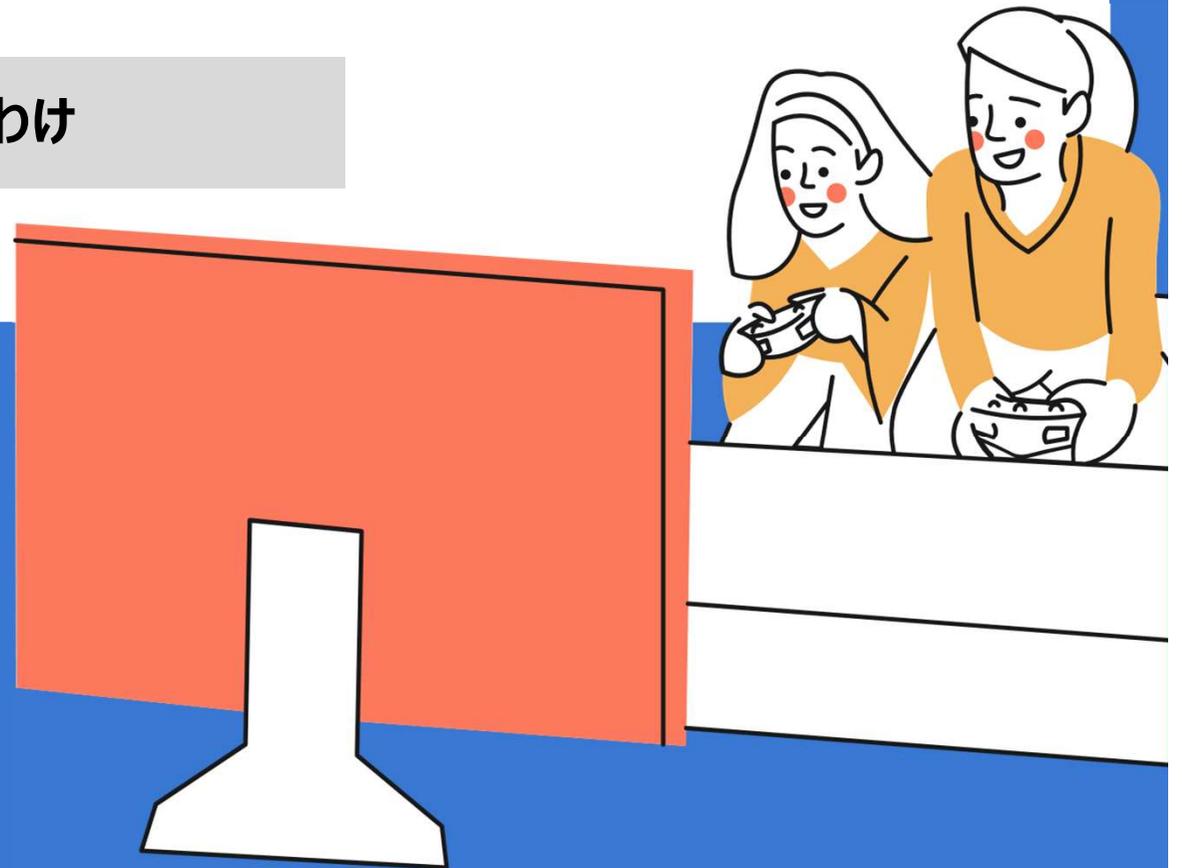


こども・若者に身近な依存

『ゲーム依存かも？』

と心配する前に周りの大人ができること

#1 こどもがゲームにはまるわけ

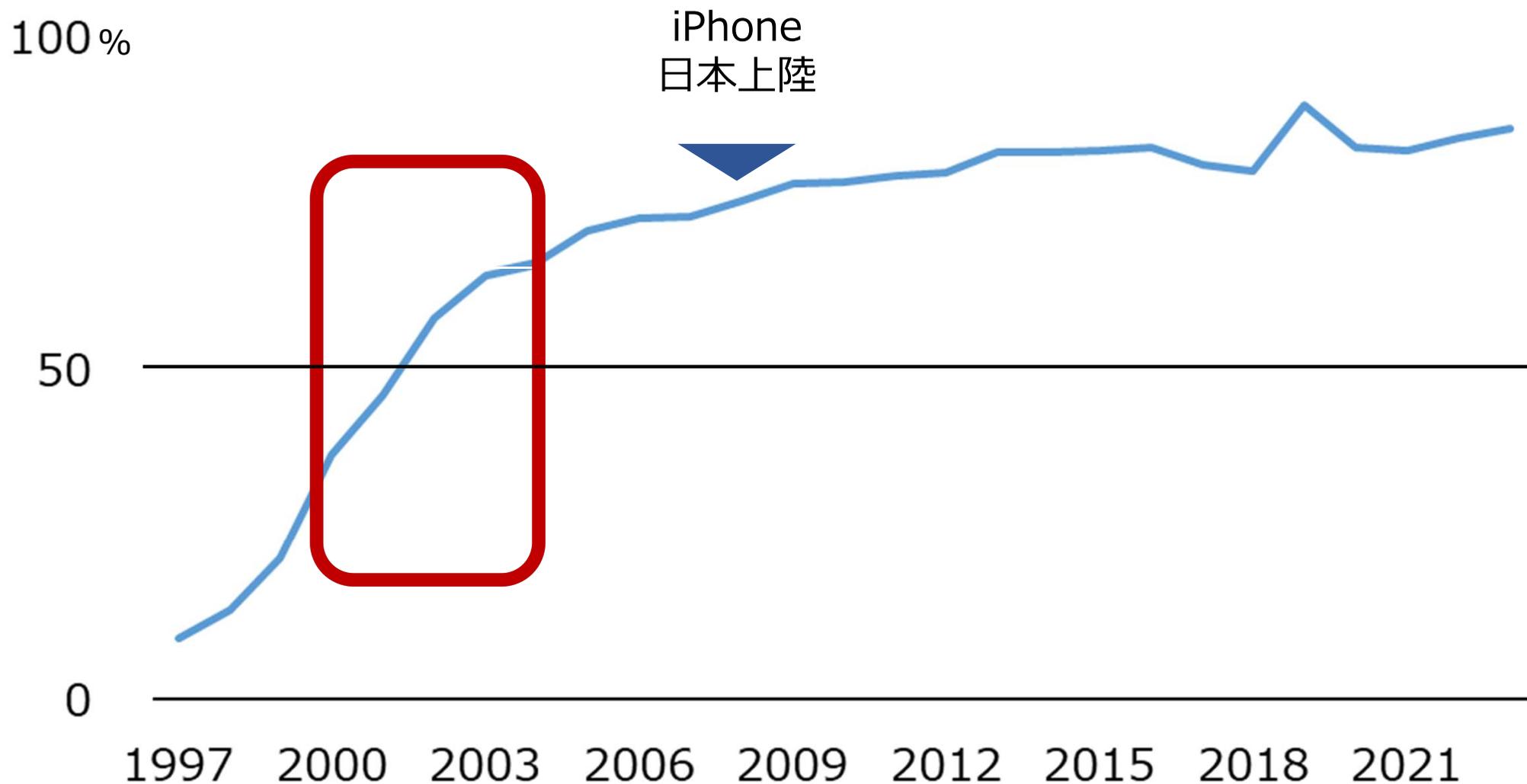


医療法人横田会向陽台病院

医師 比江島誠人

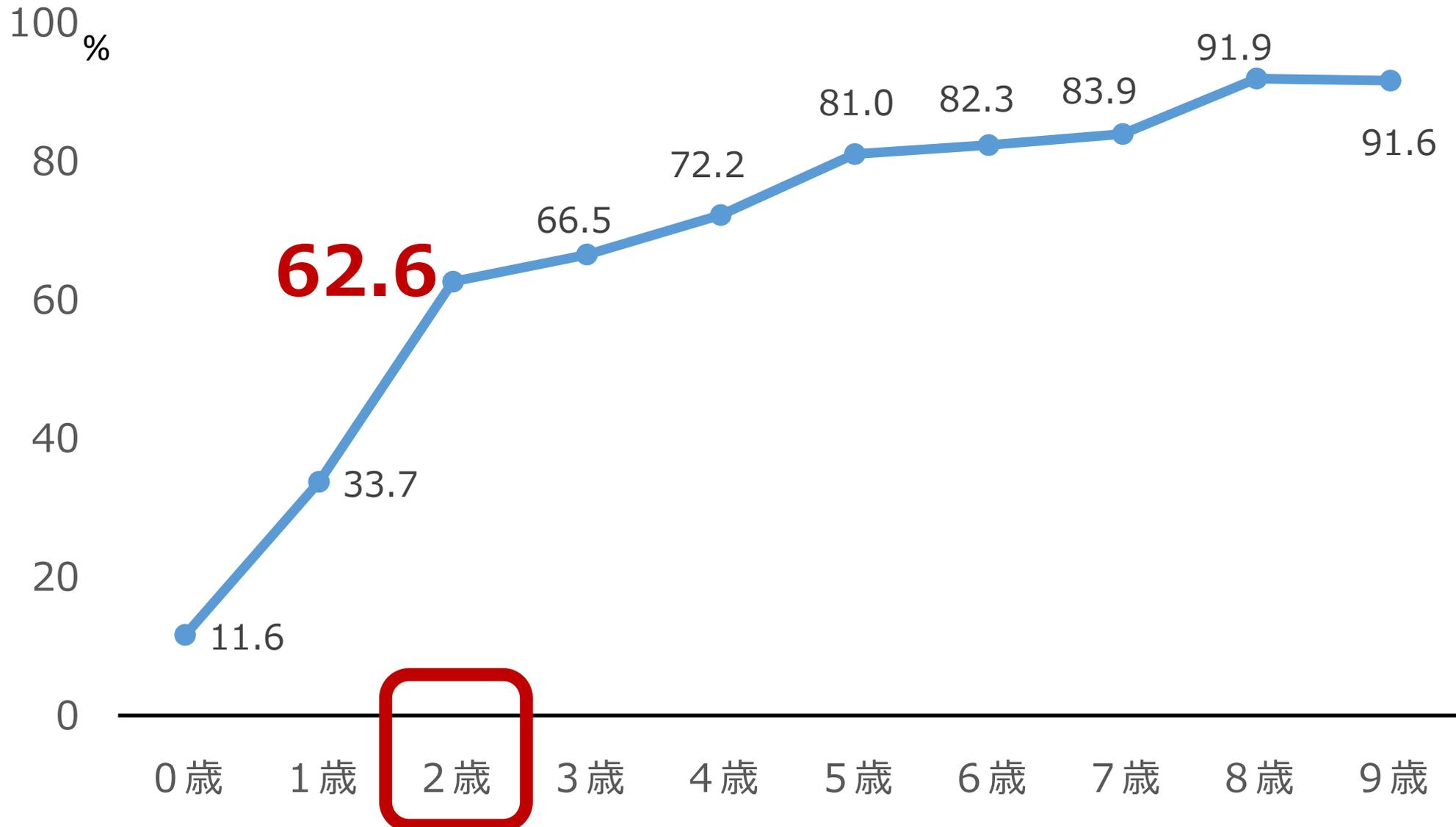
臨床心理士 公認心理師 辻翔太

▶ インターネット利用状況推移

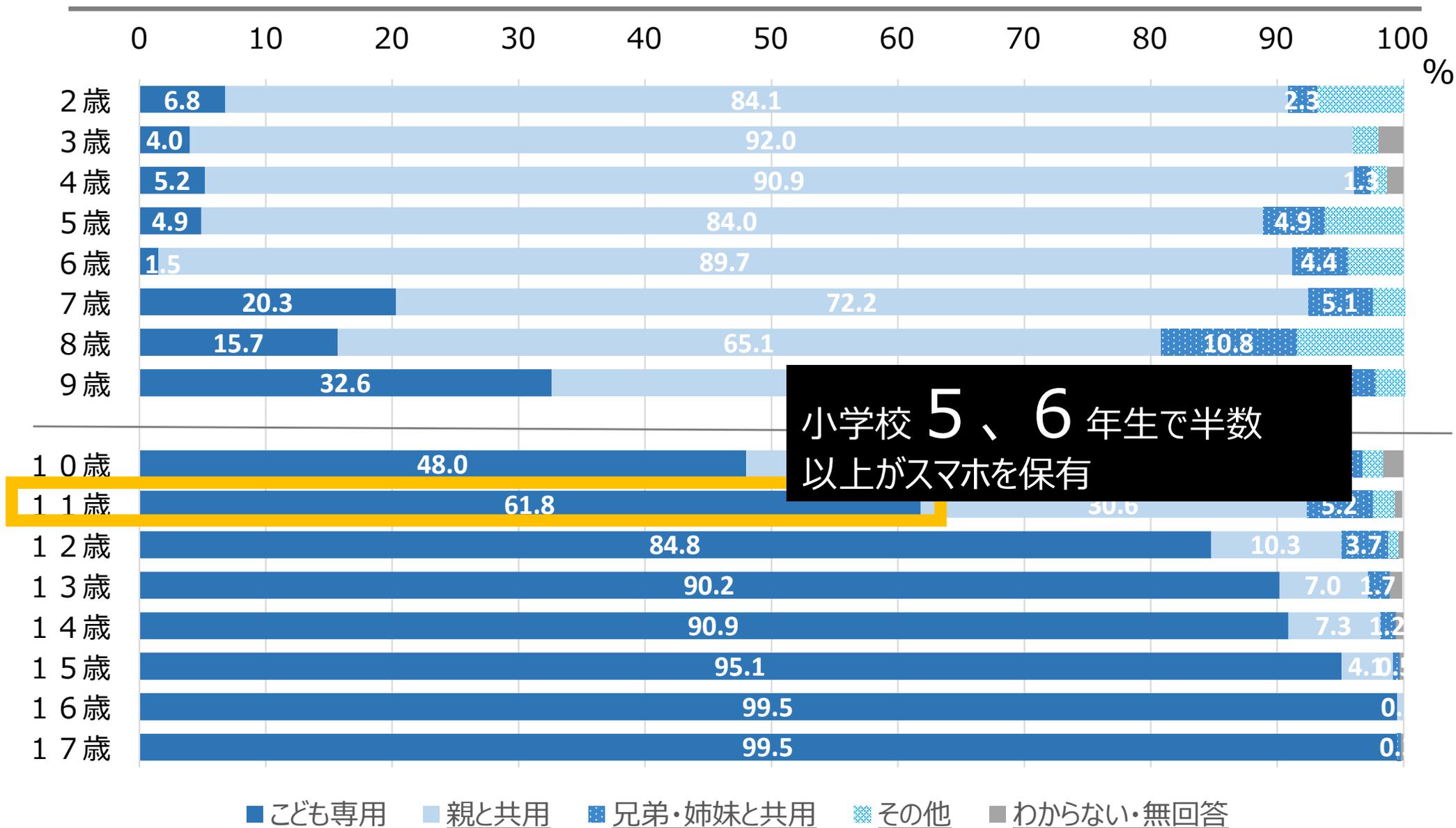


(出典) 令和6年版総務省「情報通信白書」

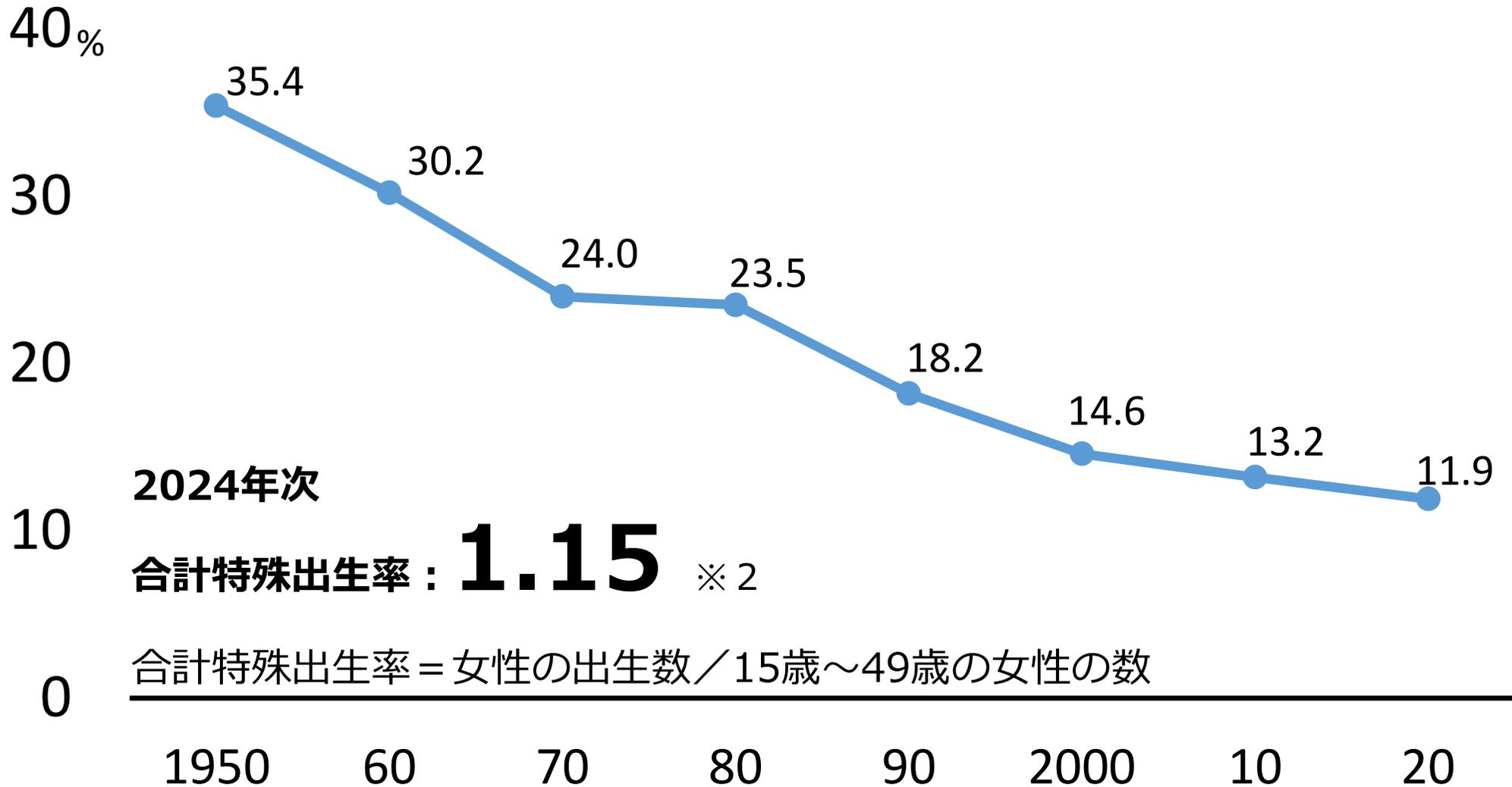
▶ こどものインターネット利用状況



令和3年度スマホ保有率



▶ 0歳～14歳のこどもの割合 ※1

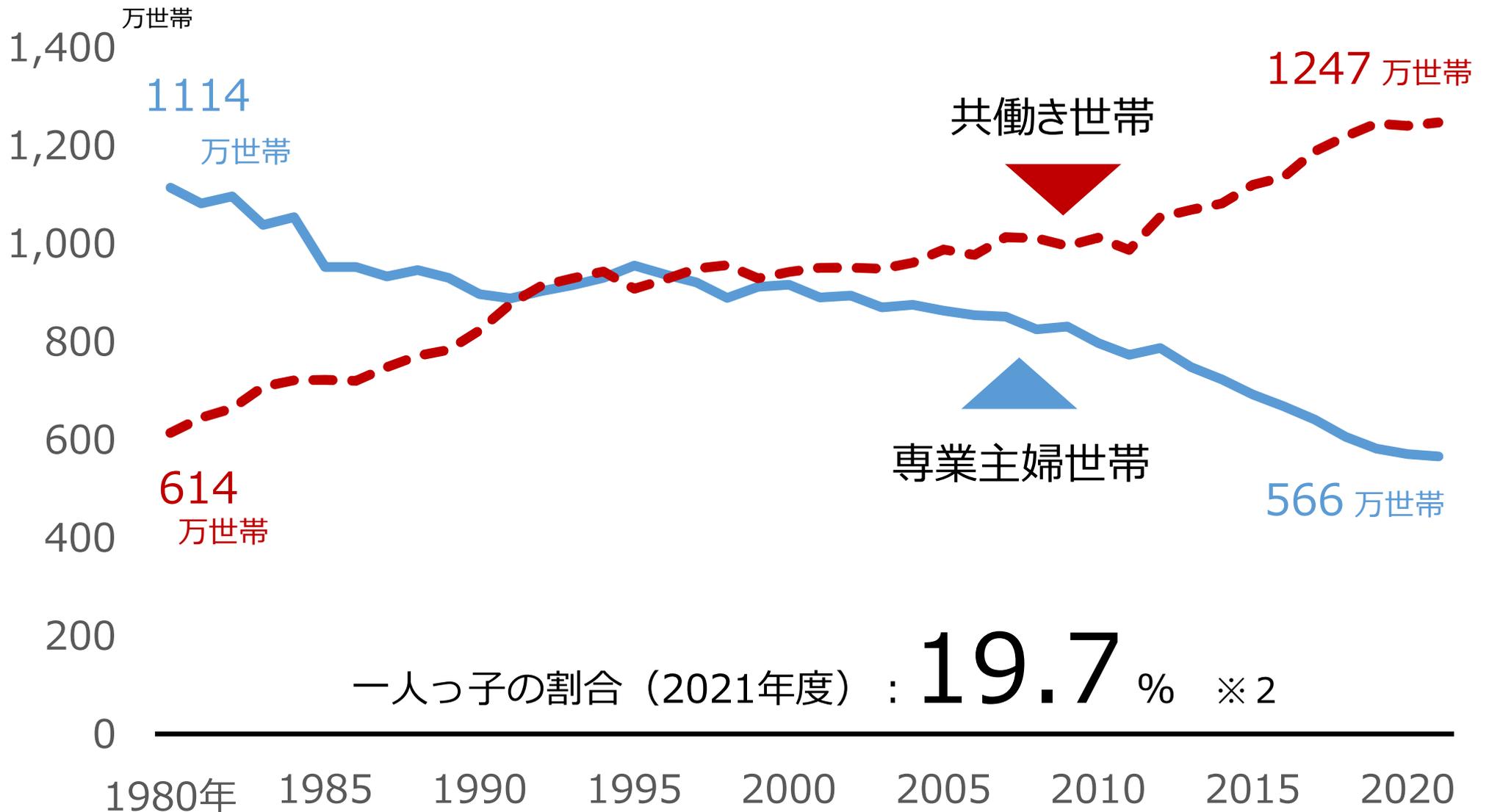


※1 内閣府『少子化対策白書』令和4年版

※2 厚生労働省『令和6年（2024）人口動態統計（確定数）の概況』



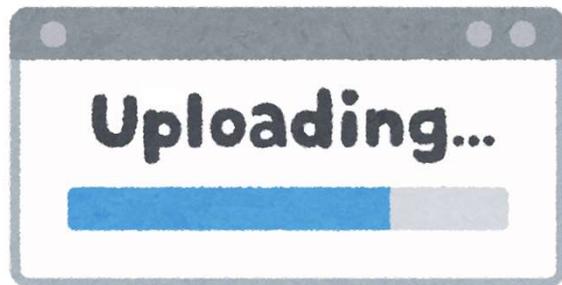
専業主婦世帯と共働き世帯 ※1



※1 独立行政法人労働政策研究・研修機構 早わかりグラフで見る長期労働統計

※2 国立社会保障・人口問題研究所 | 第16回出生動向基本調査 (結婚と出産に関する全国調査)

近年のゲームの特徴



終わりが無い



課金やガチャでレアキャラゲット



チャットによる交流



攻略動画やネット上のイベント



SNSで情報交換



eスポーツの本格化

ゲーム行動症

ゲームの頻度や
プレイ時間などの
コントロールができない

WHOが認定

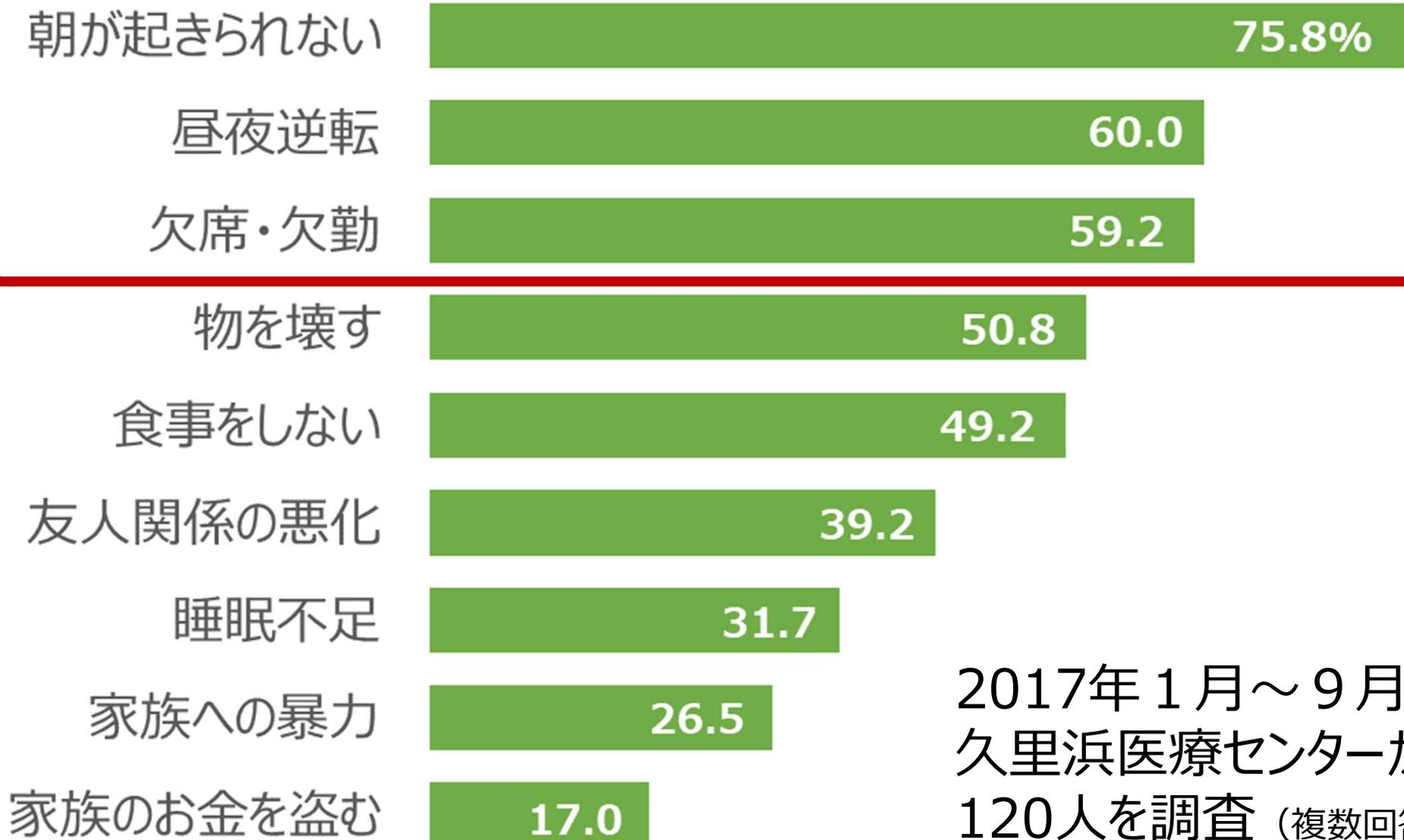
日常生活や他の関心ごとより
ゲームを優先させる



人間関係や健康状態に
問題が起きても
ゲームをやめられない

1年以上続く または 重症な場合

ゲーム行動症患者が抱える様々な問題



2017年1月～9月に
久里浜医療センターが
120人を調査（複数回答）

バトルロイヤル (FPS/TPS)

- フォートナイト

(登録者 3 億 5 千万人 / アクティブプレイヤー数 5600 万人)

- エイペックスレジェンズ

(人気急上昇)

- 荒野行動



60-100人の中から勝ち残る。

チームも組める (ソロ・デュオ・トリオ・スクワッド・クインテット)

チャットなどで交流が盛ん。

定期的にバージョンアップ。

サンドボックス

- マインクラフト

(世界一売れたゲーム)



- あつまれどうぶつの森

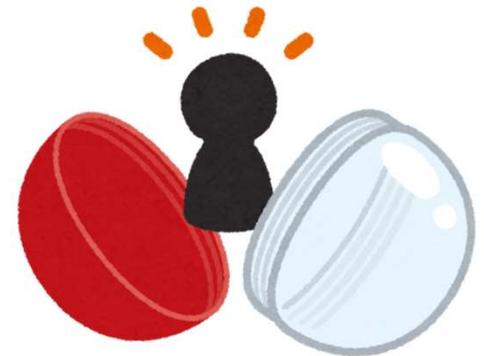
(コロナ禍に人気大爆発)



広大なフィールドに自由に建築物を作り上げていく。
完成した町や建物はYouTubeやインスタグラムで披露する。
『マツコの知らない世界』でも特集

スマホゲーム・ソシヤゲ

- パズドラ
- ツムツム
- ブロックブラスト
- ブロスタ



簡単なパズルゲーム等。指一本で気軽に楽しめる。ガチャと呼ばれるくじで、新キャラをゲット。キャラクターには、R（レア）、SR（スーパーレア）、☆4、☆5などレアリティがついている。

RPG (ロールプレイング)

- ポケモンレジェンズZ-A
- ファイナルファンタジー16
- ゼルダの伝説 TEARS OF THE KINGDOM



最新のグラフィックで、映画のような臨場感。
オープンワールドやシームレスバトルで、自由度が高い。

音楽ゲーム (音ゲー)

- 太鼓の達人

(ゲームセンターでもおなじみ)



- バンドリ!

- アイドリッシュセブン

- プロジェクトセカイ



リズムに合わせてボタンをタップ。“神”と呼ばれるほど上達の余地がある。

ガチャがあり、可愛いキャラクターやアイドルの推しキャラを収集する。男子のみならず女子もはまっている。

対戦型格闘ゲーム (格ゲー)

- ストリートファイターVI

(王道中の王道)

- 大乱闘スマッシュブラザーズ

- 鉄拳7



より強くなるためにテクニックが必要。大会が多く開かれていて、キッズからガチ勢まで幅広く楽しんでいる。

進化したゲーム

- バーチャル (進撃の巨人VR)

バーチャルリアリティ：仮想現実 VRゴーグル



- AR (ポケモンGO、ピクミンBloom)

オーギュメントリアリティ：拡張現実

- メタバース (ロブロックス)



ゲームが画面の中を飛び出して現実との境界がなくなってきた。新しい市場として世界中のゲーム市場が注目している。

ゲームって楽しい！！



好みのゲームが必ず
見つかる



段階的に操作を覚える
ステップがある



肯定的な評価をもらえる



否定的な評価は無視



ゲームの話題でつながる

ゲームには楽しみ方がある



関わりのコツ 2選



こどもの“変わりたい”
気持ちを信じる



こどもの“楽しい”
気持ちに興味を持つ

光

楽しい
反射神経が良くなる
頭の体操になる
頭の回転が速くなる
指が器用になる
チーム連携の大切さが学べる
ネットで交流ができる
指が器用になる
お金が稼げる。大会がある
グラセフでマフィアの常識を知れる
攻略本を読むのも楽しい
物事の法則を見つけるのが上手になる
友達との話題が増える
海外の人ともコミュニケーションできる
敬語を使えるようになる
顔が見えないから陽気になれる
脳汁(アドレナリン)がでる
ゲームでなくネットづきあいの楽しさがある
僕夏で田舎に行った気分を疑似体験
ストレス発散
人生はリセットできないということが学べる
空間認識が良くなる
尊敬される



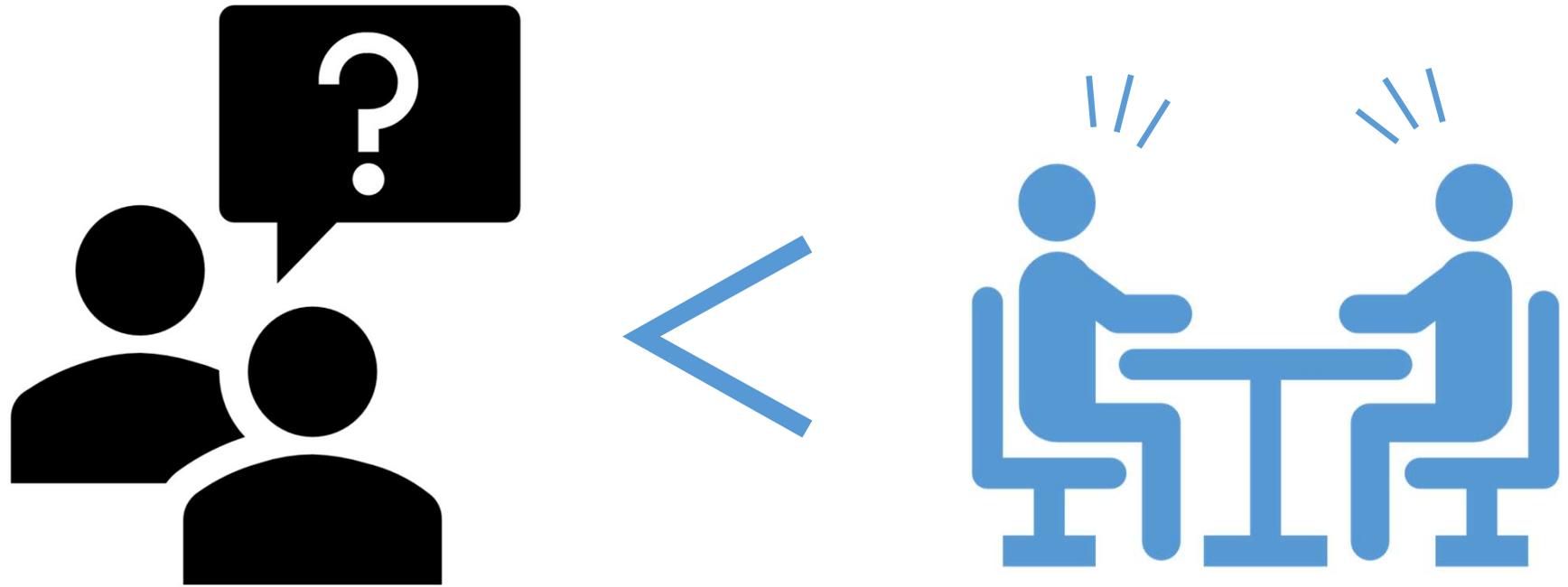
ビックリしなくなる
人付き合いのマナーが学べる
ネ友の方が気楽に付き合える

ネットの世界と二重人格のように
現実逃避する
頭がボーっとする
親フラで親との関係悪化
親に怒られる
課金が止まらない

肩がこる
姿勢が悪くなる
身体能力が落ちる
攻略サイトがエアブ
中国のチートがヤバい
ゲームが壊れる(イライラして壊す)
身体能力が落ちる
民度が低いゲームがある
仲間割れをする
生活リズムが壊れる。夜行性になる
目が悪くなる
ドライアイで涙が出る
手汗をかく
アドレナリンが夜にでる
やられてストレスがたまる
仲間があおって楽しむ人がいる
時間をとられる
兄弟仲にひびが入る
暴言厨がいる(顔見えないから)
バイオハザードで頭がおかしくなる
グラセフで感覚が狂う
精神を害したり自殺する人がいる
トラブルがおきる
声がでてうるさくなる

闇

こどもが“楽しい”を話したら



ゲームの世界に興味をもって、
初めて同じテーブルにつける