

山田小学校だより (Metamorphose)



文責 校長 谷川晴峰

「ゲーム障害（依存症）」が疾病として認定されました！！

2018年、世界保健機関（WHO）が、オンラインゲームやテレビゲームのやり過ぎにより日常生活に支障が出る「Gaming disorder（ゲーム依存症）」を、病気の世界的な統一基準である国際疾病分類（ICD）に加える方針であることがわかりました。つまり、「ゲーム依存症は病気」であると、世界的に認められたことを意味しています。

依存する年代は、やはり未成年者に多いようです。依存が深刻になると【寝食を忘れてゲームに没頭し、仕事や学業に支障が出る、家族に暴力を振るう】等の問題が生じています。本日発行された長崎新聞には、驚愕すべき事実が掲載されていました。

”IT大国”を自負する韓国では、02年にネットカフェで86時間、ほとんど寝ずにゲームをした20代男性が死亡。14年には20台の男がネットカフェに入り浸り、家に残した2歳の息子を餓死させた。

韓国政府は14年からネット依存の青少年を山間部の施設に集め、合宿形式での治療を始めた。専門家との面談や体験学習を通しネット以外への関心を、高めるのが目的。（以上、原文のまま）

* ゲーム依存症の症状とは

WHOによると、ゲーム依存症の具体的な症状は、「ゲームをする衝動が止められない」「ゲームを最優先する」「健康を損なう等の問題が起きてもゲームを続ける」「個人や家族、社会、学習、仕事等に重大な問題が生じる」等が特徴です。症状が12カ月以上続いた場合、ゲーム依存症と診断されます。ただし進行が早い幼少期の場合は、前述の症状に該当し重症であれば、もっと短い期間でもゲーム依存症と診断されます。

不登校になった挙句退学してしまったり、会社をやめてしまったり、子育てを放棄したり、引きこもりになる等、社会生活や人間関係等に、重大な支障が起きる点が最大の問題とされています。それだけでなく、健康に重大な被害が及び、エコノミークラス症候群や脳溢血等で死亡する例も起きています。アルコール依存症も怖いといわれますが、幼児期からゲームに接触する現状からしてみると、ゲーム依存の方が、闇は深く恐ろしいと思います。

本校でも機会あるごとに、メディア利用については情報を発信しています。今後も継続していきますので、必ず目を通してください。

ネット上に、自分やお子さんの今の状態が「ゲーム依存症」にどれほど近いのか、自己確認できるサイトがありました。以下の項目に少しでも当てはまるようなら、気を付けたほうがいいと思います。

- ① 始める前に決めた時間より長く、ゲームをしていることがある。
- ② ゲームに夢中になり、やるべきこと（勉強や習い事等）をさぼったことがある。
- ③ 何をもって、ゲームを優先する傾向がある。
- ④ 自分のことより、ゲームの内容が気になって仕方が無い。
- ⑤ 日常生活の中で、常にゲームのことを考えてしまう。
- ⑥ 人に言われ、ゲーム時間を減らそうと試みたが、できなかった。
- ⑦ 徹夜ゲームもいとわない。
- ⑧ ゲームを邪魔をされたときに、怒鳴ったり、取り乱したりすることがある。
- ⑨ 日常生活では、あまり面白くないことが多いが、ゲームの中でなら楽しくいられる。
- ⑩ オンライン上の友達の方が、現実よりも多い。

