

# ゲーム障害について

## ～ネット・ゲーム使用と生活習慣に関するアンケート調査結果～

### ★ゲーム障害について

世界保健機関（WHO）は、日常生活に支障をきたすほどゲームに没頭する「ゲーム障害」を、新たな依存症として正式に認定しました。

世界保健機関では、ゲーム障害を「ビデオゲームやオンラインゲームなどを継続的、または繰り返しプレイするゲーム行動のパターン」と定義しており、次のような症状が認められるとしています。

- ・頻度や時間など、ゲームをプレイする上で制御がきかない。
- ・ゲームの優先度が増し、ゲームをプレイすることが他の興味や日常生活よりも優先される。
- ・ネガティブな影響が出ても、ゲームを継続・やりこむようになる。ゲームの行動パターンが重度になり、その結果、自分自身や家族、社会、教育、職業といった他の重要な生活機能に支障をきたす。こうした症状が少なくとも12か月続いた場合に、依存症と診断されます。

### ★「ゲーム障害」に関する実態調査

国立病院機構久里浜医療センター（神奈川県）がゲーム障害について、初の実態調査を実施しました。調査は、今年1～3月に、無造作に抽出した全国の10歳から29歳の男女9,000人を対象に行い、5,096人から回答を得ました。

主な調査結果は、下記のとおりとなります。

#### ① オンラインゲーム（インターネットに接続されている）を始めた年齢

オンラインゲームを始めた年齢は、「15歳以上」が36.3%で最多でした。



#### ② 1日の中でゲームをしている時間

1日の中でゲームをしている時間は、「1時間未満」が平日で40.1%、休日で25.0%と最多でした。「6時間以上」も平日で2.8%、休日で12.0%いました。



	1時間未満	1時間以上 2時間未満	2時間以上 3時間未満	3時間以上 4時間未満	4時間以上 6時間未満	6時間以上
合計（平日）	40.1%	27.1%	14.6%	9.0%	6.5%	2.8%
合計（休日）	25.0%	20.6%	16.6%	12.0%	13.8%	12.0%

#### ③情報通信機器（パソコン、携帯、スマートフォン等）のフィルタリング設定

フィルタリング設定については、

「自分や保護者が設定している」が38. 3% (a+b+c)でしたが、「設定していない」も43. 2% (d+e)でした。

	自分でフィルタリングを設定している a	保護者がフィルタリングを設定している b	保護者が設定しているが、頼んで見えるようにしてもらっている c	フィルタリングしていない d	依然はしていたが解除や解約をした e	わからない f
合計	15. 4%	21. 5%	1. 4%	37. 9%	5. 3%	18. 6%

#### ④ 学業や仕事に影響が出てもゲームを続けたか。

「学業や仕事に影響が出てもゲームを続けた」と回答したのは、

「1時間未満」の人が1. 7%だったのに対し、「6時間以上」の人は24. 8%でした。

平日のゲーム使用時間	「はい」「いいえ」のうち「はい」の割合		
	男性	女性	合計
1時間未満	3. 4%	0. 8%	1. 7%
1時間以上2時間未満	6. 6%	4. 4%	5. 8%
2時間以上3時間未満	10. 8%	8. 0%	10. 0%
3時間以上4時間未満	15. 1%	3. 4%	12. 4%
4時間以上5時間未満	21. 5%	14. 6%	19. 4%
5時間以上6時間未満	25. 0%	12. 9%	22. 0%
6時間以上	28. 7%	14. 7%	24. 8%



#### ⑤ 睡眠障害や憂うつ、不安などといった心の問題が起きてもゲームを続けたか。

「睡眠障害や憂うつ、不安などといった心の問題が起きてもゲームを続けた」と回答したのは、

「1時間未満」の人が2. 4%だったのに対し、「6時間以上」の人は37. 2%でした。

平日のゲーム使用時間	「はい」「いいえ」のうち「はい」の割合		
	男性	女性	合計
1時間未満	3. 1%	2. 0%	2. 4%
1時間以上2時間未満	6. 1%	5. 3%	5. 8%
2時間以上3時間未満	8. 9%	12. 1%	9. 7%
3時間以上4時間未満	15. 8%	19. 3%	16. 6%
4時間以上5時間未満	18. 3%	22. 0%	19. 4%
5時間以上6時間未満	19. 6%	12. 9%	17. 9%
6時間以上	34. 5%	44. 1%	37. 2%



### ★ゲームの利用に係る被害から子どもを守るための対策

犯罪やトラブルから子どもを守るために、フィルタリングの利用とともに、日ごろから家庭でのコミュニケーションをとり、子どもにインターネットの危険性を教えることや一緒に家庭のルールを作ることが大切です。

＜参考＞依存症対策全国センター「ネット・ゲーム使用と生活習慣に関するアンケート調査結果」

<https://www.ncasa-japan.jp/pdf/document17.pdf>

本メールに関して御質問、お問い合わせがある場合は下記まで御連絡ください。

【担当】福井県安全環境部県民安全課

☎:0776-20-0745 (直通) メール：[kenan@pref.fukui.lg.jp](mailto:kenan@pref.fukui.lg.jp)