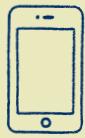


メディアと暮らす わたしたちの声

子どもたちに聞いたメディアのかたち

ほうじん ピースーズ
NPO法人PIECES





メディアに囲まれたわたしたちが 心地よく暮らしていくために

今日も明日も大丈夫、と感じられること。自分の声を大切に聞いてもらえること。いろいろな気持ちを感じること。これらは全部、あなたの権利です。

どんな子どもでも、生まれながらに「権利」を持っています。子どもの権利は、「ウェルビーイング」と深く関わっています。ウェルビーイングとは、その人の体や心、周りの人や社会との関わりなどが、その人に合ったかたちでちょうどいい感じになっていることです。ウェルビーイングは、時期や年代、周りの人との関係などによっても変化します。

最近の調査で、子どものウェルビーイングには「メディア」が関わっていることがわかつてきました。メディアとは、インターネットやテレビ、本や広告など、身の回りにある情報(言葉や映像など)を表示するもののことです。メディアの情報を目にすると、人は楽しくなったり、悲しくなったり、いろいろな気持ちになります。

そこでわたしたちは、子どもの権利とウェルビーイングを大切にするために、みなさんがメディアについてどう感じているかを調査しました。

「メディア」ってどう思う? みんなの声を見てみよう

みんなの周りには、どんな言葉がありますか?

どんな映像が見えていますか?

インターネット上のやり取りやテレビ番組、

本や広告、そのほか、たくさんの情報が、

みんなの目の中に飛び込んできます。

そんな「メディア」を見て、あなたは何を感じていますか?

たの楽しくて夢中になる人もいれば、

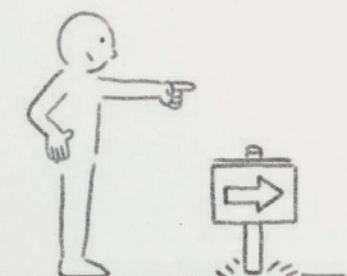
見たくない感じたり、いやな思いをしたりする人もいるでしょう。

みんながどんな気持ちでメディアを見ているのか、

みんなの声を聞かせてもらいました。

集まつたたくさんの声をながめながら、

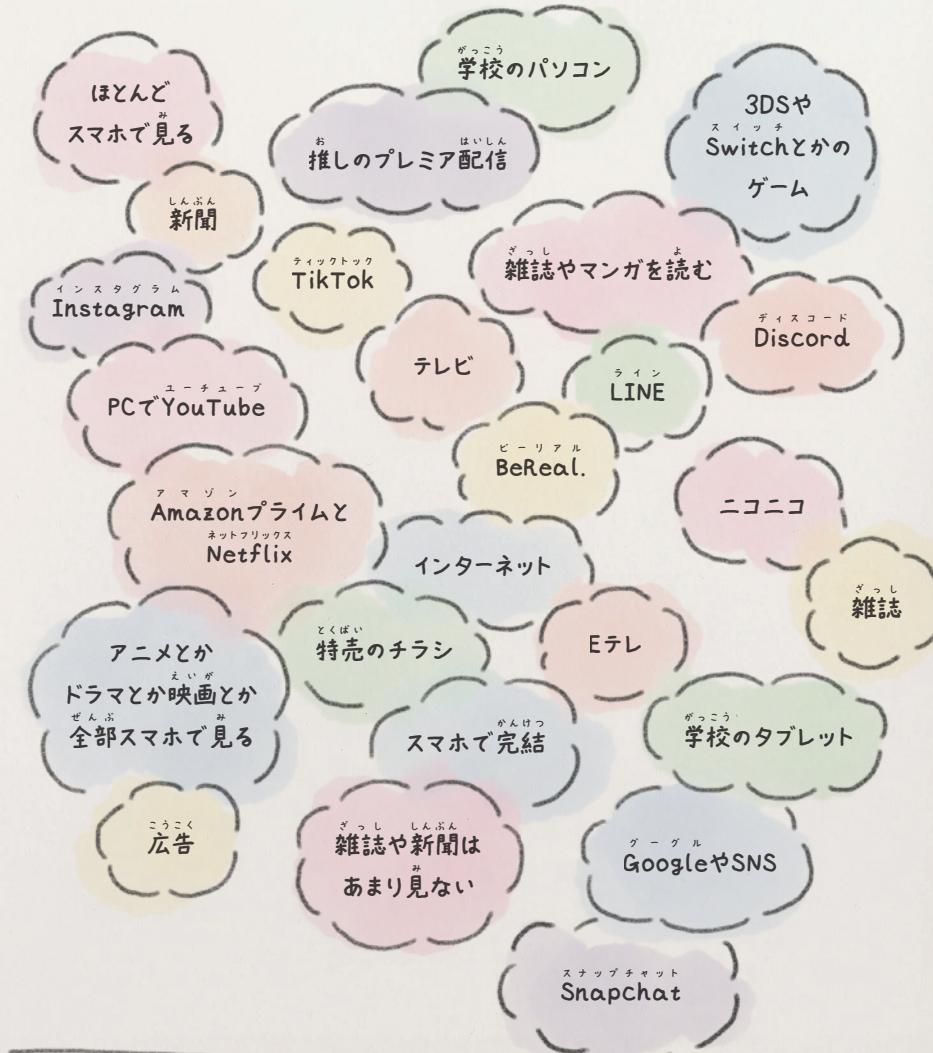
いっしょに散歩してみましょう。



※小学2年生から高校3年生までの65名のみなさんに、オンラインおよび対面でインタビューを実施しました。ここに掲載されている声は一部を抜粋したものです。そのほかの声はこちらで見ることができます。

<https://www.pieces.tokyo/s/media-interview2024.pdf>



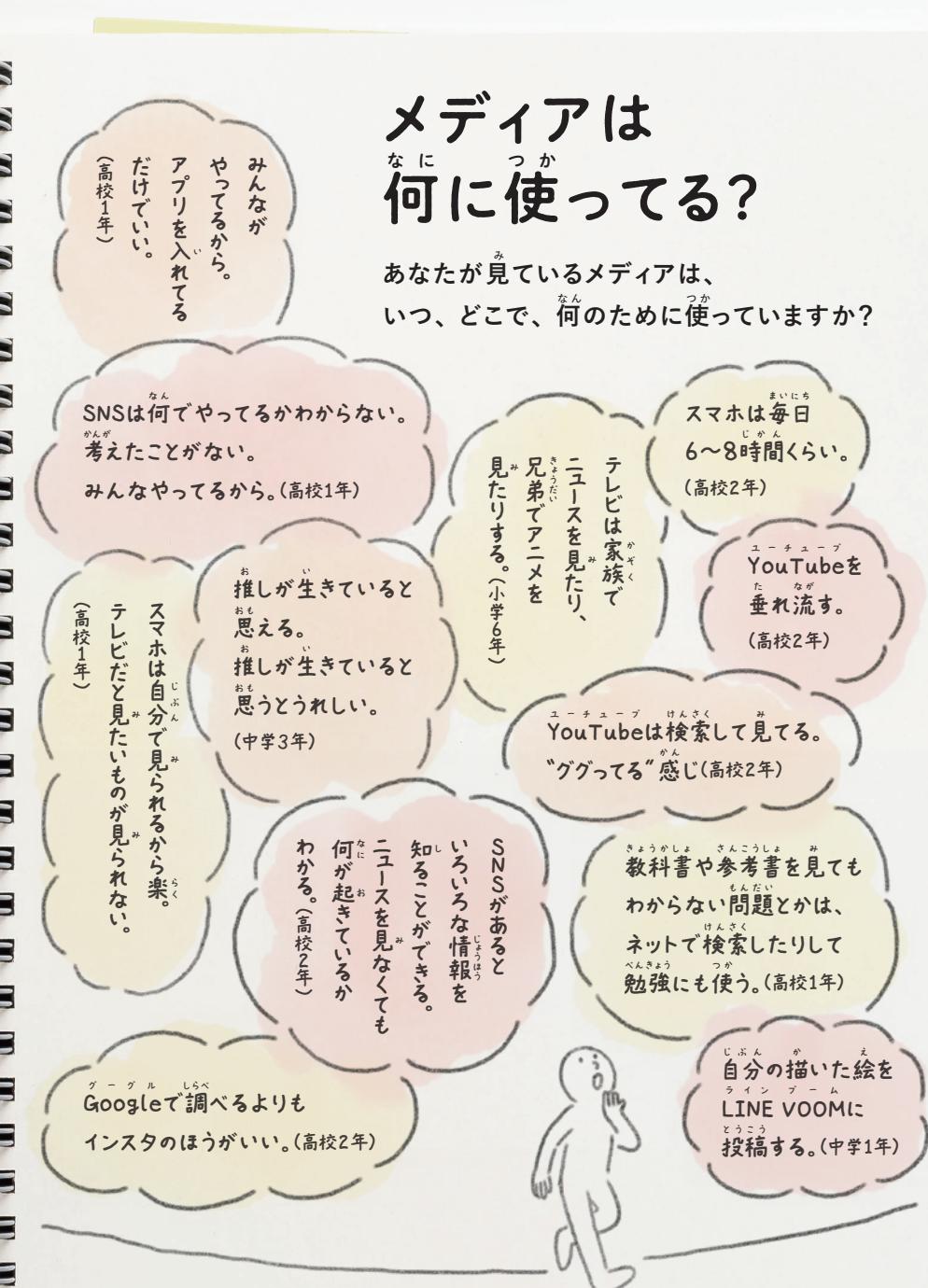


あなたにとって
メディアとは何?

テレビやスマホ、屋外の広告など、
みなさんが普段、目についているメディアとは何でしょうか?

メディアは 何に使ってる?

あなたが見ているメディアは、
いつ、どこで、何のために使っていますか?



メディアを利用して 心地いいことは?



えいぞう おんがく じょう と
映像や音楽、ネット上のやり取りなど、
ふ き も
メディアに触れていてうれしい気持ちになること、
やく た
役に立つことはありますか？

部屋の中でも街の中でも使える。
持ち歩けるのがいい。(高校1年)

テストや人間関係
にんげんかんけい
たいへん
大変なので、
テレビやスマホを
見てると安心する。
（中学1年）

ネットを見ると
いろいろな話題があって
飽きない。
見てるだけで面白い。(中学2年)



ティックトック
インスタとかTikTokで
「彼女にあげたいもの」と
調べれば、みんながあげてるものが
出てきて参考になる。(高校2年)

す おんがく き
好きな音楽を聴いていると
ここら あんてい
心が安定する。(中学3年)

見る。(高校2年)
み
いいから

こうりやくじょうほう
ゲームの攻略情報が
はや
どこよりも早い。(中学3年)

(高校1年)

ネットだと
こうりつ
効率がいい。(高校1年)

ネットだと欲しい情報を
調べたいことだけ、すぐ調べられる。
教科書とかで調べると、
必要な部分だけじゃなくて、
全部読まないとわからん。(高校1年)

役に立つと「うより、
「うん」「へー」「で
思おもうことがある。(高校1年)

（高校2年）

修学旅行の行き先を考えたりするとき、
検索サイトより
インスタのほうが使える

ライ
スマホやLINEは
あんしんとも
安心する。友だちと
やり取りしているとき。

うさぎくつづき
創作活動をしているので、
ユーチューブでいろいろな音楽を
おんがく
YouTubeでいろいろな音楽を
き
聴いてインスピレーションを
え
得られる。(中学3年)

ほん
本やマンガは
つづ
続きがきになる。(小学5年)

メディアに触れていて イヤなことは?

スマホやテレビから流れてくる映像、
SNSに書かれている言葉、コンビニの中など、
メディアを目にして嫌な気持ちになることはありますか?

自分の顔が写ってるのはイヤ。
全世界にまかれるから。
何かいろいろされると困る。
(高校2年)

友だちのSNSの
投稿に知らない間に
映ってたらやだなと思う。
BeReal.とか、
みんな急にやるので。
(高校1年)

ネット上には古い情報が混じってる。
サイトによっては
更新日が書いてなくて、
一つの情報がわからんない。
(高校1年)

(高校2年)

CMは全部キライ。
時間を盗まれる。
(小学2年)

広告は操作できなから理不尽。
出できたときに親に見られて
「ちょっと何調べてるの?」と言われる。
(小学2年)

(小学2年)

LINEグループでは、
何言ってもバレない雰囲気があって、
グループに招待したり、
強制退会させたりで荒れた。
(中学1年)

Xでは人の不幸や暗い話とか
あまりよくない情報が流れてくる。(高校1年)

スマホは時間制限されると
使いたくなるけど、
いつも使えるようになったら
飽きて、別のことやりたくなって、
精神的に楽、かな。(中学3年)

(小学2年)

ゲームで
目的が達成できないと
イライラする。
イライラする。

(中学3年)

残酷な切り抜き動画を見て
うつになることがある。
TikTokで見ちゃう。(中学2年)



ゲームをやっていると
おきりよく終われない。(小学5年)

(高校2年)

おきりよく終われない。(小学5年)

やらなければならぬ
ことがあるのに、
特に対策もしてない。
スマホばかり
見ちゃうことはある。

(中学2年)

位置情報を友だち同士で
共有できるアプリとか、
そこまで干渉されたくない。
(高校1年)

(高校1年)

不倫報道とか
そういう系は控えてほしい。
見て楽しいものを作つてほしい。

テレビやYouTubeで
汚い言葉や下品なことを
言わないでほしい。(小学5年)

(高校1年)

そういうことは
やめてほしい。

広告はめっちゃいやだ。
広告の時間が長くなつたし、
いかがわしいヤツも多い。
明らかに詐欺のものも。

(中学1年)

書いたり放送したりすることが
正確なのかちゃんと調べてほしい。
(小学6年)

年齢制限や
「ご注意ください」などの
注意書きがあるといい。
(小学6年)

一つの情報に
書くみたいな、
偏ったことばかり
とらわれて、

テレビに出てる人が
決まっていてイヤだ。

(小学2年)

誹謗中傷はやめてほしい。
みんなが仲良くなるみたいな
メディアがあるといい。(小学6年)

(中学2年)

テレビで
3日も続くと、うつ。
熱愛報道とか

メディアを作っている オトナに言いたいこと

普段よく見ているメディアを作っている大人の人たちに、
伝えたいことはありますか？

かいがい ちょうさ 海外の調査では……

海外では、メディアが子どもたちにどう作用しているか、さまざまな調査が行われています。その結果からは、特に(Instagram/TikTok/Youtube/Xといった)ソーシャルメディアによる心の動きが大きいことがわかっています。

SNSなどのソーシャルメディアを通じて、新しい世界が開けたり、新しく学びたいことに出会える一方で、インターネットにつながったスマホやタブレットが使えるかどうかで経験できることが変わってしまうという「不平等な差」も生まれています。

そのような現実を考えて、海外に本部を置く国際機関では、メディアを作る人がそれを見る子どもたちの気持ちを考え、子どもの権利を大切にしたコンテンツを作ることが大切だと伝えています。また、良くなじゅうよういメディアから子どもたちを守っていくことも重要なとしています。

○ ソーシャルメディアの良いところ・良くないところ X

悩みの相談などをオンラインで
できるといった手軽さがあるよ。

知らないうちに誰かを差別したり、
傷つける表現や考え方が当たり前に
なってしまう可能性があるかも……。

自分の暮らす地域や
社会の活動などに
参加しやすくなることも。

ほかの人と比べてしまい、
自分に自信をなくしたり、
不安になったりすることがあるみたい。

適切なインターネットの利用は、
心にとつてもよい結果があると言われているよ。

小さい子たちは、現実とそうでないことを
区別できないことがあるそうだよ。

読んでくれたみなさんへ



読んでくださってありがとうございます。
大切な声を教えてくださったみなさん、読んでくださったみなさん、
そしてまだ出会えていないみなさんの、すべての声を大切にしていきた
いと思っています。また聞けていない声もたくさんあります。ひとつひ
とつの声を大切にしながら、子どもの権利とウェルビーイングを守るた
めのメディアのガイドラインを、みなさんといっしょに作っていきたい
と思います。

読んでいて思うことやモヤモヤすることがあったときは…

- 作った人に聞く info@pieces.tokyo
- 国の窓口に相談してみる <https://www.notalone-caago.jp/under18/>
- 自分の心地よい時間を大切にしてみる
例: 深呼吸する、推しに元気をもらう、など



発行: 2025年3月1日

実施主体: 特定非営利活動法人PIECES

実施委託先: 一般社団法人Everything

問い合わせ: info@pieces.tokyo

デザイン
楯 まさみ (Side)

編集
矢野裕彦 (TEXTEDIT)

制作チーム
小澤いぶき、菊池杏奈、中村千鶴、西崎 萌、矢部杏奈

協力
児玉 遥
渡邊淳司 (NTT コミュニケーション科学基礎研究所)
インタビューに答えてくれた子どものみなさん
※インタビューに際しては9団体の皆さんにご協力いただきました

©2025 PIECES
本調査およびレポート制作は、日本財団の助成を受け実施しています。