

アテンション・エコノミーがもたらす社会的分断と解決に向けた「情報的健康」

鳥海 不二夫 | 東京大学大学院工学系研究科 教授

要約

本稿では、アテンション・エコノミーが形成する現代の情報空間が社会的分断を生み出す構造を整理し、その対抗概念としての「情報的健康」を紹介する。現在の情報空間では、人々の注意（アテンション）が希少な資源として扱われ、プラットフォームはユーザーのアテンションを引く情報を優先的に提示する。その結果、多様な情報への接触機会が減少することで、異なる立場への理解が困難となり、社会的分断が深刻化している。こうした問題を情報環境の構造的課題として捉え、個人が多様な情報にアクセスし、自律的に情報環境を選択・調整できる情報環境を整えることを「情報的健康」と定義する。情報空間に関するリテラシー教育、情報のメタ情報可視化、情報摂取傾向を診断する「情報ドック」の導入という三つの方策を提示し、個人の自律性と表現の自由を尊重しながら、社会的分断の緩和と健全な言論空間の実現に向けた方向性を論じる。

1. 序論

現在の情報空間では、2000年代に始まったweb2.0の流れによって情報の受発信の民主化が実現している。人々の情報へのアクセスが容易になっただけでなく、誰もが情報の受け手であると同時に、発信者・編集者・拡散者ともなりうる環境が整備された。

その結果、我々の社会に流通する情報量は年々指数関数的に増加しており、2025年には日本国内だけで1日当たり13テラバイトの情報がインターネット上で流通している（図表1）。これらの情報はニュースの閲覧や情報の取得だけでなく、買い物、コミュニケーション、政治的意見の形成に至っており、私たちの日常生活は情報空間と切り離せないものとなっている。

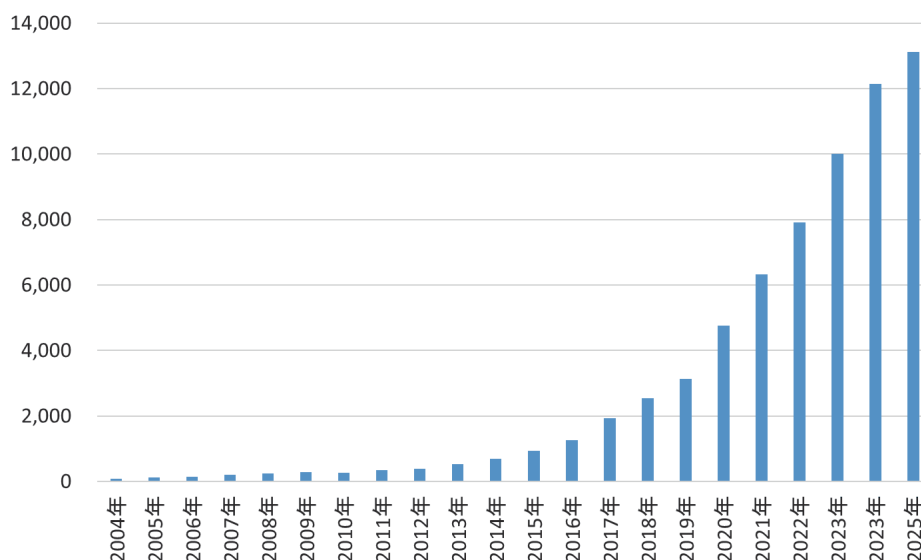
このような現代情報空間はインターネット以前の、情報発信をマスメディアが担っていた時代とは大きく異なってきたといえよう。



鳥海 不二夫

2004年東京工業大学大学院理工学研究科機械制御システム工学専攻博士課程修了（博士（工学））、同年名古屋大学情報科学研究科助手、2012年東京大学大学院工学系研究科准教授、2021年同教授。計算社会科学、人工知能技術の社会応用などの研究に従事。計算社会科学会副会長。情報法制研究所、人工知能学会、日本社会情報学会各理事。科学技術への顕著な貢献 2018（ナイスステップな研究者）、2026年計算社会科学会学術貢献賞。

図表1 日本における1日の平均トラフィック量(テラバイト)



出所) 総務庁、「我が国のインターネットにおけるトラフィックの集計・試算」 e-Govデータポータル(参照日: 2026年4月22日)
https://data.e-gov.go.jp/data/dataset/soumu_20140909_0701/resource/00d99a32-f4c7-4ae7-abff-caaa5d5d4582

現代情報空間における情報量増加の要因の一つにソーシャルメディアの台頭がある。Facebook や Instagram のような SNS、X (旧 Twitter)、Bluesky、Threads のようなリアルタイム情報共有サイト、YouTube や TikTok のような動画共有サイトなど多種多様なソーシャルメディアの利用が増加し、一般のユーザーが自由に情報を発信、拡散、受信することが可能となった。また、ネットニュースやキュレーションサイト、まとめサイトのようなミドルメディアと呼ばれるメディアも情報空間で大きな影響力を持ち、相対的にマスメディアの情報空間における存在感は年々減少していると考えられる。

しかし、情報量の増大は必ずしも人々に適切な判断を促し健全な言論空間を形成するとは限らない。膨大な情報が絶えず流通することによって情報空間の全体像を把握することが困難となり、情報の取得が難しくなっている側面もある。従来は「いかに情報を取得するのか」が課題であったのに対して、現代情報空間においては「いかに情報を取捨選択するのか」が課題となっている。

ところでメディアやプラットフォーム側の立場で考えると、現代情報空間においてはその収入の多くが広告モデルによっているところが多い。そのため「より多くのユーザーに情報を見せよう」ことが経営的に重要な命題となる。他のメディアやプラットフォームが大量の情報を提供している中で、自分たちが発信している情報にユーザーが辿り着き一定量のアクセスがなければ広告収入が得られないわけである。特に、多くのユーザーに見てもらえばそれだけ多くの広告収入が得られるという意味では「いかに多くの人々の関心が得られる情報を提供するか」が重要であり、「人々の興味を引くコンテンツが良いコンテンツである」ということができる。

しかしながら、人々の興味・関心すなわちアテンションは有限である。一日のすべてを情報行動に利用したとしても、一人当たり 24 時間しか情報行動に使う時間は存在しない。実際には睡眠や食事などを除いた可処分時間は 6 時間程度と言われている。その中で能動的な情報行動に費やす時間は 2 ～ 4 時間程度であろう。そう考えれば、一人当たり 3 時間程度の情報可処分時間が日本全体で消費されるとして、およそ 3 億時間程度しか人々のアテンションは存在しないことになる。この 3 億時間を多数のメディア、プラットフォーム、コンテンツが分け合うのである。

その意味で現代情報化社会において希少なものはや情報そのものではなく、人々のアテンションであるといえる。プラットフォームやメディアは貴重な人々のアテンションを奪い合い、人々はアテンションを消費することによってコストを払うことなく情報を取得しているといえる。このようにアテンションによって経済が動いている情報空間における経済圏を「アテンション・エコノミー（関心経済）」と呼ぶ。

このアテンションを獲得することが経済的価値を持つアテンション・エコノミーのもとでは、情報は正確性や公共性がなくても、人々の関心を引きつけ、感情を刺激し、拡散されやすければ、その情報は価値が高いことになる。検索エンジンや SNS、動画共有サービスなどのプラットフォームは、アルゴリズムによって利用者ごとに情報を選別し、提示する。その仕組みは利便性を高める一方で、利用者が自分の関心や信念に合致した情報ばかりに接触するフィルターバブルを形成しうる。また、SNS 上では似た価値観を持つ人々がつながりやすく、同質的な意見が相互に強化されるエコーチェンバーも生じやすい。こうした環境では、異なる立場との接触が減少し、社会的分断や認識の偏りが深まる危険性がある。

2016 年のアメリカ大統領選挙や Brexit を契機としてフェイクニュースの問題が広く認識され、新型コロナウイルス感染症の流行下では、正確な情報、誤情報、憶測、陰謀論が混在するインフォデミックが深刻な社会問題となった。ここで問題となるのは、単に「誤った情報が存在する」ということだけではない。むしろ重要なのは、どのような情報が、どのようなアルゴリズムや社会的関係性を通じて人々の目に入り、どのような偏りを伴って流通するのかという、情報環境そのものの構造である。情報空間の偏りは、個人の認識や意思決定に影響を与えるだけでなく、民主主義社会における合意形成や公共的討議の質にも大きな影響を及ぼす。

本稿の目的は、アテンション・エコノミーのもとで形成される情報空間の構造的リスクを明らかにし、それに対抗する概念としての「情報的健康」の意義を検討することである。情報的健康とは、単に誤情報を排除したり、正しい情報を一方的に与えたりする発想ではない。それは、個人が多様な情報に接触し、自らの判断によって情報環境を選び取ることができるようにするための社会的・制度的条件を整える考え方である。したがって、情報的健康は、フィルターバブル、エコーチェンバー、インフォデミックに対する単なる対症療法ではなく、分断された情報空間のなかで個人の自律性と公共的討議を回復するための対抗原理として位置づけられる。

以上を踏まえ、まず、アテンション・エコノミーが現代の情報流通にどのような特徴をもたらしているのかを整理する。次に、フィルターバブル、エコーチェンバー、インフォデミックという三つの現象を通じて、情報空間の偏りと分断の構造を検討する。そのうえで、これらの問題に対抗するための概念として情報的健康を取り上げ、その意義と実現に向けた方策について考察する。

2. アテンション・エコノミーと情報空間の変容

現代の情報空間を理解するためには、アテンション・エコノミーの概念を理解しておくが不可欠である。アテンション・エコノミーとは、人々の「注意・関心」が希少資源となり、それを獲得することが経済的利益に結びつく構造を指す。

現在、多くのオンライン・プラットフォームは広告モデルによって運営されており、広告の表示回数、クリック数、購買への接続といった指標が収益に直結する。そのため、プラットフォームやメディアの合理的戦略は、できる限り多くの注意を引きつけ、ユーザーの滞在時間や閲覧数を増やすことになる。

一方で、ユーザーの「注意・関心」の量には限りがある。実際に、前述した可処分時間を調査したサーベイでは、日本人の可処分時間は2021年時点で6時間程度であった（総務省統計局,2021）。一方で、その中でのスマートフォンの利用時間（SNS、サーチエンジン、メディア、動画サブスク、ライブ配信）は2025年で1日につき191.3分である。すなわち、情報提供を行うメディアやプラットフォームは、我々が持つこの190分程度の情報可処分時間という資源を奪い合う必要があるということになる。可処分時間の半分をスマートフォンに日々費やしているというのが現代人の平均的な姿であり、アテンション・エコノミーがもたらした日常となっている。

「広告による収入」という点では従来の新聞やテレビも同様であると考えられることもできるが、インターネット上の情報空間と複数の情報を束として提供するメディア環境とは大きく異なる。インターネット上ではコンテンツが細分化され、ユーザーは個別の記事や動画に直接アクセスする。そのさいに、必ずしもどのようなメディアやプラットフォーム上に掲載されているかは重要ではない。すなわち「このメディアの情報を見る」ではなく、「個々のコンテンツに興味深いから見る」という行動に変化しているのである。

一見わずかな違いのようにも思えるが、実際には大きな違いがある。すなわち、メディアやプラットフォームは、提供するコンテンツ群の総合的な魅力を提供するのではなく、掲載されている個々のコンテンツがそれぞれに閲覧時間を消費させるだけの価値を持つことを重視するようになったのである。コンテンツそのものを魅力的なものにしたり、社会的意義が大きく、見る価値があるものにしたりすることでユーザーの閲覧を促すというのであれば問題はない。しかしながら、アテンション・エコノミーにおいて重要視される指標は、その結果として得られる「閲覧」そのもの、すなわち「クリックされるかどうか」である。クリックが生じてコンテンツが閲覧されればそれに応じて一定の広告

収入があるため、実際にはコンテンツの中身そのものの質は問われていないのである。煽情的な見出しや画像を用いたクリックベイト、感情を刺激する表現などは本来忌避されるべきものだったかもしれないが、アテンション・エコノミー下ではこれらによって十分なアテンションが得られるのであれば、それは優良なコンテンツとして評価されることになるのである。

また、現在のネット空間においてはユーザーごとにカスタマイズした情報を提供することが可能なため、個々のユーザーの過去の行動履歴などから得られる既知の選好に沿った情報の提供が容易になった。事実、ユーザーの好みに合った情報を積極的に提供するアルゴリズムや AI は多くのメディアで導入されている。

すなわち、情報空間は「重要だから見られる」のではなく、「クリックされやすいから見られる」方向へと再編されているといえる。

3. アテンション・エコノミーがもたらす社会的分断

アテンション・エコノミー下では、情報が無数にあるがゆえに接触できる情報に偏りが生じる。

現代情報空間は情報過多であるため、すべての情報を見ることはできないのはもちろん、どの情報を見るのかの取捨選択すら困難である。そのため、多くの場合、推薦システムに頼らざるをえない。推薦システムは、無数にあるコンテンツからいくつかのコンテンツを提示して選択の幅を狭める。推薦システムを導入しているプラットフォームは、個々のユーザーに対して最適化、すなわちパーソナライズを施している。多くの推薦システムは、過去のユーザーのコンテンツ消費行動からどのようなコンテンツに興味を持つか、クリックするかを予測して推薦を行う。これ自体は「ユーザーが見る可能性が高い」コンテンツを提供するものであり、優れたシステムであるといえよう。一方で、このシステムを利用することで「見る可能性が低いと判断されたコンテンツと接触する機会を失う」という問題が存在する。「推薦システムによって情報がフィルタリングされ、その結果、情報の泡の中に閉じ込められている」状態を「フィルターバブル」と呼ぶ。フィルターバブル下では、情報の多様性は「価値」ではなく「ノイズ」と見なされやすくなるのである。しかもプラットフォームにとっても、ユーザーにとっても、好みに合った情報だけが流れてくる空間は短期的には利益が大きいと見做され、そこから離脱する動機は乏しい。

情報を取捨選択する他の手段として、SNS の利用が挙げられる。SNS ではコミュニケーションのために友人や趣味が近いユーザーをフォローする、あるいは友人としてつながることが多い。そして、つながっているユーザーが興味を持った情報が SNS を通じて送られてくるため、自分自身のフィードにも「興味が似ている人が興味を持っている情報」が流れてくる。これは SNS のフィードが一種の推薦システムとして働いているといえる。パーソナライズされたフィードに興味がある情報が流れてくるため、ユーザーにとっては心地よい空間がつくられる。一方で、ユーザーが自分自身で選んだ情報源からのみ情

報が来るため、フィルターバブルと同様にその情報は偏る可能性が高い。さらに、SNS では人々は自分と似た価値観を持つ人々とつながり、不快な意見を発する相手を遠ざけることができる。その結果、ある意見を表明すると、似た意見ばかりが反響し、自分の見解が社会全体の常識であるかのように感じられるようになる。このようにしてコミュニティがつけられた状態を「エコーチェンバー」と呼ぶ。

アテンション・エコノミーはユーザーに無料性と利便性を提供する一方で、本来であれば有用な情報が得られたはずの情報空間が「よりアテンションが得られる」情報を重視するプラットフォームによって「心地よさ」や「面白さ」に過度に最適化したものとなるリスクを持つ。特に経済的なインセンティブによって社会が成り立っている以上、経済的な利得を求めアテンションを得る方向に社会が向かうのは経済合理性の観点から必然である。アテンション・エコノミー下では、アテンションが得られないメディアはその情報がどれだけ正しく有用だとしても淘汰されるリスクが常に存在する。その結果として、本来は意思決定のために必要なニュースが、承認欲求や義憤、自己正当化といった社会的欲求を満たす娯楽的コンテンツとして消費されるようになる。こうした環境の下で、現代のニュース消費は、公共的判断のための情報収集行為であると同時に、快楽的・感情的な情報の消費の側面をより強く持つようになってしまっている。

フィルターバブルやエコーチェンバーは異なる意見への接触を減少させ、対立軸をより先鋭化させる効果があると考えられている。フィルターバブルによって特定の立場の意見のみを見ていれば、他の意見があることに気づくことができない。またエコーチェンバーによって自分の意見に対して賛同する意見のみが寄せられる環境にいれば、他の意見にも汲むべき点があることに気づけず、また自分自身が（事実はどうあれ）多数派であると考えてしまうため、少数派の意見を顧みることが困難となる。

この繰り返しは、異なる立場への想像力を弱めるだけでなく、陰謀論や偽情報に対する脆弱性を強め、集団分極化を加速させる可能性がある。フィルターバブルやエコーチェンバーによって生じる情報の偏りの問題は、単に認識の偏りにとどまらない。対立する他者と議論する可能性そのものを狭め、社会的分断を深め、民主主義の基盤である熟議を脅かすのである。

特に、こうした偏りがインフォデミックや偽情報の拡散と結びつく場合があることには注意が必要である。新型コロナ禍では、ワクチンやマスクに関する誤情報が人々の行動に直接影響し、感染症対策の妨げとなった。ここで問題なのは、真偽不明の情報が存在すること自体ではなく、それを疑うための比較対象や文脈が失われていることである。多様な情報に接していれば訂正可能な誤解でも、情報空間が偏っていればその訂正は難しい。強力なフィルターバブルの下では、推薦される情報は特定の情報だけになる。例えば、陰謀論的な情報に接した場合、推薦システムの AI が「このユーザーは陰謀論を提示すればクリックする可能性が高い」と判断し、その後も陰謀論を中心に提示するようになる。また、陰謀論に傾倒して陰謀論を唱えるユーザーをフォローするようになった場合、陰謀論のエコーチェンバーが構築され、情報を正す言説は届かな

くなる。

これは陰謀論のような偽誤情報だけではなく、対立的な言説でも同様に生じうる。支持政党の違いや、世代間対立、場合によっては好きなアニメやテレビ番組といった個人の嗜好でもフィルターバブルやエコーチェンバーは生じうる。何もないところから突然、社会的分断が現れるわけではなく、また、情報空間が社会的分断を生み出す直接的な要因となっているとも限らない。

社会的分断とは、意見差そのものではなく、外集団を理解不能・敵対的な存在として認識する状態である。その背景には、アテンション・エコノミー下での偏った情報接触、感情的情報の反復、共通文脈の喪失がある。現代の情報空間は、そのシステムそのものが潜在的に存在していた社会的分断を可視化させ、分断を不必要に加速させる効果を持っている。

4. 「情報的健康」という概念

アテンション・エコノミーが支配する現在の情報空間からプラットフォーム、メディア、ユーザーのすべてが短期的には利益を得ているため、アテンション・エコノミーに沿った戦略をとることが最適戦略となっている。例えば、プラットフォームが広告モデルをやめる、ユーザーが推薦された興味のある情報以外を自分自身で探しに行く、といった行動を始めることは難しい。これはまさに、ゲーム理論においてゲームに参加しているプレイヤーのいずれもが戦略を変更することによって利得が下がってしまう状態を意味するナッシュ均衡に他ならない。それが、たとえ長期的にはよくない結果をもたらすとしても、である。ナッシュ均衡はすべてのプレイヤーにとって安定状態となっているため、問題解決には個人の心がけでは解決できず、なんらかの構造的介入が必要となる。

このようなナッシュ均衡において、人はどうすれば行動変容を起こすだろうか。特にユーザー側が行動を変えるためには何が必要だろうか。我々一般市民が短期的に利得の高い行動を、長期的な視点に立って変更することができた例は少ない。しかし、人類の歴史の中でそれが実現できた例も少なからず存在する。その一つが、食と健康の関係であろう。

我々は飽食の時代において、短期的な食による快楽だけでなく長期的な身体健康を考え、栄養バランスを意識した食生活を営もうとする。もともと人類は飢餓の時代が長かったため、生物的にはできる限りカロリーを摂取し、食事が手に入らない期間も生き延びようとする性質を持っていると言われている。そのため、飽食の時代の現在においても高カロリーな食べ物をついつい好んでしまう。一方で、そのような食事を継続して続けていると肥満や糖尿病などにつながることも知識として知っているため、十分に食育を受けてきている人であれば、バランスの取れた食生活を心がけようとするだろう（実際にできているかどうかはさておき）。この行動はまさに「健康」という長期の目標のために「食事」という短期の欲求に打ち勝っている例であるといえる。

同様に、情報についても、好きな情報だけを摂取するのではなく、長期的な

ウェルビーイングのためにバランスの取れた情報摂取を目指すべきではないか、という考えに基づいて鳥海・山本（2024）によって提唱された概念が「情報の健康」である。

情報の健康とは、単に「正しい情報」だけを摂取することを意味する概念ではない。むしろ、多様な情報にアクセスし、自らの価値観や目的に応じて情報環境を選択・調整できる状態を指す。言い換えれば、情報の健康とは、個人が情報空間の構造や偏りを理解したうえで、自律的に情報と向き合うことができる状態である。そこでは、第三者機関などが誤情報を一律に排除したり、ソーシャルプランナーなど超越的立場の主体が特定の価値観を外部から押し付けたりすることは目指されない。重要なのは、ユーザー自身が、自らの情報摂取の偏りや情報環境の特徴を認識し、必要に応じて異なる立場や多様な情報にアクセスできる環境を整えることである。

特に、現代の情報空間では、先に述べた通りアテンション・エコノミーのもとで、刺激的で感情を喚起しやすい情報ほど可視化・拡散されやすい。その結果、人々は自らの関心や信念に近い情報ばかりに接触しやすくなり、社会的分断を生み出しやすくなる可能性がある。情報の健康という概念は、このような情報空間の構造的問題に対して、個人の努力だけではなく、プラットフォーム設計や情報環境全体の改善を含めて考えようとする点に特徴がある。

この概念は、WHO が示した健康概念と親和性が高い。WHO は、健康を「単に病気でない状態ではなく、身体的・精神的・社会的に満たされた状態」と定義した。情報の健康は、この三側面のいずれにも関係する。たとえば、ワクチンに関する偽情報を信じれば身体的健康が損なわれ、陰謀論への没入は周囲との関係悪化を通じて社会的・精神的健康にも悪影響を及ぼす。つまり、情報環境はもはや外在的な条件（何がよい情報環境であるかを外部から与えられるもの）ではなく、ウェルビーイングの内部条件の一つ（個人や社会のウェルビーイングが何であるかを、個人や社会が自ら決定していくこと）となっているともいえよう。

このように考えると、情報の健康は「正しい情報を国家やプラットフォームが一方的に与えること」を意味しないことが理解できよう。鳥海・山本（2024）では、言論空間における情報の流通が大きく変容した現在、「民主主義社会の基盤たる情報環境において、一人ひとりが、各人の希求する『健康』が満たされた状態」とであると定義されている。各人が目指す健康は本来的に内的なものであり、外から強制されるべきではないという点はこの概念の最も重要な点である。情報の健康は、ある価値観を押しつける規範ではなく、ユーザーが自らの目的に照らして情報環境を調整できるようにするための条件整備の概念として理解されるべきである。

したがって、情報の健康の核心はコンテンツの真偽判定ではなく、「どういう環境なら人は自律的によりよい情報選択ができるのか」という問いにある。現代の情報問題を、個人の注意不足やモラル欠如に還元するのではなく、情報環境の設計問題として捉え直すことこそが情報の健康という概念の意義である。

5. 情報的健康と分断と融和

では、情報的健康の概念を意識することでどのように社会的分断は解決されていくのだろうか。

あらためて、社会的分断とは「意見が異なること」ではないことを確認したい。民主主義社会において、多様な人々が多様な価値観を持ち、そこに利害関係が生じること自体は、健全な社会活動の一環であるといえよう。特に、政治的な問題については、立場によって意見が大きく異なるのは必然である。一方で、異なる意見を持つ他者を理解可能な存在として認識できなくなり、対話や妥協の可能性が失われ、対立構造が無用に先鋭化していくことには問題がある。すなわち、社会的分断とは、異なる意見を持った集団が存在していることではなく、異なる立場の人々が「内集団」と「外集団」を分けて認識し、外集団を「敵対的・非合理的・非道徳的な存在」として捉え、公共的な議論の基盤を共有できず歩み寄ることができなくなった状態を指す。

「分断の解消」とはすべての人が同じ意見を持つことではない。むしろ、異なる意見が存在したままであっても、互いを理解可能な相手として認識し、必要に応じて議論や協働ができる状態を目指す概念である。言い換えれば、情報的健康によって目指す社会的分断の解消とは、意見の統一ではなく、「対立を社会の中で扱える状態の回復」である。

アテンション・エコノミーの問題は、経済合理性を目指した結果として分断が生じやすい構造をもたらししてしまったところにある。アテンション・エコノミーから派生した情報空間においてユーザーは自らの関心や信念に合致した強い感情を喚起する情報に繰り返し接触し、反対意見については極端なかたちで触れる機会が増加する。ここで重要なのは、「間違った情報」を受け取っているわけではない点である。むしろ、情報の摂取が偏り、異なる立場の人々がどのような経験や不安や価値観に基づいて意見を形成しているのかを知る機会が失われている点に問題がある。

社会的分断とは、異なる意見の存在ではなく、外集団を理解不能・敵対的な存在として認識する状態であると考えれば、偏った情報接触、感情的情報の反復、共通文脈の喪失という問題を抑制・防止する情報空間によって一定の軽減効果が期待できる。情報的健康は、個人が自らの情報環境を自覚し、偏りを調整し、異なる立場の背景や文脈に触れることを目指す。したがって、情報的健康は分断を即座に解消するものではないが、分断の先鋭化を抑え、対立を社会の中で扱える状態を回復するための基盤となりうると期待される。

6. 情報的健康の実現に向けた課題

情報の偏りが社会的分断を生み出しているのであれば「多様な情報」を提供することによって問題は解決するようにも思える。しかし、単に反対意見を機械的に提示すればよいというわけではない。人は、自らの信念を否定する情報に突然さらされたとき、かえって防衛的になり、もとの意見や信念、立場を強

めることもある。あるいは、提供された情報を単に無視する可能性もある。さらに言えば「自分の信念と異なる情報が提供される情報環境」を好まないユーザーは当該プラットフォームを離れ、他の「快適な」プラットフォームに移動するだけかもしれない。情報的健康のアナロジーから考えれば、「好きなものを好きなだけ食べる」環境から突然「嫌いなものを食べさせられる」環境に移行することはユーザーにとってもプラットフォームにとっても好ましい変化とはいえないだろう。

この問題に対する解決法を、情報的健康の観点から「食と健康」のアナロジーで考えてみる。食生活において美味しそうなものよりも栄養的にバランスの取れたものを食べる習慣が獲得されているのは、「食育」が十分になされ健康維持のための支援が充実しているためである。たとえば、我々は食事と健康に関して栄養素についての知識を持ち、食事のバランスを取ることの大切さを学んでいる。ビタミンという言葉を知らずに野菜の重要性を理解するのは難しいだろう。同様に、情報空間に関してもその基礎知識を持つことが大切になる。それは、例えばアテンション・エコノミーやフィルターバブルの仕組みを知ることであったり、エコーチェンバーの中ではどのように情報が広まるのかを知ることである。それらの知識があって初めて「自分自身が置かれている情報環境」を理解して改善への意思が生まれると考えられる。自分にとって心地よい情報だけを過剰に摂取する状態がなぜ生じているのかを「理解」し、多様な情報、異なる立場からの意見、背景説明、専門的知見、そして自分の考えを相対化する情報に触れることが、自分の情報的健康のためになり、ひいては社会的分断の解消にもつながることを「理解」することが重要となる。

一方で、単に知識だけを得れば状況は改善するだろうか。先に述べた通り、現在の社会的分断を生み出している社会構造は短期的にはメリットの多い社会構造であるともいえる。「情報に関するリテラシーを身につけましょう」というのは簡単であるが、リテラシーを身につけるのは難しく、その実践を行うことはさらに難しい。たとえば、法政大学の坂本旬教授はアメリカの情報リテラシリストである CRAAP テストを翻訳し、「だいじかな」というリストを提供している。その内容は、

- だ だれ？ この情報は誰が発信したか？
- い いつ？ いつ発信されたのか？
- じ 事実？ 情報は事実か？ 参照（裏付け）はあるか？
- か 関係？ 自分とどのように関係するか？
- な なぜ？ 情報発信の目的は何か？

というものである（坂本, 2020）。これらのリストをチェックすることで情報を評価し、フェイクニュースに対して一定の免疫を持つことができる。一方で、こういったチェックリストの項目をすべてチェックしながら情報を取得することは可能だろうか。高々数時間しかない我々の情報可処分時間を発信者や発信時期、さらには裏付けまで調べることに費やすことができる人はごく一部だろう。このリスト自体は有用であるが、活用できるかどうかは別問題である。これは、食事をする際に自分自身で「この食べ物にはどんな栄養素が入っているのか」を調べることに相当し、そもそも確認が不可能だったり困難だった

たりすることと同様である。

確かに、ユーザー自身が情報源を確認し、複数の視点を比較し、自らの感情的反応を自覚するリテラシー能力を身につけることは重要である。一方で、どれほどリテラシーの高い個人であっても、常に刺激的な情報が流れ込み、偏った推薦が続き、熟慮より即時反応が報酬化される環境に置かれれば、すべての情報に対してリテラシーとして推奨されているチェックを行い健全な情報選択を続けることは難しい。その意味でも、誤った情報を信じたり陰謀論を信じたりして社会的な分断を招くことを個人の責任のみに帰着してはならないだろう。情報的健康は、個人の能力の問題であると同時に、プラットフォーム、メディア、教育制度、公共政策を含む社会的設計の問題として捉える必要がある。人々が自らの情報環境を意識し、分断の原因となる情報の偏りを解消し、他者の視点に触れ共通の事実基盤を再構築するための条件を整えることが求められる。分断の融和には、個人の努力だけでなく、社会全体で情報環境そのものを健康にする情報的健康という発想が必要なのである。

情報的健康を実現し社会的分断の解消を目指すためには、個人の努力だけに依存しては限界がある。個人の認知能力だけでなく、情報環境そのものを支援・補助する社会システムが必要となるだろう。

7. 情報的健康を支える社会システム

何が「健康な情報摂取」なのかは、肉体的健康以上に一義的に定めにくい。政治的意見、宗教的信念、文化的価値観に関わる情報について、国家やプラットフォームが健康・不健康を判定することには慎重でなければならない。社会的分断への対応として、「正しい情報」を政府から与え、「誤った意見」を持つ人々を矯正しようとする発想は、一見すると効率的で合理的に見える。しかし、そのような介入は容易にパターンリズムや検閲につながり、かえって社会的分断を深める可能性がある。特に、情報空間における対立が政治的・文化的アイデンティティと結びついている場合、国家やプラットフォームによって自分の信じる情報を否定されることは、自分自身の存在や所属集団を否定されることとして受け取られやすい。また、多様な情報に触れることが望ましいとしても、差別的言説や暴力を扇動する情報まで同列に扱うべきかどうかは議論の余地がある。

したがって、情報的健康の制度化においては、ユーザーの自律性、表現の自由、公共的安全、社会的包摂の間で慎重なバランスを取る必要がある。情報的健康は「自らが希求する情報空間を実現できること」と定義されている。すなわち、情報的に健康であるということは自らが情報空間に関してどうありたいかを意識することによってはじめて成立しうるものなのである。

ではそのような条件下で、社会的分断を解消するための情報的健康の実現に必要な支援にはどのようなものがあるだろうか。

再び、食と健康というアナロジーから考えてみよう。多くの食品には「カロリー」が表示されており、カロリーを見てその日食べる食事を取捨選択するこ

とができる。あるいは、健康診断や人間ドックによって自分自身の健康状態を知ることができる。こういった支援があることによって我々は自分自身の健康状態を維持している。逆に言えば、これらの支援なしで健康的な状態を維持することは難しい。同様に、情報の健康を実現するためにも「情報のカロリー」のような指標を提供する支援が必要だろう。ここでは情報のカロリーに相当するものは情報が持つ情報、すなわちメタ情報と捉える。例えば閲覧情報を発信している媒体の信頼度は情報の真偽を判断するうえで重要なメタ情報である。国内の新聞社であれば信頼性を概ね判断できるかもしれないが、海外の新聞社の場合、クオリティーペーパーなのか、タブロイド紙なのかが分からなければ判断が難しい。そういった情報が可視化されることで、どの情報を信じるかの指針とすることができる。特に、自らがどのような立場・媒体の情報に偏って接触しているのかを可視化できれば、外集団への一面的理解を相対化する契機となりうる。メタ情報の可視化は行動を強制するものではないが、自律的な選択の前提条件となる。

また、自分自身の情報行動の振り返りの支援も重要であろう。自分がどのような媒体から情報を得ているのか、どのような政治的・社会的立場の情報に多く触れているのか、感情的反応を引き起こす情報にどの程度時間を使っているのかを知ることができれば、ユーザーは自らの情報摂取を調整しやすくなる。その結果、異なる立場への接触不足や感情的情報への過剰依存を緩和し、外集団への敵対的認識を弱めることにつながる可能性がある。これは、人間ドックや健康診断を受ける、あるいは日々体重計や血圧計を利用して健康状態を測っている状態に対応するだろう。体重が増えてくれば、カロリーを控えるモチベーションになるだろう。あるいは、血圧が上がってきたのが分かれば塩分を控えるようになるかもしれない。さらに、人間ドックや健康診断で改めて自分自身の健康状態を確認することで、誰に強制されなくても健康状態をよくするために自発的に行動し始めるきっかけになる。同様の支援が情報空間にもあれば、情報の健康の実現に大きく寄与すると期待される。

以上を、情報の健康を実現する3つの方策としてまとめる。

第一の方策は、情報空間そのものを理解するためのリテラシー教育である。従来の情報リテラシーやメディアリテラシーでは、情報の出所を確認する、別の見解に当たる、といった行動指針が提示されてきた。しかし現代の問題は、それだけでは不十分である。重要なのは、自分がいま、注意を奪い合う市場のなかで、アルゴリズムによって個別化された情報を受け取り、SNS上で価値観の近い相手とつながる空間にいることを理解することである。この理解は、自分自身の情報環境が外集団理解を狭めている可能性を認識する第一歩となる。現在の日本においては、推薦システムによる個別化を認識している人が20%程度にとどまっている（Koguchi & Jitsuzumi, 2025）。「何をすべきか」以前に「いまどのような空間に置かれているか」を理解することが重要である。

第二の方策は、情報に関するメタ情報の可視化である。食事においてカロリーや栄養成分表示が判断材料となるように、情報についても、その出所、更新時期、信頼性、目的、偏りの可能性などを可視化する仕組みが求められる。

特に、自らがどの立場の情報に偏っているのかを認識できることは、対立集団を単純化して捉える傾向を弱める契機となりうる。たとえば、CRAAP Testのようなメディアリテラシーや情報リテラシーで求められるメタ情報の取得を支援するシステムの開発が考えられる。重要なのは、こうした確認作業をすべて個人の努力に委ねないことである。毎回、記事の著者の背景や利害関係を自力で調べることは、食事のたびにビタミン量や産地をすべて自分で計算するようなものであり、現実的ではない。だからこそ、プラットフォームやメディアは、ユーザーの自律的選択を支えるための情報表示責任を負うべきなのである。AIは著者の過去記事や立場の要約、媒体の傾向分析などを通じて、この支援を補助しうる。

第三の方策は、情報健康診断、すなわち「情報ドック」の導入である。身体を健康を維持するために健康診断があるように、情報環境についても、自分がどのような情報源にどの程度偏って接しているのかを定期的に点検する仕組みがあってよい。たとえば、ソーシャルメディア上のタイムラインの偏りの可視化などは有効であろう。自分自身が得ている情報がどの程度偏っているのかを認識することは、情報空間の在り方を考え直す一つのきっかけとなりうる。その結果、自分が特定の立場や感情的情報に偏っていることへの気づきが生まれ、外集団への固定化した認識を見直す契機となる可能性がある。情報源の多様性、信頼性、同質性の度合いを可視化し、自分の情報行動を客観視する契機を与えるような総合的なポータルサイトの構築などは支援策として有効であると期待される。ただし、ここでも狙いは統制ではなくユーザーの自律性である。健康診断結果をもとに自らの食生活を見直すように、ユーザーが自らの社会的分断の影響を受けているかどうか認識することを期待するものである。

8. 実装可能性とインセンティブ

以上のような議論に対しては、「情報の多様性を重視すれば、プラットフォームの利益は減るのではないか」という反論がありうる。確かに短期的には、ユーザーの好みに合う情報だけを届けた方がクリック率は上がりやすい。しかし、この通説を否定するような分析が登場している。音楽配信サイト Spotify やニュース配信サイト Gunosy において、多様なコンテンツに接したユーザーのほうがそうではないユーザーよりも継続利用率が高いことが報告されている (Anderson et al., 2020; 菅沼他, 2023)。これは、情報の多様性が規範的に望ましいだけでなく、事業者にとっても長期的なリテンション向上という利益になりうることを示している。

また、推薦システムに関するトップカンファレンスである RecSys2024 で行われたニュースサイトの記事推薦のコンペティション RecSys Challenge 2024 においても、単にクリック率だけではなく、ニュース推薦が公共的・編集的価値とどう両立するかも問題意識に含んだ評価がおこなわれており、単にクリック率だけではなく評価が重視されつつある (Kruse et al., 2024)。こういった実証研究や技術学会の問題意識からみても、情報的健康の実現は必ず

しも市場原理と対立するわけではないといえよう。

短期的なクリック最適化ではなく、長期的な信頼、継続利用、社会的正統性がビジネスにおいて重視されるように変わっていくのならば、プラットフォームやメディアは情報の多様性を高める方向へ機能をシフトさせていくよう動機づけられる。その意味では政府や公的機関の役割は内容規制を強めることではなく、透明性の確保、メタ情報表示の基準づくり、診断ツールの公共的支援、研究開発促進といった間接的支援に置かれるべきであろう。

9. 結論

本稿は、アテンション・エコノミーが形成する現代の情報空間を、単なる情報量の増大としてではなく、情報の偏りと社会的分断を生み出す仕組みとして捉え直した。そのうえで、フィルターバブル、エコーチェンバー、インフォデミックが、個人の意思決定や民主主義の根幹となる対話環境の確保に及ぼす悪影響を確認し、それに対抗する概念として情報的健康を位置づけた。情報的健康の重要性は、それが「正しい情報の配布」ではなく、「自律的に選べる情報環境の整備」を目指す点にある。

現代の情報空間における社会的分断の解消に必要なのは、偽誤情報の事後的訂正などだけではない。情報空間の構造を理解する教育、情報の性質を示すメタ情報、自己の情報摂取傾向を可視化する診断、そして多様性を長期的利益として捉え直す制度設計が必要である。情報的健康という概念は、個人のウェルビーイング、社会的統合、民主主義の持続可能性を接続する枠組みとして、今後さらに理論的にも制度的にも発展が期待される。

参考文献

- Anderson, A., Maystre, L., Anderson, I., Mehrotra, R., & Lalmas, M. (2020). Algorithmic effects on the diversity of consumption on spotify, In *Proceedings of The Web Conference 2020*, 2155-2165.
- Koguchi, T., & Jitsuzumi, T. (2025). Intentions toward the information consumption environment: An international comparison with “Informational Health” as a Key Concept, *ITS 33rd European Conference 2025: “Digital innovation and transformation in uncertain times”*, Edinburgh, UK.
- Kruse, J., Lindskow, K., Kalloori, S., Polignano, M., Pomo, C., Srivastava, A., & Frellsen, J. (2024). Recsys challenge 2024: Balancing accuracy and editorial values in news recommendations. In *Proceedings of the 18th ACM Conference on Recommender Systems*, 1195-1199.
- 坂本旬 (2020)「オンラインニュースを読み解く「横読み」とは何か」note, 2020/11/22.
- 菅沼修祐・飯塚洗二郎・関喜史・森田一・鳥海不二夫 (2023)「ニュースプラットフォームにおける閲覧記事の多様性の変化と長期的な満足度との関係の分析」社会システムと情報技術研究ウィーク 2023 (WSSIT2023), 北海道.
- 総務省統計局 (2021)「令和3年社会生活基本調査の結果」(参照日 2026年5月3日)。

鳥海不二夫・山本龍彦（2024）「健全な言論プラットフォームに向けて version2.1 ― 情報の健康を、実装へ」慶應義塾大学グローバルリサーチインスティテュート，KGRI Working Papers, No.1.