

# 社説

インターネットを通じゲームや友人らとのチャットに熱中し、生活に支障が出ている人が増えている。このネット依存の現状について厚生労働省の研究班が調査結果をまとめた。

## 社会全体の問題

中学と高校の生徒を対象にしたアンケートでは、回答した9万8千人のうちネットの「病的な使用」と判定された人は8%。これを全国の中高生の生徒数に当てはめると51万8千人に上る計算だ。次世代を担う子どもたちに、深刻な影響が出ていると分析できる。成人の実態は、国立病院機構久里浜医療センターが2008年に調査し、計271万

人がネット依存傾向と推計した。ゲームにも使える高性能な携帯端末の急速な普及を考えると、さらに増えていることは確実だ。

## ネット依存

子どもだけではなく成人も含め社会全体の問題として捉え、国や自治体は対策を急ぐべきだ。

ネット依存は、ネットに夢中になることで人間関係まで悪化させる状態を招く。症状がひどくなると食事もせずコンピュータの前に居続けたり携帯電話が手放せなくなっ

たりする。昼夜逆転の生活で半ば引きこもり状態になり勉強や仕事に身が入らない。栄養状態が悪く病気になる。家庭崩壊につながるなどさまざまな事態を引き起こす。やめられないゲームには、ネット上でチームをつくって敵を倒すものが多い。倒す過

程で仲間から称賛され、現実には得られない達成感があることが理由とみられる。子どもの場合、携帯電話の無料チャットを利用してグループで話すことがはやってい

る。仲間外れが怖くて、徹夜してしまつことも多いという。この成果を生かせば、家族や学校から相談を受けることができる機関や人材の養成、

# 予防対策の充実を

治療体制の整備にも役立つだろう。

ただ、親の意識の違いによって、子どものネットの使い方は異なる。この格差を埋めるために学校でも、パソコンの便利さだけではなく、使い過ぎで依存につながることもその予防策も同時に伝えるべきだ。

家庭では、ネットを使うルールづくりから始めたい。ゲームなどをやる時間を制限したり、夜は自分の部屋で携帯端末は使わないと決め居間に置くようにしたりすることが考えられる。有害なサイトを閲覧できないようにフィルタ

ーを使うことも大切だ。大人では、家族や仕事という現実の世界の方が、ネットの仮想空間よりも大切ということを家族での話し合いや治療で再確認してもらい、ネットを利用する時間をだんだん減らしていく方法がある。情報通信機器に触らない日をつくる、いわゆるデジタルデトックス(解毒)も有効だろう。

無料チャットを利用してグループで話すことがはやってい

ネットと上手に付き合う必要がある。それには危険性を十分に認識することが大前提であることは言うまでもない。

急がれる現状調査

対策として国は、ネット依