

令和5年度文部科学省委託事業 体験活動等を通じた青少年自立支援プロジェクト
「DJTプロジェクト～はじめようリアル体験」 *DJT：デジタルと上手につきあう（公益財団法人横浜YMCA）

試行・検証等のテーマ

ゲーム・スマホ・インターネットなどデジタル機器と上手につき合うためにも、依存症のメカニズムを正しく理解し、予防方法の1つとして、自然体験や野外活動等のリアル体験の重要性を周知させ意識や行動の変容を検証する。

背景・課題

子どもの体験活動の場や機会が減少傾向の中、2020年からCovid19の影響により行事や宿泊活動などの中止が相次ぎ、体験活動の減少に拍車がかかった。
この間、子どもたちは自宅で過ごす時間が増え、ゲームやスマホ、インターネットなどのデジタル機器を使う機会が加速的に増え、2021年度子どものインターネットの利用時間（平日1日あたり）は、約4時間24分で前年度より約1時間増加した。
社会課題となっているゲーム依存の予防のためにも青年期の体験活動は重要であり、子どもたちを取り巻く大人（保護者・教育関係者等）への啓発が課題となっている。

事業のねらい

【フォーラム】

デジタル依存に関する正しい知識とその予防方法を保護者に伝える事で、リアル体験活動の重要性を認識し、意識と行動の変容に繋げる。

【キャンペーン】

家族で参加できるリアル体験の場として、ファミリーデイキャンプを実施し、保護者が子どもと共に体験活動の楽しさを感じる。

事業内容

【DJTフォーラム】

名 称：デジタルと上手につきあう DJTフォーラム～はじめようリアル体験
日 程：2023年9月3日（土）10:00-12:00
場 所：横浜北YMCA（ハイブリッド開催）
参加者43名（アーカイブ申込294名／視聴回数524回）

【DJTキャンペーン】

名 称：三浦ファミリーキャンプ
日 程：2024年1月28日（土）10:00-15:00
場 所：三浦YMCAグローバル・エコ・ヴィレッジ 参加者18家族（54名）
内 容：キャンプゲーム、クラフト（焼き板）、自然体験

【実行委員会】

委員長：笹田 哲（神奈川県立保健福祉大学リハビリテーション学科）
委 員：三原聡子（国立病院機構久里浜医療センターインターネット治療部門）
森 昭恵（富山県リハビリテーション病院・こども支援センター）
吉永貴弘/田沼美穂（公益財団法人横浜YMCA）
事務局：太田 聡（公益財団法人横浜YMCA）



成果

フォーラムでは、3名の専門家から「依存症の基本的理解」、「健康への意識向上につながるメンテナンス体操」、「デジタルに依存する背景にある子どもの状況」などの講義を実施。フォーラム終了後のアンケートでは、「デジタル依存を遠ざける方法の1つとしてリアル体験が重要である」と90%が回答した。

キャンペーンには、フォーラム受講の18家族54名が参加し、焼き板、キャンプゲーム等を体験した。アンケートでは、「子どもの成長には、自然体験やリアル体験が重要であると思いますか」に全員が「はい」と回答した。

フォーラムからキャンペーンに参加した保護者の声を参考に、保護者目線で表現したデジタルマンガを作成し、今回のプロジェクトの周知を図る。

今後の展開

フォーラムには、当日参加43名、アーカイブ申込294名と関心の高さがうかがえた。90%が満足していると回答し、異なった分野の専門家からの臨床をベースにした具体的な話が聞けて良かったという感想もあり、同様のスタイルでの継続の意義を感じている。

フォーラムには12の都道府県からオンラインでの参加があった。キャンペーンは神奈川県内での実施のため、他の県から参加した方を含めて行動変容（体験活動に繋がった）がどれだけあったかは分からない。今後は、アンケートへの協力についても、回収率を上げるための仕掛け（特典付き）を検討するなどしていきたい。