈では、日本の若者を対象とした調査において、ネットゲームへの熱中によるネガティブな経験（学業、社会的交流、生活習慣など）は、全体的に男性に多くみられることが明らかになっている<sup>7</sup>。

さらに、LGBTQI+の若者や、遠隔地・地方に住む若者など、社会的に孤立しやすい層に対する政策の影響も考慮する必要がある。これらの若者にとって、ソーシャルメディアは重要な情報源であり、支援の手段でもある。オンラインでは得にくい情報やつながりにアクセスできることが、彼らの安全やウェルビーイングの確保にとって極めて重要であることを留意して、ソーシャルメディア利用における政策を議論する必要がある。

このように、子ども・若者を対象としたソーシャルメディア利用に関する政策には、多様な背景やニーズに応じた、柔軟な制度設計が求められる。

<sup>4</sup> Svensson, R., Johnson, B. & Olsson, A. Does gender matter? The association between different digital media activities and adolescent well-being. *BMC Public Health* 22, 273 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12670-7>

<sup>5</sup> Twenge, J. M., & Martin, G. N. (2020). Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of adolescence*, 79, 91–102. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.018>

<sup>6</sup> Orben, A., Przybylski, A.K., Blakemore, S.J. et al. Windows of developmental sensitivity to social media. *Nat Commun* 13, 1649 (2022). <https://doi.org/10.1038/s41467-022-29296-3>

<sup>7</sup> 橋元良明・大野志郎・天野美穂子（2020）『ネットゲーム依存者の実態と脱却要因』情報メディア研究 第36巻第4号、pp.155–196.

## 2. 医療・教育現場のソーシャルメディアの精神的影響への対応とマルチセクター連携

### ■ 子ども・若者の意見表明を推進するための、教育機会提供の必要性—日本での取組事例—

国際的な条約、各国の法制度や施策を通じて、子ども・若者の意思表明を推進する環境は着実に整えられつつある。しかし、真に意味のある意見表明を実現するためには、形式的な参加にとどまらず、当事者自身が議論を深め、自らの意見を形成・発信する力を育む教育の提供が不可欠である。

その具体的な実践の一例が、ディベート教育である。日本では、全国教室ディベート連盟<sup>8</sup>が、ディベートの技術や考え方を学校教育に普及させることを目的として、ディベート教材や指導法の開発、ディベート講習会の開催などの活動を行っている。賛否両論の立場から議論するディベート教育を導入することで、子どもたちは社会課題を多角的に理解し、自らの立場を主体的に構築・表現する力を養うことが期待されている。こうした議論文化の醸成は、子ども・若者が、政策形成に意義のある形で参画をし、その声を政策に反映させる上で、重要な基盤となると考えられる。

## まとめ

### —ソーシャルメディア・インターネット利用の「リスクとメリット」の両立可能性とその実現にむけて—

子ども・若者のソーシャルメディアやインターネット利用に関する政策設計においては、「子どもの最善の利益」を第一に考えるという子どもの権利条約の理念に基づき、有害なコンテンツや依存のリスクから守ることと、情報へのアクセスや自己表現、社会参加といった利点を活かすことの両立が重要な課題となっている。

そのためには、①科学的根拠に基づいた政策判断（エビデンスの構築と活用）、②子ども・若者の声を中心とした多様なステークホルダーとの協働、③継続的な施策の評価体制と十分な資金支援の確保が不可欠である。また、年齢や性別、社会的背景などの多様性を踏まえた柔軟な制度設計に加え、教育・医療・家庭・企業などのマルチセクターによる連携を通じて、リテラシー教育や早期支援の仕組みを強化することが求められる。医療・教育現場・家庭においても、依存傾向や精神的影響への理解を深め、支援が必要な子どもを早期に発見・対応できる体制を整備することで、持続的かつ実効的な子ども・若者の保護と育成を支援していくことが期待される。

<sup>8</sup> <https://nade.jp/about/>

## 日本医療政策機構について

日本医療政策機構（HGPI: Health and Global Policy Institute）は、2004 年に設立された非営利、独立、超党派の民間の医療政策シンクタンクです。市民主体の医療政策を実現すべく、中立的なシンクタンクとして、幅広いステークホルダーを結集し、社会に政策の選択肢を提供してまいります。特定の政党、団体の立場にとらわれず、独立性を堅持し、フェアで健やかな社会を実現するために、将来を見据えた幅広い観点から、新しいアイデアや価値観を提供します。日本国内はもとより、世界に向けても有効な医療政策の選択肢を提示し、地球規模の健康・医療課題を解決すべく、これからも皆様とともに活動してまいります。当機構の活動は国際的にも評価されており、米国ペンシルベニア大学のローダー・インスティテュート発表の「世界のシンクタンクランキング報告書」における「国内医療政策」部門で世界 2 位、「国際保健政策」部門で世界 3 位に選出されています（2021 年 1 月時点（最新データ））。

## 謝辞

本報告書は、日本医療政策機構 メンタルヘルスプロジェクトの一環として「日豪オンラインラウンドテーブルディスカッション『こども・若者のメンタルヘルスへのソーシャルメディアの影響と、ソーシャルメディアの社会での活用の在り方』」での議論をもとに作成いたしました。本会合にご登壇いただいた皆様に、深く御礼申し上げます。

## 本報告書の独立性について

本提言書は、ラウンドテーブルディスカッションでの議論をもとに、独立した医療政策シンクタンクとして日本医療政策機構が取りまとめたものであり、専門家や登壇者等の関係者、および関係者が所属する団体の見解を示すものではありません。

## **日本医療政策機構 寄附・助成の受領に関する指針**

日本医療政策機構は、非営利・独立・超党派の民間シンクタンクとして、寄附・助成の受領に関する下記の指針に則り活動しています。

### **1. ミッションへの賛同**

当機構は「市民主体の医療政策を実現すべく、独立したシンクタンクとして、幅広いステークホルダーを結集し、社会に政策の選択肢を提供すること」をミッションとしています。当機構の活動は、このミッションに賛同していただける団体・個人からのご支援で支えられています。

### **2. 政治的独立性**

当機構は、政府から独立した民間の非営利活動法人です。また当機構は、政党その他、政治活動を主目的とする団体からはご支援をいただけません。

### **3. 事業の計画・実施の独立性**

当機構は、多様な関係者から幅広い意見を収集した上で、事業の方向性や内容を独自に決定します。ご支援者の意見を求めることがあります、それらのご意見を活動に反映するか否かは、当機構が主体的に判断します。

### **4. 資金源の多様性**

当機構は、独立性を担保すべく、事業運営に必要な資金を、多様な財団、企業、個人等から幅広く調達します。また、各部門ないし個別事業の活動のための資金を、複数の提供元から調達することを原則とします。

### **5. 販売促進活動等の排除**

当機構は、ご支援者の製品・サービス等の販売促進、または認知度やイメージの向上を主目的とする活動は行いません。

### **6. 書面による同意**

以上を遵守するため、当機構は、ご支援いただく団体には、上記の趣旨に書面をもってご同意いただきます。

### **メンタルヘルスプロジェクト メンバー**

鈴木秀（日本医療政策機構 シニアアソシエイト）

渡部 大地（日本医療政策機構 シニアアソシエイト）

佐藤ひかる（日本医療政策機構 アソシエイト）

山下織江（日本医療政策機構 アソシエイト）

フェイバー・オミレケ（日本医療政策機構 プログラムスペシャリスト）

乗竹亮治（日本医療政策機構 代表理事・事務局長）

### **特定非営利活動法人 日本医療政策機構**

〒100-0004

東京都千代田区大手町 1-9-2

大手町フィナンシャルシティ グランキューブ 3 階

グローバルビジネスハブ東京

TEL: 03-4243-7156 FAX: 03-4243-7378

Email: [info@hgpi.org](mailto:info@hgpi.org)

Website: <https://www.hgpi.org>

