

# こども × マナブ



川島 隆太  
③ん太

## スマホは「必要な時」にだけ

—ネットやSNS（交流サイト）上で過激なやりとりが目立ち、問題にもなっています。

学習機能を持った生成AI（人工知能）が「人間は過激な文言に飛びつくから、記事が注目されやすくなる」ことを学んでしまいました。皆さんは、自分たちで情報を選んで拡散したり、炎上が起きたりしていると勘違いしていま

す。実際は過激な情報が目にとまるよう、AIが裏側で働いています。

—この10年で子どもたちを取り巻く生活環境の変化をどう感じますか。

特にデジタル機器の浸透による「孤立化」は深刻です。スマホがあって、いつでも友人や家族とつながっているように感じるかも知れません。例えば家族で食卓を囲んでいても、親も子もスマホを気にしてソワソワしては共通の会話も生まれません。

—読者に伝えたいことは。

皆さんに一度立ち止まって考えてみてほしいのは「デジタル化で幸せになったか？」という点です。「スマホがないと生活できない」とはよく聞くフレーズですが、本当でしょうか。そこに気付いたのが米国の「GAF A（ガーファ）」と呼ばれる巨大IT企業などです。自分たちで開発しておきながら社員にはリモート勤務でなく出社を奨励し、社員の子どもにはパソコンを持たせない企業があるのは有名です。

—どうすればよいのでしょうか。

「必要な時に使う」だけなら脳に影響がないというデータもあります。逆に言えば「目的がないのになんともく触らない」ことです。特に、自分の意思で制御できない発達期の子どもを守るため、親が注意する必要があります。子どものSNS利用を禁じたオーストラリアのように社会全体で見つめ直す機会も必要です。

かわしま・りゅうた 東北大加齢医学研究所教授。「脳トレ」ゲームの監修者としても知られる脳機能開発研究の第一人者。