

# 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1 2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。



	0-5歳	6-8歳	9-10歳	11-12歳	13-14歳	15歳以上
合計	1.5%	8.3%	18.2%	20.1%	15.5%	36.3%

#### 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	依然としては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でてゲームを続けたか。

「学業や仕事に影響がでてゲームを続けた」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)