

メディア依存からアウトメディアへ

山縣 然太郎

山梨大学大学院総合研究部医学域 社会医学講座

ネット依存症が初めて提唱されたのは1995年にゴールドバーグによるとされている。韓国では2002年に起きた長時間のオンラインゲームによる死亡事例以降、2005年までにオンラインゲーム関連の死亡事例が多数発生したことで社会問題となり、韓国政府は国家青少年保護委員会を設立して国を挙げての対策に乗りだした。ネット依存はICT (Information communication technology) の進歩により、ゲームだけでなく、種々のコンテンツ依存、SNS (Social network service) による人間関係依存、ネット機器をひと時も離さないネット機器依存など多様な依存が存在する。

疾患としては精神障害の診断と統計マニュアル (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM) の第5版に暫定診断基準ながらインターネットゲーム障害がされているのみであったが、WHOの国際疾病分類の改訂 (ICD-11) で「ゲーム障害 (Game Disorder)」がギャンブル障害と同様に嗜癖行動による障害に分類され、2019年5月に承認された。これが予防や治療の研究の推進につながると期待される。

ネット依存による明らかな影響は子どもたちの時間を奪っているということである。それにより、睡眠や運動、勉強の時間が不足している。そこで、学校ではネット依存やゲーム依存に対する様々な取り組みがされており、特に、メディア機器を使わない時間をもつ、「アウトメディア」が進められている。

演者らは、地域の出生コホートを用いて、学校におけるメディアの利用状況やそれに伴う生活習慣の変化や疾病リスクを明らかにしている。また、地域と共に乳幼児期の母親と子どものスマホ等の活用状況を把握して、対応を検討している。

本講演では、ネット依存の現状とアウトメディアを進めるための取組を紹介する。

参考

1. 松崎 尊信, 樋口 進. ゲーム障害 (ICD-11) の世界的動向と今後の対策. 公衆衛生. 84(9) 584-589. 2020
2. Reiji Kojima, Zentaro Yamagata et.al.. Problematic Internet use and its associations with health-related symptoms and lifestyle habits among rural Japanese adolescents. Psychiatry and Clinical Neurosciences 73(1): 20-26. 2019