



ネット依存とゲーム障害について～おうちの方と一緒に読みましょう



スマホの普及やオンラインアプリの増加・多様化にともない、子どもたちのネット依存が急激に増えています。2012年からの5年間で、ネット依存の疑われる小・中高生が1.8倍に増えています。同様の傾向は、成人でも認められています。ここ数年、各所でネット依存問題が急速に拡大していることが示唆されています。

アプリの中で最も依存性が高いのはゲーム、特にオンラインゲームです。WHO（世界保健機関）は、2019年5月にゲーム障害を新たな疾患と認定しました。若者のゲーム障害は健康・社会生活への影響が大きく、遅刻、欠席、成績の低下、意欲の低下、親への暴言、暴力、昼夜逆転、引きこもりなどが多くの者に見られます。ゲームへの依存により子どもたちの大切な将来が閉ざされてしまう可能性が大きいと指摘されています。

Q1 どうして子どものネット依存やゲーム障害が増えているの？

A アプリ、特に子ども向けのゲームが増えて、手軽に遊べるようになったからです。

1 いつでもどこでもできるようになった

防犯や災害時の緊急連絡用などを理由に持たせたことによって、外出先でも移動中でも、ときと場所を選ばずに使用するから。いつでもどこでも、オンラインゲーム、SNS、動画視聴ができるようになり、それらは、使用時間が長ければ長いほど依存してしまうことが分かっています。



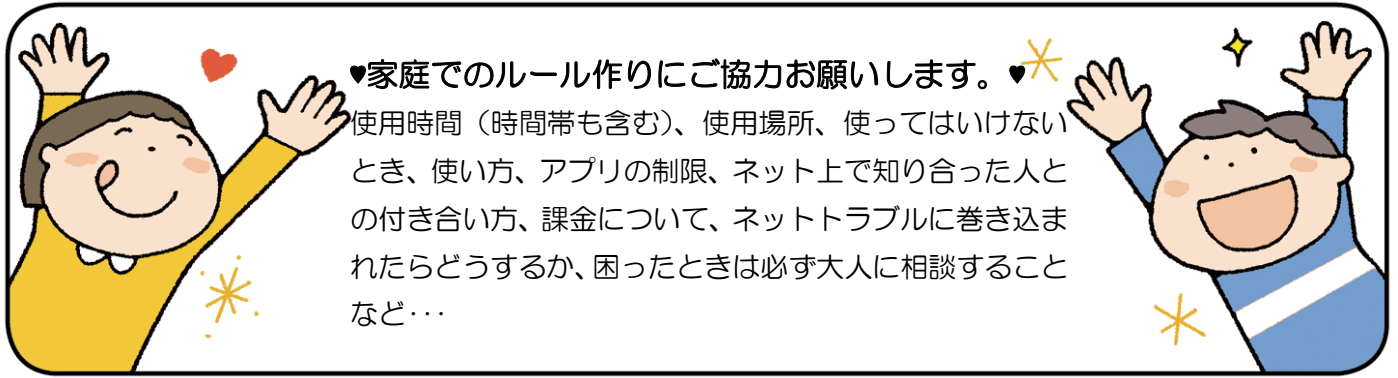
2 使いやすい子ども向けのゲーム（アプリ）が増えた

操作や内容などが単純。そして、ちょっと手があいた子どもたちが簡単に遊べるオンラインゲームが増えたから。

3 小さい頃からスマホを見ている、使っている

生まれたときや、小さなころからスマホが生活圏の中にあります。乳幼児期から保護者が見せる、触らせるなどして使いこなせてしまうから。小さな子どもが最初から自分でスマホを手にはすることがありません。見せる側、使わせる側の大人が依存を助長している場合も少なくありません。





♥家庭でのルール作りにご協力お願いします。♥✧
使用時間（時間帯も含む）、使用場所、使ってはいけない
とき、使い方、アプリの制限、ネット上で知り合った人との
付き合い方、課金について、ネットトラブルに巻き込ま
れたらどうするか、困ったときは必ず大人に相談すること
など…