

由宇中の学習だより

～やる気・内容・継続～

由宇中 研修部
R.1 7.12 ⑦

インターネットゲームのやり過ぎを「ゲーム症・障害」と定義 『世界保健機構 (WHO)』

2018年1月4日の新聞に「WHOの方針」として、標記の記事が報道されました。以下、抜粋してお伝えします。

WHOの最終草案では、ゲーム症・障害を「持続または反復するゲーム行動」と説明し、具体的な症状を次のように示している。

「ゲーム症・障害 (Gaming disorder)」の定義

- ① ゲームをする衝動が止められない。 ② ゲームを最優先する。
- ③ 問題が起きてもゲームを続ける。
- ④ 個人や家族、社会、学習、仕事などに重大な問題が生じる。

診断に必要な症状の継続期間は「最低12ヶ月」。ただ、特に幼少期は進行が早いとして、全ての症状にあてはまり、重症であれば、より短い期間でも依存症とみなす方針だ。

依存症の専門家によると、ネット依存の人は酒や薬物の依存症のように脳の働きが大きく低下し、感情をうまくコントロールできなくなるとの研究論文が近年、国際的な医学誌に多数報告されている。このため、WHOは、ネット依存をギャンブルのように熱中しすぎるとやめられなくなる「嗜癖行動」ととらえることにした。

ゲームを含むネット依存については、厚労省発表で成人の約421万人、中高生の約52万人にその疑いがあるとされる。総務省の調査では国内のネット利用者は16年に過去最高の1億84万人と推計されている。中でも6～12歳の低年齢層によるネット利用は82.6%。11年の61.6%から大きく上昇した。久里浜医療センター(神奈川県)のネット依存外来は患者の7割が未成年者。そのうちゲーム依存が9割。男子が大半だが、SNSのやりとりがやめられない女子の受診者も増えているという。

ネット依存を防ぐには (久里浜医療センター 樋口進院長によるもの)

- | | |
|----------------------|------------------|
| 1 購入は親の名義で。子どもに貸す形に。 | 2 ルールは親子で一緒に決める。 |
| 3 使う場所を決める。 | 4 使う時間帯を決める。 |
| 5 使う金額を決める。 | 6 ルールは書面に残す。 |
| 7 家族もルールを守る。 | |

本校もインターネットゲームをしている人がたくさんいます。そのうち、家庭内でのルールを決めていない人、決めていたけどだんだんルーズになっている人がいるようです。もうすでに「ゲーム症・障害」に認定されそうな人もいるかもしれません。家族でもう一度、使用上のルールを再確認して、夏休みの家庭の時間を「有意義に」過ごしてほしいと思います。