



「こち吹かば にほひおこせよ 梅の花 あるじなしとて 春な忘れそ」 菅原道真



寒さも和らぎ、春を感じるようになりました。今年度もあとわずかです。子どもたちは新年度に向け、準備をしながら、「新年度は頑張るぞ」と心を燃やしていることでしょう。

ネット依存について考える

春休みは、子どもたちにとって自由に使える時間が増えます。パソコンやスマホばかりに向かうことがないように注意をしなければなりません。ここで、パソコンやスマホ使用で一番危険な「ネット依存」について考えてみます。

新聞に「ネット依存 中高生93万人」というタイトルの記事が以前、載っていました。あなたの子どもさんはどうでしょうか？ひょっとして、「うちの子どももネット依存症ではないか？」と不安に感じられる方もおられるのではありませんか。

ここで、厚生労働省研究班の調査結果(2018.8.31)の記事の一部を紹介しましょう。

- 高校生は16%、中学生は12.4%の者がネット依存的疑いがある。
- 5年前と比べて約40万人増え、特に中学生で倍増した。
- 中高生のいずれも女子が男子を上回っている。
- ネットの使い過ぎが招いた問題について、高校生の半数が「成績の低下」と「授業中の居眠り」と回答している。
- 国立病院機構久里浜医療センターの「ネット依存外来」のほとんどが「ゲーム障害(依存症)」でオンラインゲームにのめり込んでいる。患者によっては脳が萎縮して理性をつかさどる機能が低下し、「わかっているけどできない」状態になる。こうした場合は、「朝、起きられない」「遅刻欠席」「ひきこもる」「ものに当たる、壊す」「家族に暴力をふるう」等の症状も現れるという・・・。

皆さんは、この結果を見られてどのように思われるでしょうか。

国立病院機構久里浜医療センターには、「ネット依存外来」が開設されています。年間で約1500人が受診し、約7割が未成年で、患者の低年齢化が進み、10歳未満の子どもも診療に訪れているそうです。また、受診者の多くがオンラインゲームにのめり込んでいるとのことです。

「ゲーム障害(依存)」は本当に怖いもので、ロシア、中国、韓国では、過度のゲームプレイにより身体に極度の負荷がかかり死亡したケースもあります。死亡まで至らなくても、脳が萎縮して起きる様々な症状が出たら大変なことです。もし、わが子がこのようになったらと考えるとぞっとします。

オンラインゲームを規制している国(中国、タイ、ベトナム、韓国等)もありますが、日本はまだまだ自由な状況です。子どもの健全育成と健康のために、何か方法を考えなければならぬ時期になっていると思うのですが、皆さんはどのように思われますか。

「パソコン」「スマホ」は、使い方によってはとても便利な機器です。今後はさらに進化し、浸透していくことでしょう。与えない、使わせないということはもうできない状況になっています。子どもたちが、自分で利用時間等をコントロールする力をつけるように大人の支援が重要になっていると言えます。また、私たち大人も子どもの前では、時と場に応じた使い方をするようにしたいものです。