



独立行政法人国立病院機構

久里浜医療センター

National Hospital Organization KURIHAMA Medical and Addiction Center



World Health
Organization

ゲーム・ネット依存の現状と 今後の課題

国立病院機構久里浜医療センター

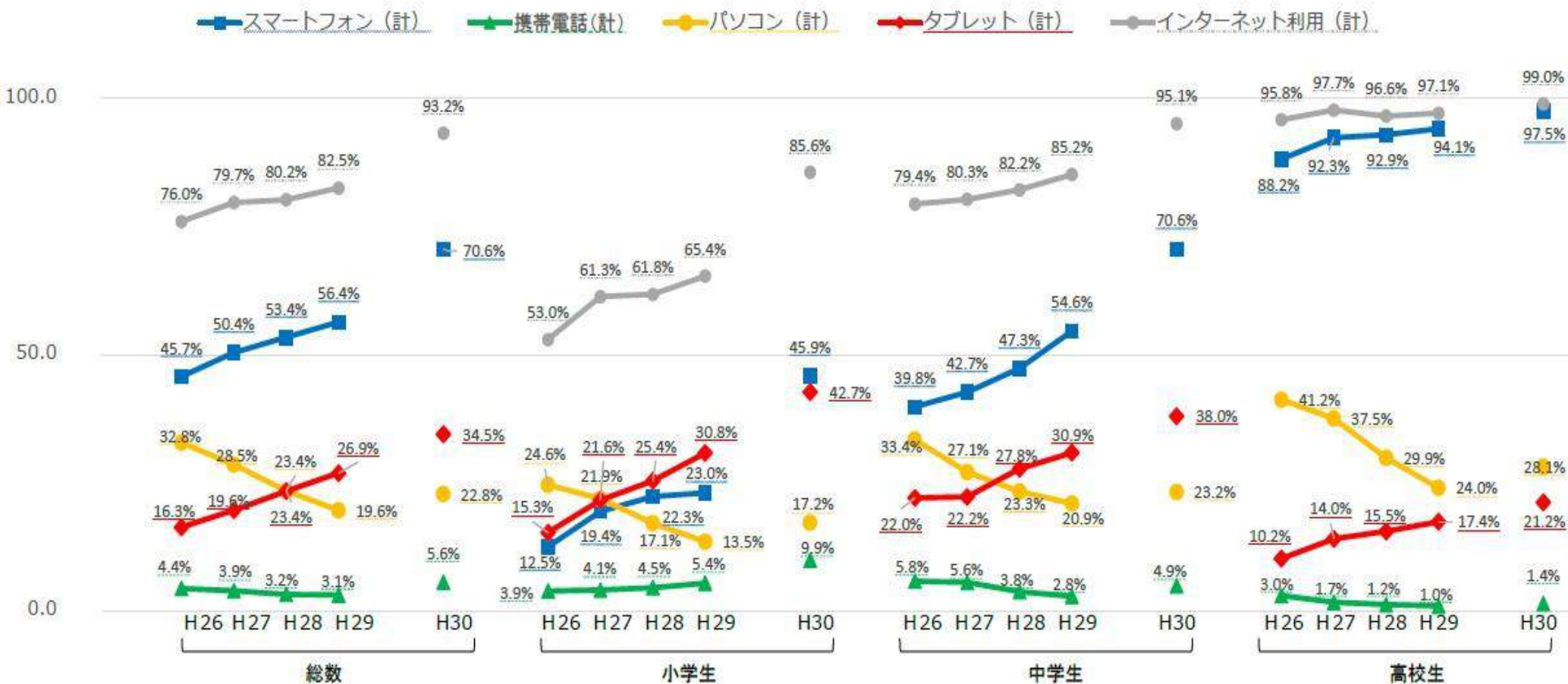
依存症対策全国センター

樋口 進

ゲーム・ネット 依存の現状

平成30年度内閣府青少年のインターネット利用環境実態調査

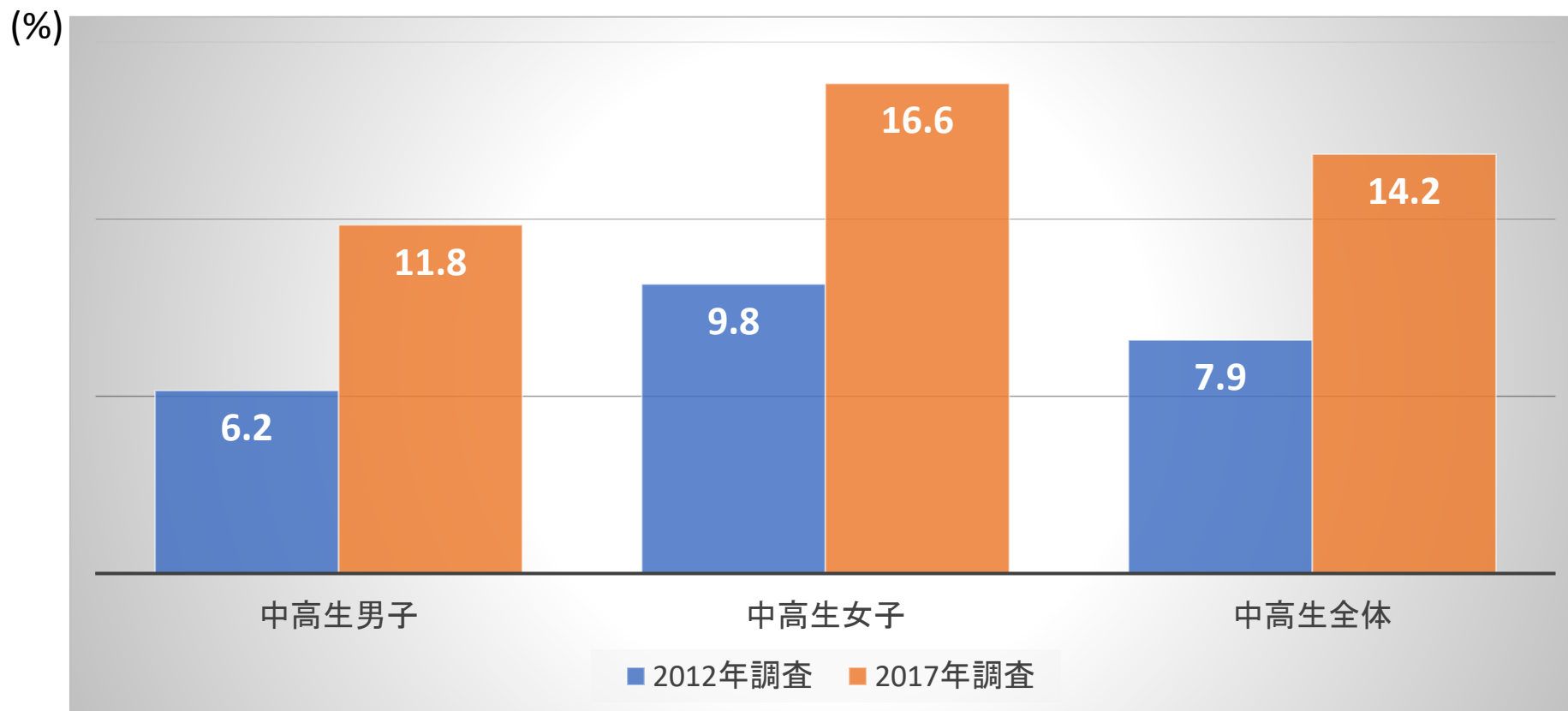
青少年の機器ごとのインターネット利用状況（平成26年度から平成30年度）



調査対象者: 10歳～17歳の3,079名
 調査時期: 平成30年11月～12月

平成26年～29年度と平成30年度の調査方法が異なる。

中学・高校生のネット依存が疑われる者の割合の変化

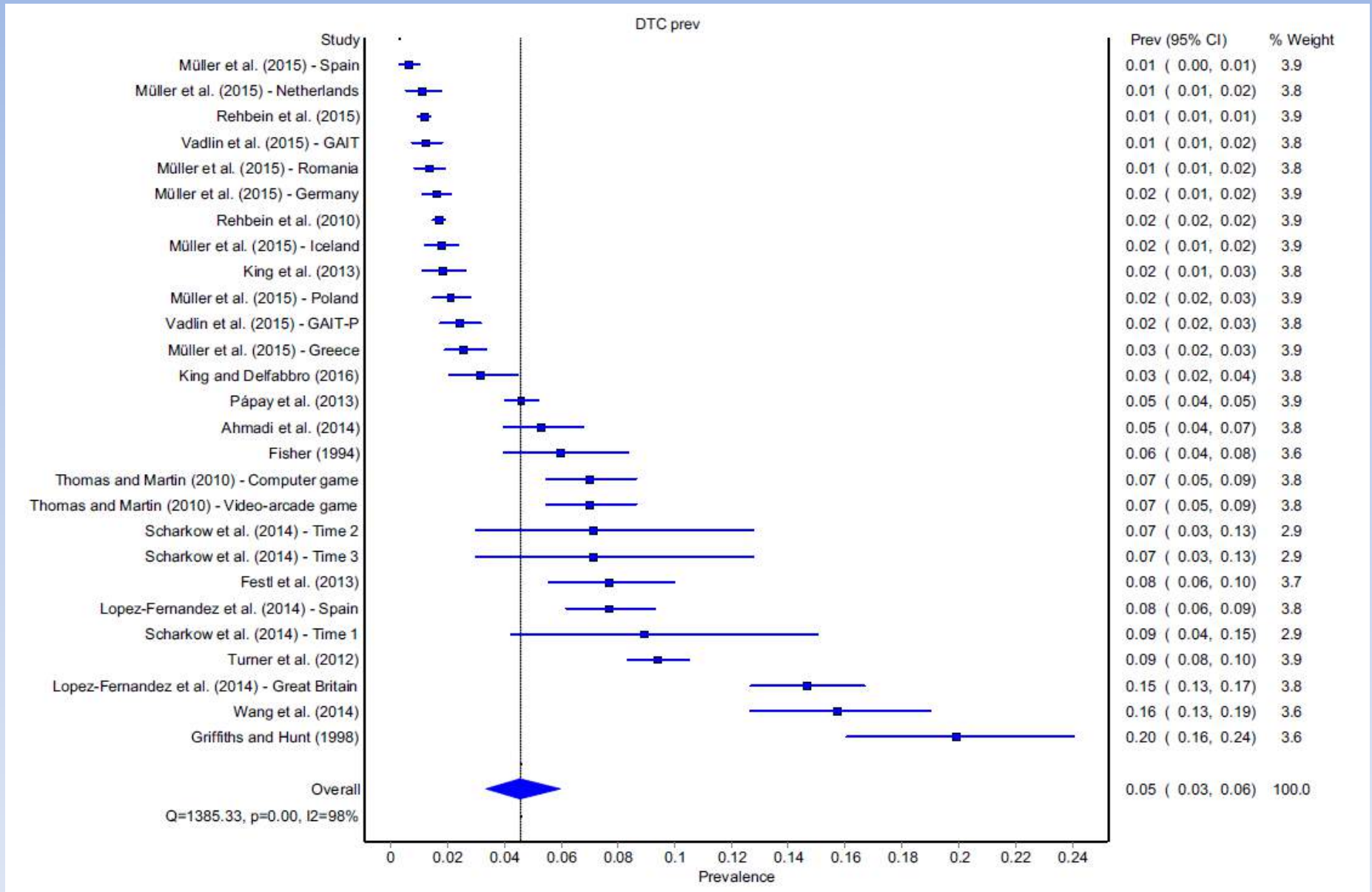


推計値: 52万人(2012) → 93万人(2017)

調査対象者: 100,500名(2012), 64,000名(2017).
評価尺度: Diagnostic Questionnaire (Young K, 1998)の邦訳版

Mihara S et al. *Addict Behav Rep*, 2016.
尾崎米厚ほか. 厚労科研報告書, 2019.

青少年のゲーム障害(IGD)の有病率

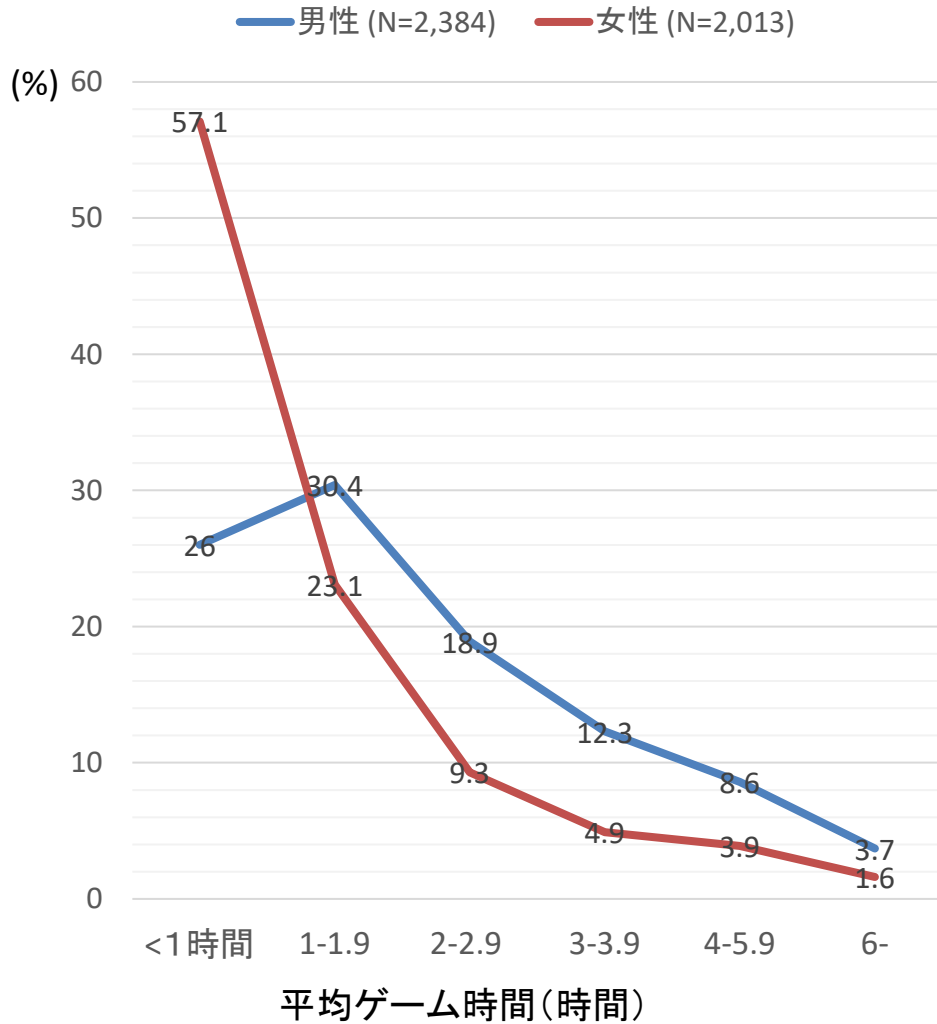


若者のゲーム行動に関する 全国調査

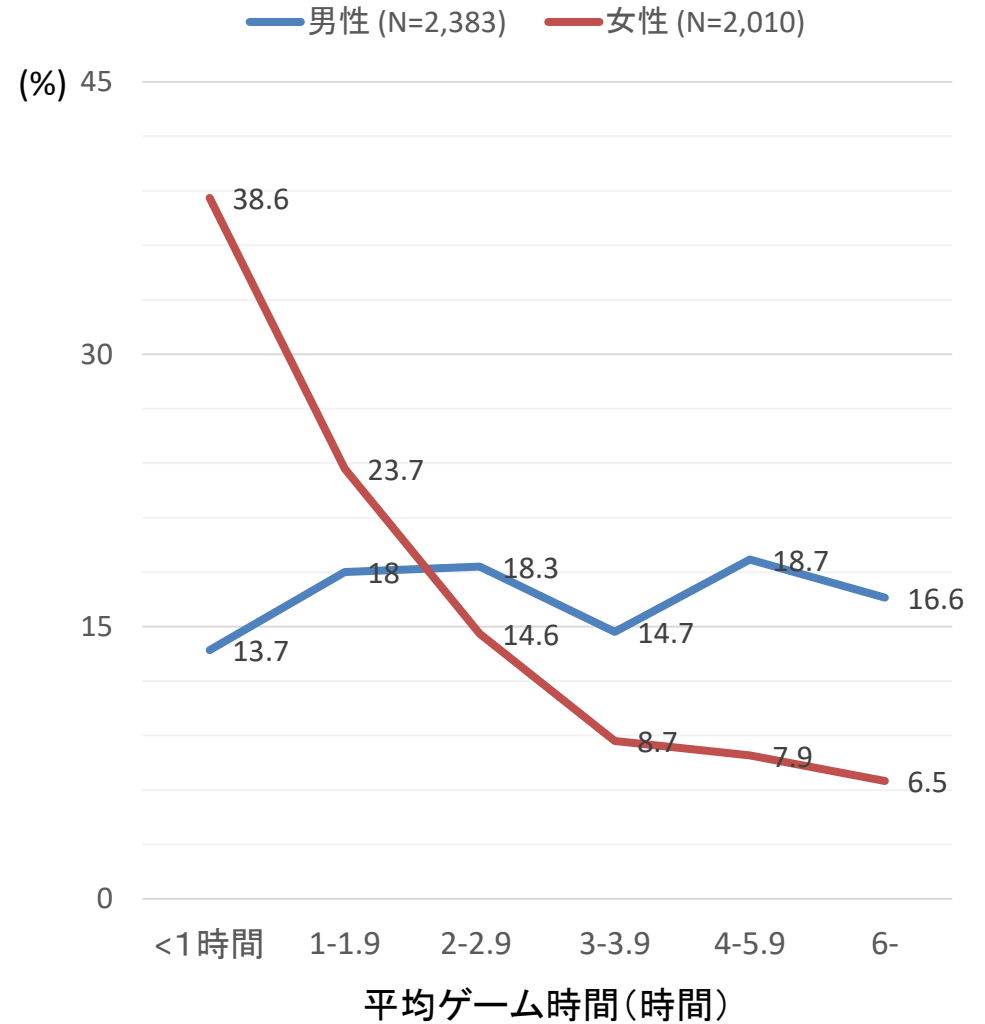
(無作為抽出の10-29歳の男女、5,096名)

週日・休日のゲーム時間の分布

週日



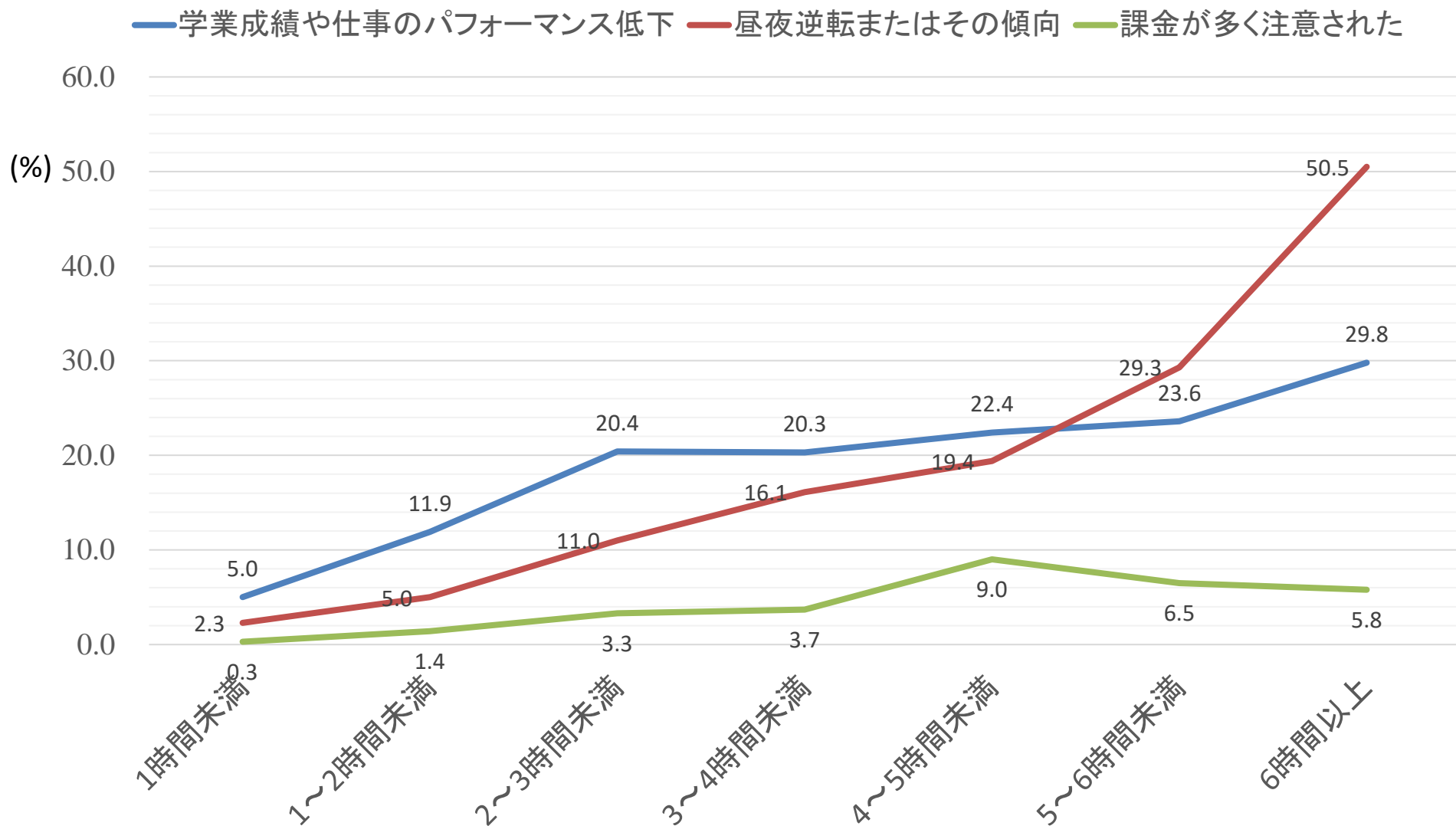
休日



*すべてのデータは性・年齢で補正。

Higuchi S et al. unpublished data.

平日1日のゲーム時間と問題行動との関係

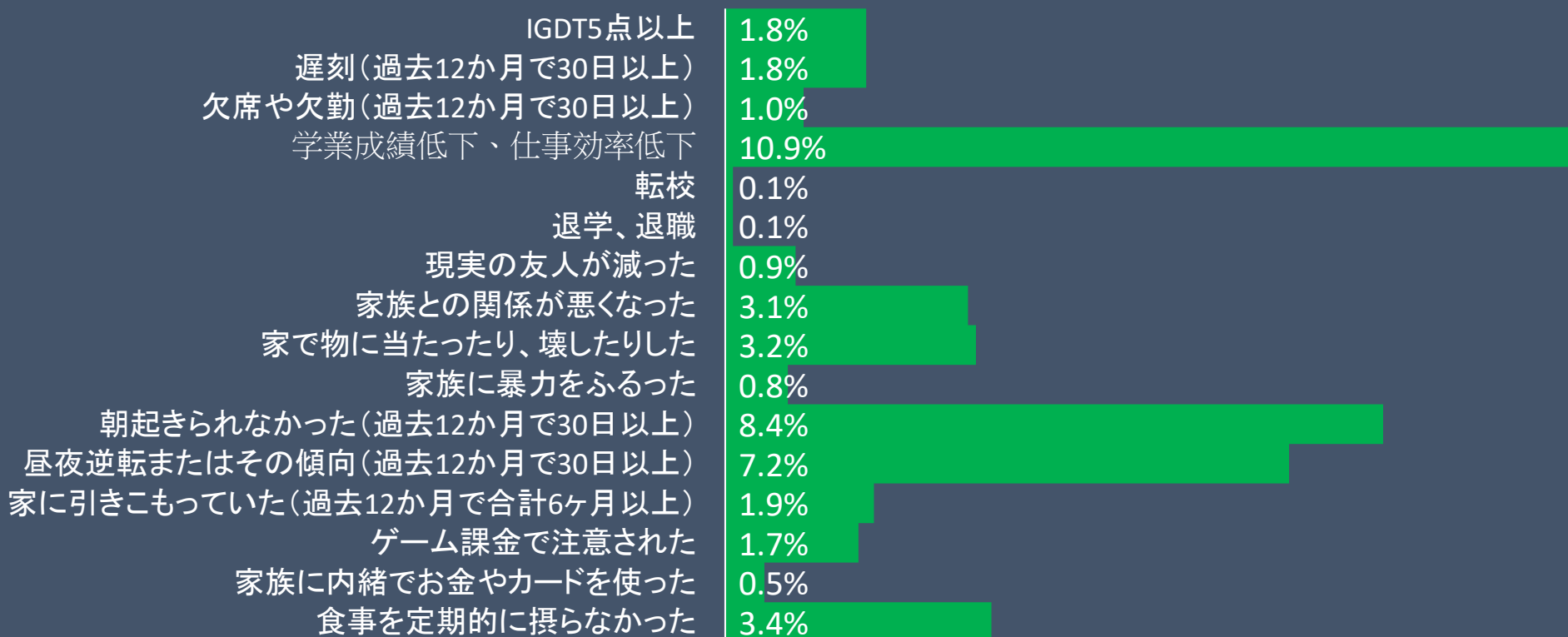


*数値は2018年10月の人口で、性・年齢補正。

Higuchi S et al. Unpublished data.

10~29歳における、過去12か月の ゲームによる社会生活への影響

👉 学業成績や仕事効率の低下、朝起きられない、昼夜逆転、の頻度が高い



ゲーム・ネット依存 の診断・症状

依存(嗜癖)とは

ある行動の行き過ぎ
(依存行動)

+

その行動による明確
な健康・社会問題

ICD-11採択

第72回世界保健総会
(World Health Assembly)
2019年5月20日～5月28日

ゲーム症（障害）が依存として疾病認定



ゲーム障害の定義(ICD-11)

Definition of gaming disorder (ICD-11)

臨床的特徴

- ゲームのコントロールができない。
- 他の生活上の関心事や日常の活動よりゲームを選ぶほど、ゲームを優先。
- 問題が起きているがゲームを続ける、または、さらにエスカレートさせる。

機能的障害

ゲーム行動パターンは重症で、個人、家族、社会、教育、職業やほかの重要な機能分野において著しい障害を引き起こしている。

期間

上記4項目が、12ヵ月以上続く場合に診断する。しかし、4症状が存在し、しかも重症である場合には、それより短くとも診断可能。

ネット依存専門外来受診者の特性

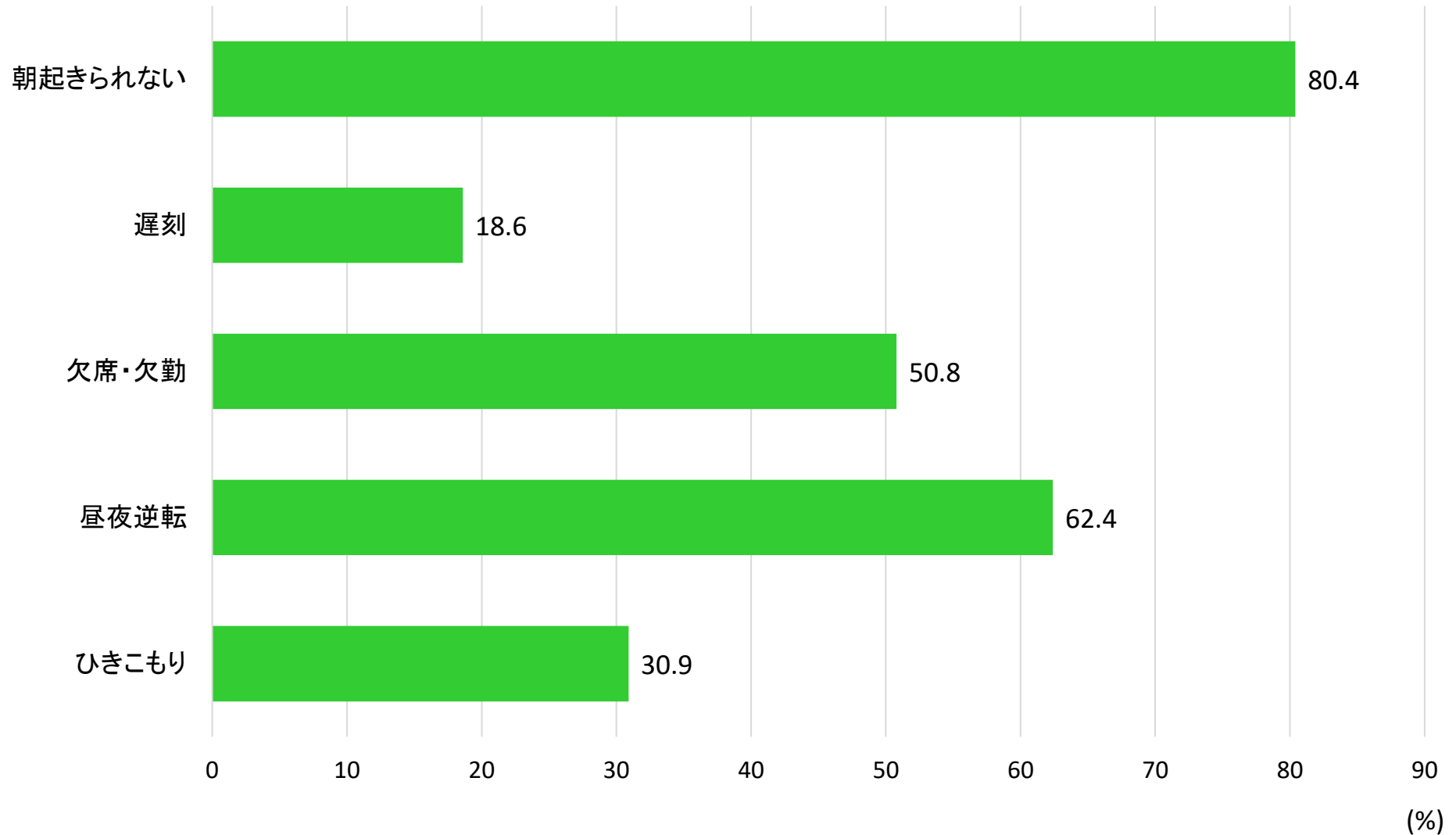
久里浜医療センター(2016.11-2018.8)

項目	ゲーム障害 (N=189)	他のアプリ依存 (N=28)
男性%	90.5%	85.7%
平均年齢 年齢範囲	18.2(7.4)歳 (9-66歳)	22.6(14.1)歳* (11-77歳)
婚姻状況 未婚	183 (96.8%)	24 (85.7%)
職業 学生	144 (76.2%)	18 (64.3%)
ネット使用開始年齢	10.9 (4.9) 歳	13.9 (11.8) 歳*
オフラインゲーム使用開始 年齢	7.3 (2.6) 歳	8.4 (3.3) 歳
オンラインゲーム使用開始 年齢	13.4 (5.7) 歳	16.3 (8.3) 歳

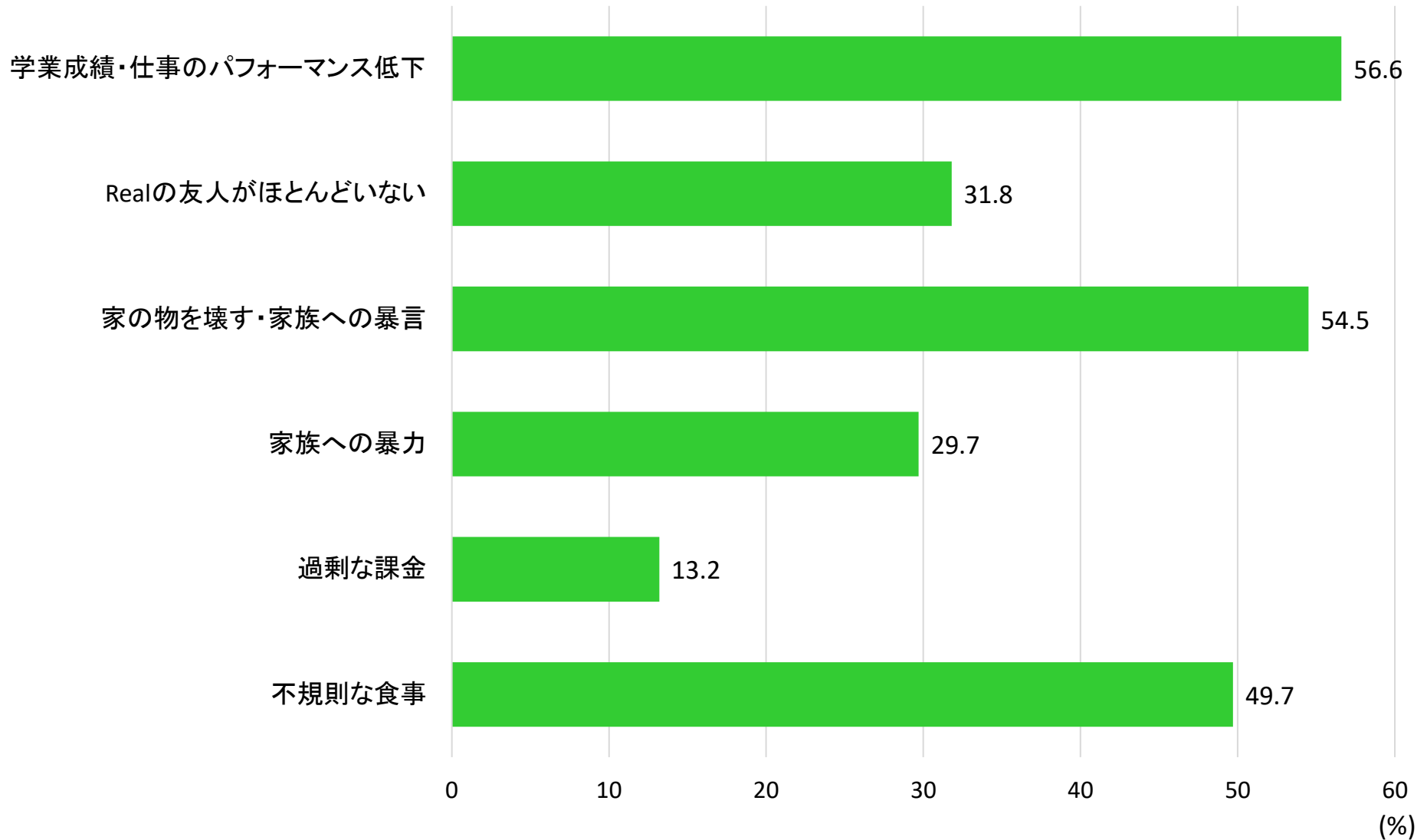
* $P < 0.05$.

Higuchi S et al. J Behav Addict, 2021.

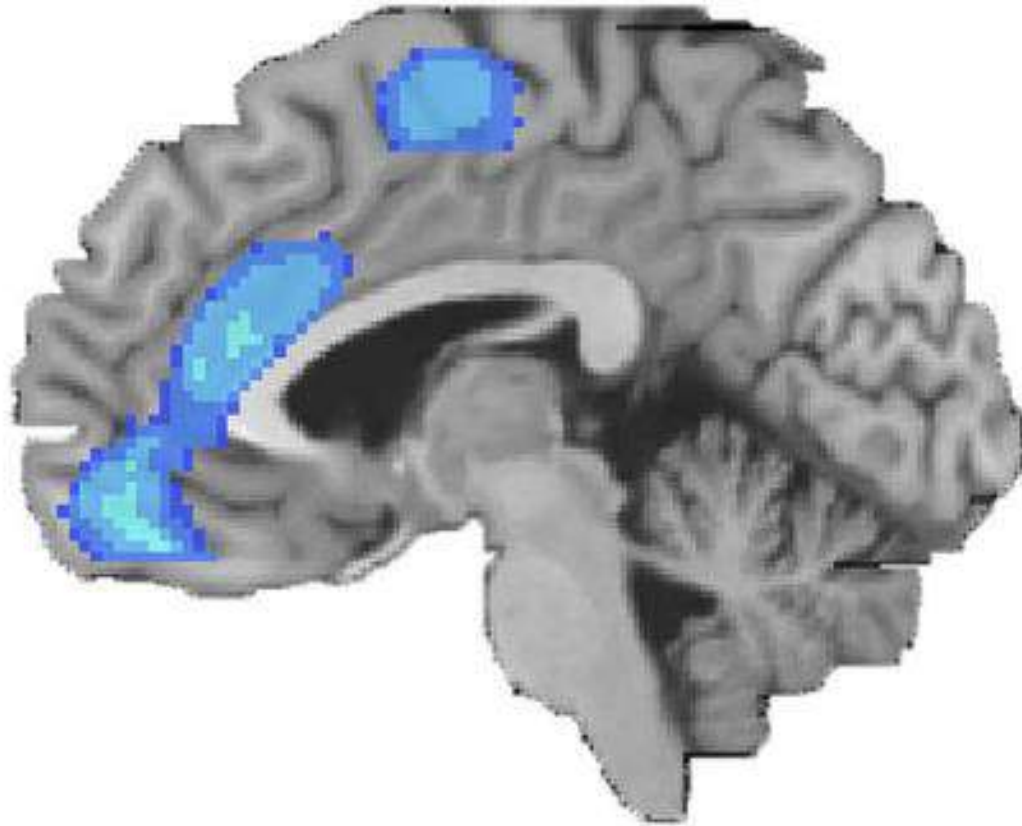
ゲーム障害にともなう様々な問題の出現率 (受診前6カ月のうち3カ月以上続いた割合)



ゲーム障害にともなう様々な問題の出現率



脳の形態



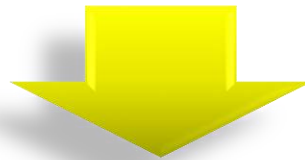
健常者に比べて、ゲームに依存している者の脳では、ブルーの部分の灰白質の体積が小さくなっている。おそらく、過剰なゲームにより萎縮したと推計される。

Yao et al. Neurosci Biobehav Rev, 2017.

ゲーム・ネット 依存の治療

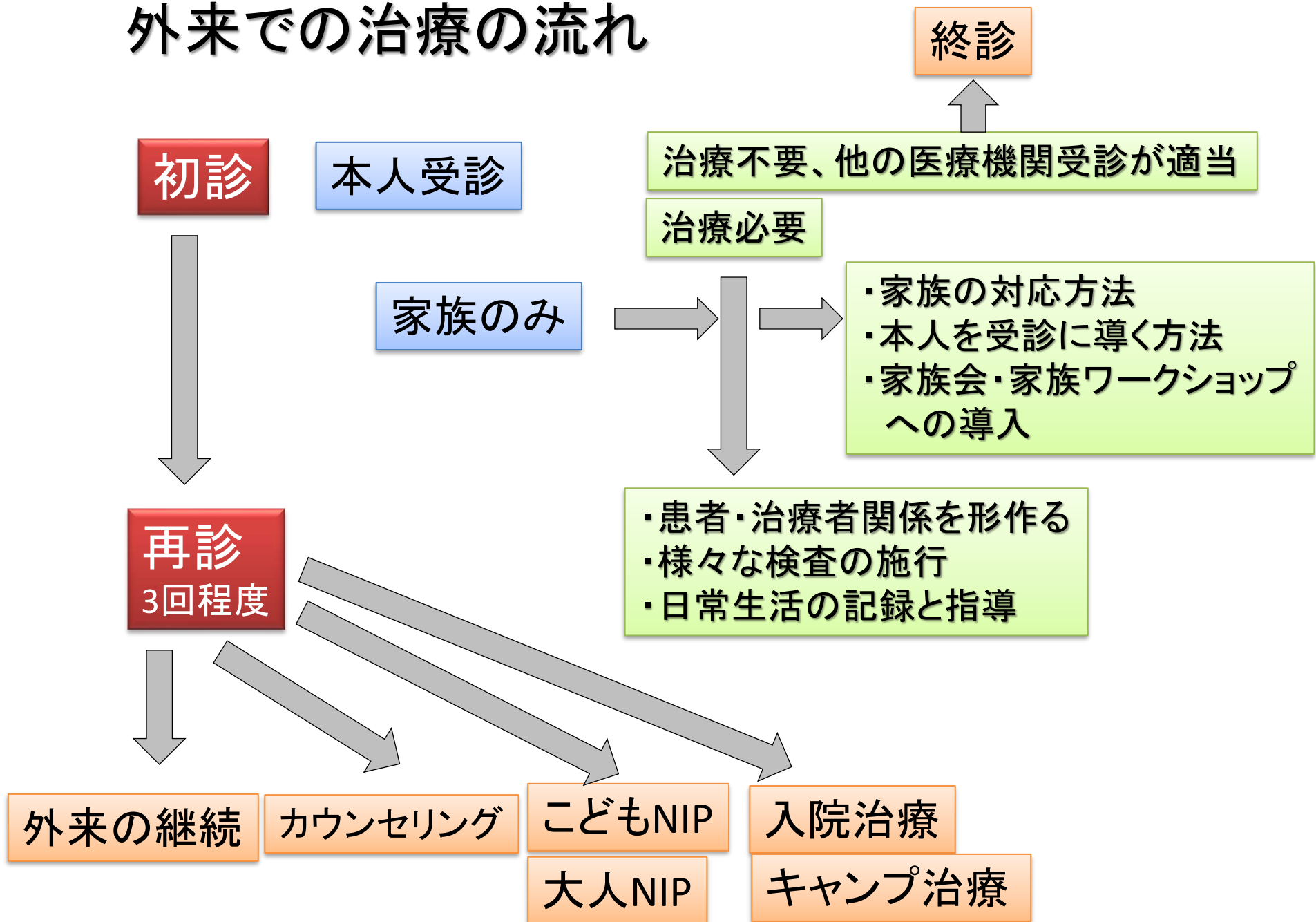
治療の基本

- 周囲から本人のネット使用をコントロールしようとしても難しいことが多い
- 本人が自分の意思で行動を変えていくように援助する



ドロップアウトを防ぎ、継続的に、
我慢強く診てゆく

外来での治療の流れ



CAP-G

ゲーム障害に対する 包括的治療プログラム

Comprehensive Treatment Program for Gaming Disorder

独立行政法人国立病院機構
久里浜医療センター
インターネット依存治療研究部門
Treatment of Internet Addiction and Research (TIAR)

到達チェック表

レベル1からスタートし、一つひとつ課題をクリアしてレベルを上げていきます。

Level	テーマ	ページ	実施日	サイン
1	まずゲームをふりかえてみよう	8	月 日	
2	一日の生活をふりかえてみよう	11	月 日	
3	起きていた問題をふりかえてみよう	14	月 日	
4	ゲーム依存について考えてみよう	18	月 日	
5	ゲーム使用の良い点・悪い点	21	月 日	
6	ゲームを使いすぎる引き金	24	月 日	
7	ゲーム以外の楽しい活動を増やそう	30	月 日	
8	これからの生活をさらによくするためには	34	月 日	
A	日々のストレスへどう対処する	38	月 日	
B	アサーションのスキルアップ	41	月 日	
C	アンガーマネジメントしよう	44	月 日	

ゲーム・ネット 依存の対策

包括的対策が必要

- ゲーム・ネット依存者は増加
- 主に将来ある若者の問題
- 対策は緒についたばかり
- 包括的対策が必要
 - 国民に対する啓発
 - 学校での予防教育の推進
 - 地域・学校での介入・カウンセリング
 - 医療サービスの充実
 - 人材育成
 - ゲーム・ネット提供側の対応

ネット・ゲーム依存の治療を提供している 医療機関数の変化

	病院	クリニック	合計
2016年8月	17	11	28
2018年9月	30	31	61
2020年9月	53	36	89

ゲーム・ネット依存対応に関するマンパワー育成 久里浜医療センター（依存症対策全国センター）

研修名	開始年	回数/年	受講者数/ 2020年度まで	内容
診断・治療等に関する研修	2014	2	415	<ul style="list-style-type: none">・治療・介入担当者が対象・ゲーム・フィルタリング・診断、治療・家族の対応
相談対応に関する研修	2019	1	147	<ul style="list-style-type: none">・相談対応者が対象・ゲーム・フィルタリング・診断、治療・相談対応の方法
予防・対応等に関する研修	2014	1	252	<ul style="list-style-type: none">・教育関係者が対象・ゲーム・フィルタリング・診断、治療・教育現場等での教育方法