

栃木県インターネット及びゲームに関連する  
依存に係る調査 報告書(概要版)

令和7(2025)年7月

栃 木 県

# 県内のこどものインターネット及びゲームに関する 使用状況等調査

## 目次

調査の概要	2
-------	---

### テーマ 1

## 小中高生のネット利用等の状況

(1) ネットサービス初回利用年齢と自分専用端末の保有状況、 使用した機器の状況	3
(2) 過去30日間の1日あたりのネット利用時間	4
(3) 過去30日間に利用したネットサービスと利用時間	5
(4) ゲームの実施状況、よく遊ぶゲームジャンルと併用アプリ	6
(5) SNSの利用状況と見知らぬ人とのやりとりや課金の状況	7
(6) ネットの時間制限や機能制限等の状況	8

### テーマ 2

## ネット利用による生活への影響

(1) 生活関連要因別にみたインターネット利用による生活への影響	9
(2) ネット依存の状況	10
(3) ゲーム行動症(ゲーム依存)の状況	11
(4) 睡眠の状況	12
(5) 「気分が落ち込む」あるいは「やる気がでない」/不安で、外出や集団への参加 が嫌だと感じる児童・生徒の状況	14
(6) ネットの使い方における家族からの注意の状況	16

### テーマ 3

## ネット利用に関する教育やネットに関連する認知状況

(1) ネットの危険性に関する教育の受講状況等	17
(2) ゲーム行動症の認知状況	18
(3) eスポーツの認知状況	19

# 県内のこどものインターネット及びゲームに関する 使用状況等調査

## 調査の概要

<b>調査対象</b>	県内の公立学校に在籍する小学4年生～高校3年生の児童・生徒
<b>有効回答数</b>	計13,322サンプル ・小学生(4年生～6年生) 計4,727サンプル 4年生:1,613サンプル 5年生:1,510サンプル 6年生:1,604サンプル ・中学生(1年生～3年生) 計4,721サンプル 1年生:1,544サンプル 2年生:1,586サンプル 3年生:1,591サンプル ・高校生(1年生～3年生) 計3,874サンプル 1年生:1,342サンプル 2年生:1,291サンプル 3年生:1,241サンプル
<b>調査期間</b>	令和6(2024)年11月7日(木)～令和6(2024)年12月6日(金)
<b>回答方法</b>	学校を通じて調査回答フォームの二次元コード・URLを記載した案内状を送付。 1人1台端末(タブレット)を用いたWeb上での回答を基本とし、学級時間やロングホームルーム等の学校時間を活用して調査を実施した(学級時間内の実施が難しい場合は自宅等からの回答を可とした)。

# 小中高生のネット利用等の状況

## (1) ネットサービス初回利用年齢と自分専用端末の保有状況、使用した機器の状況

- ネットサービスを初めて利用した年齢を確認したところ、小・中・高生合計では「10歳」が9.5%と最も多くなっている。
- 学年別にみると、小学生では「6歳」が10.0%、中学生では「10歳」が11.5%、高校生では「12歳」が13.3%となっており、それぞれ最も多くなっている。
- 自分専用の端末の保有状況を見ると、小・中・高生合計では「スマートフォン」の保有率が73.1%と最も高く、以下、「ゲーム機」(63.4%)、「テレビなど」(57.7%)と続いている。
- 学年別にみると、「スマートフォン」は学年が上がるごとに保有率も高くなり、小学生では42.6%、中学生では82.4%、高校生では99.1%となっている。

Q12 インターネットサービスをはじめて利用した年齢は何歳ですか。

(%)

n=	平均年齢			
	小・中・高生合計 (13,322)	小学生(4年~6年) (4,727)	中学生 (4,721)	高校生 (3,874)
平均年齢	9.0歳	6.9歳	9.4歳	10.9歳
3歳以下	2.3	4.4	1.5	0.7
4歳	2.4	4.5	1.8	0.7
5歳	4.6	8.4	3.5	1.5
6歳	6.1	10.0	4.9	2.8
7歳	5.6	8.5	4.7	3.1
8歳	5.4	7.1	5.0	3.8
9歳	5.5	6.8	5.9	3.3
10歳	9.5	5.5	11.5	11.8
11歳	5.3	3.1	7.2	5.6
12歳	8.1	1.1	11.0	13.3
13歳	4.5		4.6	9.8
14歳	1.8		1.1	4.7
15歳	1.3		0.3	4.0
16歳	0.3			1.0
17歳	0.0			0.1
18歳	0.0			0.1

Q9.1 自分専用の端末を持っているもの / Q9.2 過去30日間でインターネットを利用時の機器

(%)

n=	自分専用端末				インターネット利用			
	小・中・高生合計 (13,322)	小学生(4年~6年) (4,727)	中学生 (4,721)	高校生 (3,874)	小・中・高生合計 (13,322)	小学生(4年~6年) (4,727)	中学生 (4,721)	高校生 (3,874)
スマートフォン	54.3	73.1	30.3	42.6	62.6	82.4	73.5	99.1
ゲーム機	38.1	63.4	45.7	71.6	41.0	67.0	25.2	48.9
テレビなど	39.5	57.7	36.3	53.0	44.5	63.0	37.2	57.0
学校で配布されたタブレット	30.4	45.0	31.4	46.7	32.7	45.7	26.3	42.1
家庭で購入したタブレット	15.5	23.8	18.5	28.5	16.1	24.1	11.0	17.5
学校で配布されたPC	13.1	19.2	10.5	15.4	13.5	18.9	16.0	24.3
家庭で購入したPC	6.5	11.0	8.1	12.4	7.4	12.4	7.6	13.0
契約していないスマートフォン	5.7	10.2	9.6	6.1	5.7	9.1	5.4	12.5
携帯電話	3.3	7.1	14.2	7.2	4.7	1.9	0.3	1.3

# 小中高生のネット利用等の状況

## (2) 過去30日間の1日あたりのネット利用時間

- 過去30日間の1日あたりのネット利用時間について、平均利用時間をみると、小・中・高生合計では「平日」が178.5分、「休日」が319.6分となっている。
- 学年別にみると、「平日」、「休日」とともに学年が上がるほど、平均利用時間も長くなる傾向がみられる。
- また、過去30日間において最もネットを利用した1日の平均利用時間をみると、小・中・高生合計では430.0分となっている。
- 学年別に平均利用時間をみると、小学生では344.8分、中学生では428.9分、高校生では537.9分となっている。

Q10 過去30日間の1日の「インターネット平均利用時間」／平日

		n=	小・中・高生合計	n=	小学生(4年~6年)	n=	中学生	n=	高校生
全体		(13,322)	178.5分	(4,727)	148.1分	(4,721)	183.4分	(3,874)	209.3分
学校の楽しさ別	楽しい	(10,066)	172.1分	(3,609)	141.9分	(3,648)	175.6分	(2,809)	205.6分
	どちらとも言えない	(2,751)	194.9分	(957)	163.2分	(912)	206.9分	(882)	216.7分
	楽しくない	(464)	222.3分	(149)	198.2分	(147)	231.2分	(168)	235.8分
体育以外の運動状況別	実施あり	(11,629)	173.9分	(4,374)	145.0分	(4,208)	181.3分	(3,047)	204.8分
	実施なし	(1,638)	212.5分	(316)	193.2分	(498)	202.4分	(824)	225.8分
友だちの有無別	たくさんいる	(8,352)	175.4分	(3,004)	145.7分	(3,192)	180.8分	(2,156)	208.1分
	何人かいる	(4,748)	183.7分	(1,624)	151.5分	(1,471)	188.6分	(1,653)	210.6分
	いない	(183)	196.7分	(81)	174.6分	(50)	207.2分	(52)	222.5分
アルバイトの実施状況別	実施あり	(154)	236.1分	-	-	(26)	227.7分	(128)	237.8分
	実施なし	(6,591)	196.1分	-	-	(3,462)	183.5分	(3,129)	210.0分
クラブ活動の実施状況別	実施あり	(7,085)	173.5分	(2,103)	136.9分	(2,937)	177.6分	(2,045)	204.8分
	実施あり	(4,759)	189.3分	(1,777)	162.4分	(1,363)	192.5分	(1,619)	215.8分
習い事の実施状況別	実施あり	(6,612)	156.7分	(3,238)	135.2分	(2,496)	170.4分	(878)	196.5分
	実施なし	(5,123)	204.0分	(1,047)	184.5分	(1,608)	199.0分	(2,468)	215.3分

Q10 過去30日間の1日の「インターネット平均利用時間」／休日

		n=	小・中・高生合計	n=	小学生(4年~6年)	n=	中学生	n=	高校生
全体		(13,322)	319.6分	(4,727)	262.7分	(4,721)	325.5分	(3,874)	381.8分
学校の楽しさ別	楽しい	(10,066)	307.4分	(3,609)	250.3分	(3,648)	312.2分	(2,809)	374.5分
	どちらとも言えない	(2,751)	349.4分	(957)	290.3分	(912)	365.0分	(882)	397.2分
	楽しくない	(464)	404.2分	(149)	377.8分	(147)	408.7分	(168)	423.6分
体育以外の運動状況別	実施あり	(11,629)	309.2分	(4,374)	255.5分	(4,208)	317.9分	(3,047)	374.5分
	実施なし	(1,638)	396.5分	(316)	371.8分	(498)	392.6分	(824)	408.2分
友だちの有無別	たくさんいる	(8,352)	310.9分	(3,004)	254.6分	(3,192)	318.5分	(2,156)	378.0分
	何人かいる	(4,748)	333.8分	(1,624)	275.5分	(1,471)	338.9分	(1,653)	386.4分
	いない	(183)	353.0分	(81)	314.0分	(50)	386.6分	(52)	383.3分
アルバイトの実施状況別	実施あり	(154)	405.8分	-	-	(26)	339.7分	(128)	419.6分
	実施なし	(6,591)	354.5分	-	-	(3,462)	328.7分	(3,129)	383.3分
クラブ活動の実施状況別	実施あり	(7,085)	310.5分	(2,103)	236.7分	(2,937)	315.9分	(2,045)	378.4分
	実施あり	(4,759)	340.9分	(1,777)	294.1分	(1,363)	344.3分	(1,619)	389.6分
習い事の実施状況別	実施あり	(6,612)	274.4分	(3,238)	233.0分	(2,496)	299.6分	(878)	354.3分
	実施なし	(5,123)	371.5分	(1,047)	342.3分	(1,608)	356.6分	(2,468)	393.7分

Q13 過去30日で1日の最大インターネット利用時間

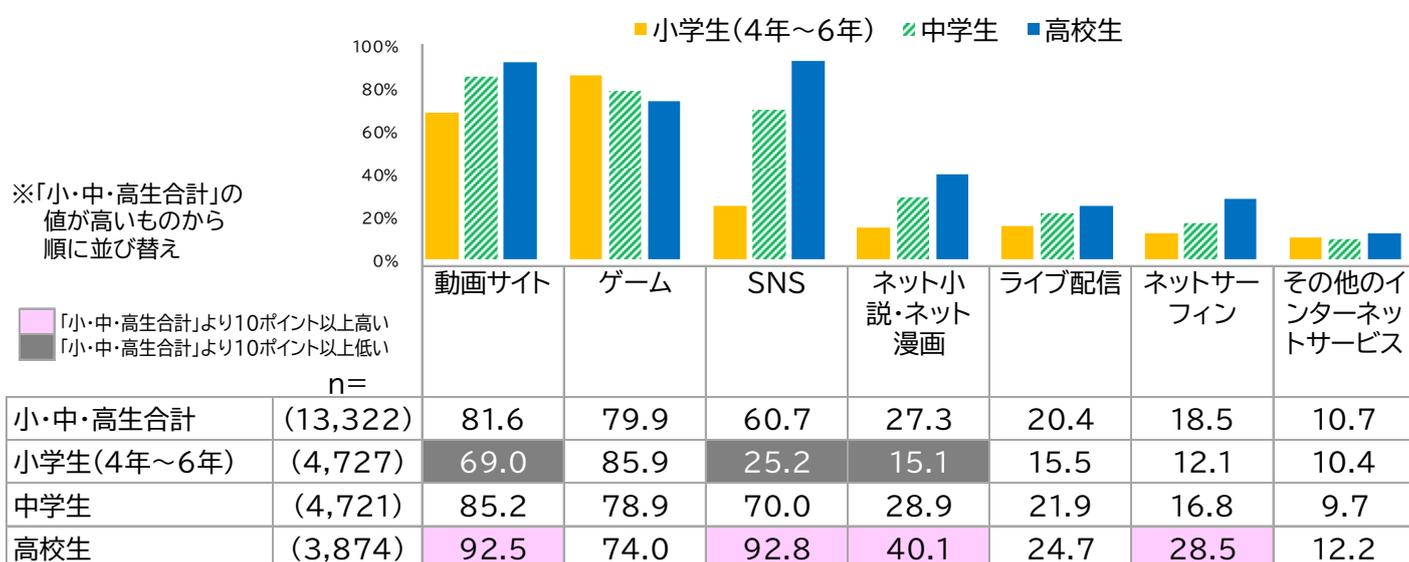
		n=	小・中・高生合計	n=	小学生(4年~6年)	n=	中学生	n=	高校生
全体		(13,322)	430.0分	(4,727)	344.8分	(4,721)	428.9分	(3,874)	537.9分
学校の楽しさ別	楽しい	(10,066)	414.3分	(3,609)	328.8分	(3,648)	411.9分	(2,809)	530.4分
	どちらとも言えない	(2,751)	470.0分	(957)	382.9分	(912)	482.5分	(882)	551.0分
	楽しくない	(464)	532.3分	(149)	475.8分	(147)	515.9分	(168)	604.0分
体育以外の運動状況別	実施あり	(11,629)	417.5分	(4,374)	338.8分	(4,208)	419.7分	(3,047)	529.8分
	実施なし	(1,638)	526.0分	(316)	442.8分	(498)	509.7分	(824)	568.5分
友だちの有無別	たくさんいる	(8,352)	420.6分	(3,004)	339.6分	(3,192)	422.0分	(2,156)	533.3分
	何人かいる	(4,748)	446.3分	(1,624)	351.6分	(1,471)	444.0分	(1,653)	544.1分
	いない	(183)	454.9分	(81)	430.1分	(50)	436.9分	(52)	519.0分
アルバイトの実施状況別	実施あり	(154)	558.9分	-	-	(26)	410.8分	(128)	592.4分
	実施なし	(6,591)	484.5分	-	-	(3,462)	434.8分	(3,129)	540.5分
クラブ活動の実施状況別	実施あり	(7,085)	419.3分	(2,103)	317.7分	(2,937)	416.6分	(2,045)	530.9分
	実施あり	(4,759)	456.8分	(1,777)	375.6分	(1,363)	453.9分	(1,619)	549.8分
習い事の実施状況別	実施あり	(6,612)	373.9分	(3,238)	314.1分	(2,496)	406.4分	(878)	508.4分
	実施なし	(5,123)	496.5分	(1,047)	430.3分	(1,608)	456.9分	(2,468)	550.4分

# 小中高生のネット利用等の状況

## (3) 過去30日間に利用したネットサービスと利用時間

- 過去30日間に利用したネットサービスをみると、小・中・高生合計では「動画サイト」が81.6%と最も多く、以下、「ゲーム」(79.9%)、「SNS」(60.7%)と続いている。
- また、「SNS」の利用を学年別にみると、小学生では25.2%であるのに対し、中学生では70.0%、高校生では92.8%となっており、学年による違いがみられる。
- 過去30日間に利用したネットサービスについて、「平日」における1日あたりの平均利用時間をみると、小・中・高生合計では「動画サイト」が97.6分で最も長く、以下、「SNS」(89.4分)、「ゲーム」(83.7分)と続いている。
- 「休日」における1日あたりの平均利用時間をみると、小・中・高生合計では「動画サイト」が166.4分で最も長く、以下、「ゲーム」(154.2分)、「SNS」(143.8分)と続いている。

Q11.1 下記のインターネットサービスのうち、過去30日間に利用したものすべて教えてください。



Q11.2 過去30日間に利用したインターネットサービスの1日あたりの平均利用時間

※数値は平日の平均時間(分) ※各利用者ベース	動画サイト /平日	ゲーム /平日	SNS /平日	ネット小説・ネット漫画 /平日	ライブ配信 /平日	ネットサーフィン /平日	その他のインターネットサービス /平日
小・中・高生合計	97.6分	83.7分	89.4分	42.2分	37.7分	41.1分	49.5分
小学生(4年~6年)	104.8分	98.3分	89.7分	54.0分	44.0分	47.5分	56.1分
中学生	97.9分	80.7分	90.5分	42.0分	38.3分	39.6分	50.8分
高校生	90.4分	66.9分	88.3分	36.6分	31.6分	38.7分	39.8分

※数値は休日の平均時間(分) ※各利用者ベース	動画サイト /休日	ゲーム /休日	SNS /休日	ネット小説・ネット漫画 /休日	ライブ配信 /休日	ネットサーフィン /休日	その他のインターネットサービス /休日
小・中・高生合計	166.4分	154.2分	143.8分	65.1分	61.0分	58.4分	76.0分
小学生(4年~6年)	171.1分	178.3分	139.3分	78.1分	68.3分	56.7分	81.2分
中学生	164.0分	148.8分	145.7分	65.0分	62.9分	59.5分	83.9分
高校生	164.5分	124.1分	143.5分	58.5分	51.7分	58.5分	60.1分

# 小中高生のネット利用等の状況

## (4)ゲームの実施状況、よく遊ぶゲームジャンルと併用アプリ

- ゲームをよくやるかについて確認したところ、小・中・高生合計では「はい」(よくやる)が63.5%となっている。
- 学年別に「はい」(よくやる)と回答した割合をみると、小学生では73.1%、中学生では62.4%、高校生で53.2%となっている。
- ゲームをよくやると回答した人に、よく遊ぶゲームのジャンルを確認したところ、小・中・高生合計では「シューティング」が52.0%と最も多く、以下、「アクション」(46.3%)、「サンドボックス系」(41.0%)と続いている。
- ゲームをよくやると回答した人に、ゲーム中に一緒に利用する最も利用頻度の高いアプリを確認したところ、小・中・高生合計では「動画サイト」が33.0%と最も高く、以下、「ゲーム(2種類以上のゲームを同時に使用)」(18.6%)、「SNS」(14.9%)と続く。なお、「一緒に利用するアプリはない」は25.3%となっている。

### Q24 あなたはゲームをよくやりますか。

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
はい	63.5	73.1	62.4	53.2
以下				

### Q25 主にどのジャンルのゲームをしていますか。

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
【ゲームをよくやる人ベース】 n=	(8,465)	(3,457)	(2,948)	(2,060)
シューティング	52.0	49.9	56.9	48.5
アクション	46.3	46.7	49.6	40.9
サンドボックス系	41.0	53.4	39.5	22.5
パズル	34.8	29.2	39.7	37.0
戦略シミュレーション	26.0	27.6	27.2	21.6
RPG	25.2	13.6	30.0	38.0
音楽ゲーム	25.2	20.7	29.4	26.8
トレーディングカードゲーム	16.1	9.5	17.0	26.0
育成系	12.1	7.2	12.8	19.3
シミュレーション	6.2	5.5	6.8	6.5

### Q26 あなたがよくやるゲーム中に一緒に利用するアプリのうち、最も利用頻度が高いものを教えて下さい。

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
【ゲームをよくやる人ベース】 n=	(8,465)	(3,457)	(2,948)	(2,060)
動画サイト	33.0	29.2	34.4	37.2
ゲーム(他ゲーム同時)	18.6	23.9	19.2	8.9
SNS	14.9	6.8	18.5	23.2
ライブ配信	1.7	1.2	1.9	2.2
ネット小説・ネット漫画	1.3	1.4	1.3	1.4
ネットサーフィン	1.0	0.7	1.1	1.4
その他	2.4	2.7	1.8	3.0
一緒に利用するアプリはない	25.3	31.3	20.9	21.7

# 小中高生のネット利用等の状況

## (5) SNSの利用状況と見知らぬ人とのやりとりや課金の状況

- SNSの利用状況を確認したところ、小・中・高生合計では「はい」(利用している)が70.9%となっている。
- 学年別に「はい」(利用している)の割合をみると、小学生では38.4%、中学生では82.0%、高校生では97.2%となっている。
- SNS利用者に、SNSで見知らぬ人とのやりとりをしたことがあるかを確認したところ、小・中・高生合計では「やりとりをしたことはない」が54.5%と最も多くなっており、「メッセージ」が44.1%で次ぐ。
- ネットサービスにおける課金先をみると、小・中・高生合計では「使っていない」が62.6%と半数以上を占めており、以下、「ゲーム内での課金」(28.6%)、「ゲームやアプリの購入」(15.9%)と続いている。

### Q17.1 SNSを利用しますか。

(%)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
SNS利用者	70.9	38.4	82.0	97.2

### Q17.2 SNSで見知らぬ人と以下のやりとりをしたことはありますか。

(%)

【SNS利用者ベース】	n=	(9,448)	(1,814)	(3,870)	(3,764)
やりとりをしたことはない		54.5	71.2	56.5	44.4
メッセージ		44.1	26.5	42.2	54.4
自分の写真		3.2	1.8	2.8	4.1
お金		2.3	1.0	1.2	4.1
自分の個人情報		2.1	0.9	1.3	3.5

### Q18.1 これまでにインターネットのサービスでお金を使ったものはどれですか。

(%)

	n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
使っていない		62.6	69.9	64.3	51.6
ゲーム内での課金		28.6	23.8	30.0	32.9
ゲームやアプリの購入		15.9	12.1	15.4	21.2
サブスクリプション		11.1	1.9	7.1	27.4
投げ銭		2.0	0.7	2.2	3.2

### Q18.3 インターネットのサービスに月にどのくらいの金額を使っていますか。

(%)

	n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
使っていない		62.8	70.1	64.3	52.0
1円~999円		19.9	15.3	19.4	26.2
1,000円~4,999円		13.0	9.6	12.1	18.2
5,000円~9,999円		1.7	1.6	1.8	1.8
10,000円~49,999円		0.7	0.7	0.8	0.5
50,000円より多い		0.3	0.4	0.4	0.1

# 小中高生のネット利用等の状況

## (6) ネットの時間制限や機能制限等の状況

- ネットの利用時間の制限状況を見ると、小・中・高生合計では「はい」(制限がある)が39.2%、小学生では57.8%、中学生では42.4%、高校生では12.6%となっている。
- 見ることができないサイトや機能制限の状況を確認したところ、小・中・高生合計では「制限はない」が51.6%と最も多く、以下、「サイトの制限がある」(35.5%)、「SNSができない」(13.9%)となっている。
- また、「サイトの制限はない」の割合を学年別にみると、小学生では38.8%、中学生では47.8%、高校生では72.0%となっている。
- 利用している端末の制限状況を見ると、小・中・高生合計では、「何も制限をされていない」が46.4%と最も多く、以下、「端末上の制限」(30.0%)、「家族に注意される」(14.2%)と続いている。
- 利用している端末の制限解除の方法について認知状況を確認したところ、小・中・高生合計では「はい」(知っている)が18.8%、小学生では14.7%、中学生では18.6%、高校生では24.1%となっている。

### Q14.1 利用時間の制限はありますか。(ひとつのみ選んでください)

(%)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
利用時間の制限あり	39.2	57.8	42.4	12.6

### Q14.2 見ることができないサイトや使えない機能はありますか。(あてはまるものいくつかも選んでください)

(%)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
制限はない	51.6	38.8	47.8	72.0
サイトの制限がある	35.5	37.4	43.7	23.2
SNSができない	13.9	27.4	10.8	1.4
ゲームができない	3.8	5.1	4.5	1.3
動画を見ることができない	3.7	6.1	3.5	1.2

### Q14.3 どのような制限をされていますか。

(%)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
何も制限をされていない	46.4	31.3	42.8	69.3
端末上の制限	30.0	29.4	38.2	20.6
家族に注意される	14.2	22.8	13.9	4.2
家族が端末を預かる	3.6	4.4	5.0	0.9

### Q14.4 制限解除の方法を知っていますか。

(%)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
制限解除の方法を知っている	18.8	14.7	18.6	24.1

# ネット利用による生活への影響

## (1)生活関連要因別にみたインターネット利用による生活への影響

- 過去12か月間のインターネット利用による悪影響は学業46.9%、社会生活14.7%、家庭生活18.2%が「問題あり」と回答した。
- 特に「学校が楽しくない」層では、学業53.6%(+6.7pt)、社会生活28.0%(+13.3pt)、家庭生活26.1%(+7.9pt)となっており、「アルバイト実施あり」層では、学業62.9%(+16pt)、社会生活20.8%(+6.1pt)、家庭生活25.2%(+7.0pt)となっている。
- 友人が「いない」層や体育以外の運動・クラブ活動・習い事が「ない」層では、社会・家庭面の問題が全体より5pt以上高い項目が散見される。

Q16.1 過去12か月間に、以下のどのようなことが起きたでしょうか。病気などネット以外の理由で起きた場合はのぞきます。(あてはまるものいくつでも選んでください)

いずれも「小・中・高生合計」の割合(%)	「小・中・高生合計」の値にて降順に並び替え	■は「小・中・高生合計」より5ポイント以上高い	Q16.1 過去12か月間に、以下のどのようなことが起きたでしょうか。病気などネット以外の理由で起きた場合はのぞきます。(あてはまるものいくつでも選んでください)																回答個数(個)
			フオーマ成績の低下や仕事のバ	(1年間で30日以上)	昼夜逆転またはその傾向	家で、物に当たった、またはこ	(1年間で30日以上)	学校や職場の遅刻(1年間で30日以上)	家族との関係が悪くなった	食事を定期的に摂らなかつた	6か月にひきこもっていた(1年で	現実の友人が減った	人にゲーム課金が多く、家族や他の	家族に暴力をふるった	家族に内緒で、家のお金を使っ	転校	退学		
全体 (13,322)	17.2	14.0	7.9	5.9	4.7	3.7	3.2	3.2	2.5	2.2	1.8	1.3	0.6	0.5	0.0	(%)	0.73		
学校の楽しさ別	楽しい (10,066)	16.0	12.7	6.7	5.1	4.3	3.2	2.6	2.5	1.9	1.4	1.5	1.1	0.5	0.5	0.0	0.63		
	どちらとも言えない (2,751)	21.0	17.5	11.4	8.1	5.7	5.0	5.0	4.7	3.6	3.5	2.5	1.9	0.8	0.4	0.0	0.95		
	楽しくない (464)	22.2	22.0	14.7	11.4	7.5	5.8	7.8	9.3	7.3	10.8	3.7	2.2	1.7	0.4	0.0	1.34		
体育以外の運動状況別	実施あり (11,629)	16.6	13.7	7.1	6.0	4.7	3.6	3.2	2.9	2.1	2.0	1.7	1.3	0.6	0.4	0.0	0.70		
	実施なし (1,638)	22.0	16.7	14.2	5.1	4.4	4.2	3.4	5.4	4.9	3.3	2.4	1.1	0.7	0.5	0.1	0.93		
友だちの有無別	たくさんいる (8,352)	15.8	13.2	6.4	5.3	4.3	3.5	2.7	2.4	1.7	1.2	1.7	1.2	0.6	0.5	0.0	0.64		
	何人かいる (4,748)	19.9	15.5	10.4	7.0	5.1	3.9	4.1	4.6	3.8	3.7	1.7	1.4	0.7	0.4	0.0	0.86		
	いない (183)	15.8	13.7	13.1	5.5	8.7	7.1	6.0	3.8	3.8	9.3	3.3	2.7	2.2	1.1	0.0	1.02		
アルバイトの実施状況別	実施あり (1,54)	29.2	22.7	16.2	1.9	7.8	12.3	3.2	6.5	2.6	3.2	1.3	0.0	1.3	0.0	0.0	1.17		
	実施なし (6,591)	22.5	15.2	10.9	4.7	4.2	3.9	3.1	3.4	2.8	2.0	1.5	0.5	0.6	0.2	0.0	0.79		
クラブ活動の実施状況別	実施あり (7,085)	17.6	13.7	6.5	5.7	4.5	3.3	3.3	2.6	1.9	2.0	1.5	1.2	0.6	0.5	0.0	0.68		
	実施なし (4,759)	17.9	15.1	10.3	6.0	4.6	4.1	3.1	4.2	3.2	2.3	2.1	1.3	0.7	0.4	0.0	0.79		
習い事の実施状況別	実施あり (6,612)	15.6	13.9	6.3	6.8	4.8	3.5	3.5	2.8	2.3	2.2	1.6	1.8	0.7	0.4	0.0	0.70		
	実施なし (5,123)	19.8	14.7	10.6	5.2	4.5	3.9	2.9	3.9	2.9	2.2	1.9	0.8	0.6	0.4	0.1	0.78		

Q16.2 1) 過去12か月間に、インターネット利用は、あなたの学業にどの程度悪影響があったでしょうか。

問題あり・計(%)	Q16.2 1) 過去12か月間に、インターネット利用は、あなたの学業にどの程度悪影響があったでしょうか。				
	大きな問題がある	少し問題がある	全く問題ない	無回答・不明	
全体 (13,322)	5.0	41.9	50.9	46.9	
学校の楽しさ別	楽しい (10,066)	4.2	41.1	52.7	45.3
	どちらとも言えない (2,751)	7.4	44.5	45.7	51.9
	楽しくない (464)	8.6	45.0	42.2	53.6
体育以外の運動状況別	実施あり (11,629)	4.6	41.4	51.9	46.0
	実施なし (1,638)	8.1	46.1	43.8	54.2
友だちの有無別	たくさんいる (8,352)	4.4	40.4	53.1	44.8
	何人かいる (4,748)	5.9	45.0	46.8	50.9
	いない (183)	9.3	31.1	54.6	49.4
アルバイトの実施状況別	実施あり (1,54)	12.3	50.6	35.1	62.9
	実施なし (6,591)	7.0	51.3	40.3	58.3
クラブ活動の実施状況別	実施あり (7,085)	4.5	43.8	49.7	48.3
	実施なし (4,759)	5.9	41.4	51.0	47.3
習い事の実施状況別	実施あり (6,612)	4.3	47.9	55.9	42.0
	実施なし (5,123)	6.2	47.3	44.8	53.5

Q16.2 2) 過去12か月間に、インターネット利用は、あなたの社会生活にどの程度悪影響があったでしょうか。

問題あり・計(%)	Q16.2 2) 過去12か月間に、インターネット利用は、あなたの社会生活にどの程度悪影響があったでしょうか。				
	大きな問題がある	少し問題がある	全く問題ない	無回答・不明	
全体 (13,322)	13.5	83.4	14.7	14.7	
学校の楽しさ別	楽しい (10,066)	11.3	86.1	12.2	12.2
	どちらとも言えない (2,751)	19.6	76.4	21.5	21.5
	楽しくない (464)	4.3	23.7	68.3	28.0
体育以外の運動状況別	実施あり (11,629)	13.4	83.6	14.6	14.6
	実施なし (1,638)	14.0	82.2	16.0	16.0
友だちの有無別	たくさんいる (8,352)	11.4	86.0	12.3	12.3
	何人かいる (4,748)	16.8	79.4	18.5	18.5
	いない (183)	21.3	72.7	33.3	24.0
アルバイトの実施状況別	実施あり (1,54)	18.2	76.6	20.8	20.8
	実施なし (6,591)	15.4	81.8	17.0	17.0
クラブ活動の実施状況別	実施あり (7,085)	13.2	84.0	14.4	14.4
	実施なし (4,759)	14.1	83.0	15.6	15.6
習い事の実施状況別	実施あり (6,612)	12.3	84.8	13.6	13.6
	実施なし (5,123)	14.8	82.3	16.1	16.1

Q16.2 3) 過去12か月間に、インターネット利用は、あなたの家庭生活や家族との関係にどの程度悪影響があったでしょうか。

問題あり・計(%)	Q16.2 3) 過去12か月間に、インターネット利用は、あなたの家庭生活や家族との関係にどの程度悪影響があったでしょうか。				
	大きな問題がある	少し問題がある	全く問題ない	無回答・不明	
全体 (13,322)	16.8	80.4	18.2	18.2	
学校の楽しさ別	楽しい (10,066)	15.2	82.5	16.2	16.2
	どちらとも言えない (2,751)	22.1	74.2	24.1	24.1
	楽しくない (464)	6.5	19.6	71.1	26.1
体育以外の運動状況別	実施あり (11,629)	16.9	80.5	18.2	18.2
	実施なし (1,638)	16.2	80.2	18.3	18.3
友だちの有無別	たくさんいる (8,352)	15.0	82.4	16.2	16.2
	何人かいる (4,748)	19.8	77.1	21.4	21.4
	いない (183)	5.5	19.7	72.7	25.2
アルバイトの実施状況別	実施あり (1,54)	19.5	76.6	20.8	20.8
	実施なし (6,591)	17.5	80.2	19.0	19.0
クラブ活動の実施状況別	実施あり (7,085)	17.3	80.1	18.7	18.7
	実施なし (4,759)	16.2	81.2	17.7	17.7
習い事の実施状況別	実施あり (6,612)	17.2	80.1	18.7	18.7
	実施なし (5,123)	16.5	80.9	17.8	17.8

# ネット利用による生活への影響

## (2) ネット依存の状況

- ネットを利用することに関する各項目の「あてはまり度」(「はい」と回答した割合)をみると、小・中・高生合計では、「インターネットに夢中になっていると感じている」が64.8%と最も高く、以下、「使いはじめに考えていたよりも、長い時間オンラインの状態ですごしてしまう」(45.9%)、「ネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたけれども、うまくいかなかったことが何度もある」(34.4%)と続いている。
- 本質問による回答を点数化し、区分した結果をみると、「インターネット依存の疑いがある」と判定される「5点以上」の割合は、小学生で8.2%、中学生で13.6%、高校生で18.0%となっている。

### Q20 インターネットを利用することについての気持ち

		n=				(%)			
		小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
		(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)				
1	あなたはインターネットに夢中になっていると感じていますか。	64.8	55.0	67.9	72.8				
2	あなたは、ネットを使っている時間をだんだん長くしていかないと、満足できなくなってきたと感じますか。	17.2	16.2	17.6	17.8				
3	あなたは、ネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたけれども、うまくいかなかったことが何度もありましたか。	34.4	28.3	35.0	41.0				
4	ネットの使用を制限したり、完全にやめようとしたらすると、落ち着かなかったり、機嫌が悪くなったり、気持ちが沈んだり、またはイライラしますか。	18.5	15.9	19.5	20.5				
5	あなたは、使いはじめに考えていたよりも、長い時間オンラインの状態ですごしてしまいますか。	45.9	30.3	46.7	63.8				
6	あなたは、ネットのために大切な人間関係、学校、勉強、部活の機会を失いそうになったことがありますか。	5.8	4.1	6.1	7.4				
7	あなたは、ネットへの熱中のしすぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか。	11.3	9.3	11.7	13.3				
8	あなたは、問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、ネットを使いますか。	22.5	11.9	24.2	33.4				

※本調査項目は、アメリカのヤング博士によって開発された世界で最もよく使われてきたインターネット依存のスクリーニングテストから引用し、「久里浜医療センターネット依存治療研究部門」が翻訳したものと同様の設問を設定。(https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/dq.html)  
「はい」が1点、「いいえ」が0点。合計点5点以上で「インターネット依存の疑いがある」と判定される。

### Q20 「インターネットを利用することについての気持ち」合計点

		※3%未満の数値は非表示										平均(点)	5点以上(%)
n=		0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	無回答・不明		
小・中・高生合計	(13,322)	21.7	18.7	19.4	15.5	10.2	6.4	3.7				2.2	12.9
小学生(4年~6年)	(4,727)	31.3	21.4	18.2	11.7	7.5	4.0					1.7	8.2
中学生	(4,721)	19.9	18.8	19.6	15.9	11.0	6.6	4.0				2.3	13.6
高校生	(3,874)	12.2	15.4	20.7	19.7	12.5	9.2	5.0				2.7	18.0

# ネット利用による生活への影響

## (3)ゲーム行動症(ゲーム依存)の状況

- ゲームをよくやると回答した人に、ゲーム依存に関する各項目の「あてはまり度」(「はい」と回答した割合)をみると、小・中・高生合計では「ゲームをする前に意図していたより、しばしばゲーム時間が延びた」が49.9%と最も高く、以下、「ゲームを止めなければいけない時に、しばしばゲームを止められなかった」(36.6%)、「ゲームのために、学業成績や仕事のパフォーマンスが低下した」(20.8%)と続いている。
- 本質問による回答を点数化し、区分した結果をみると、「ゲーム行動症の疑いがある」と判定される「5点以上」の割合は、小学生で9.1%、中学生で14.8%、高校生で17.3%となっている。

Q27 ゲーム依存について【Q24 ゲームをよくやりますか=はい回答者ベース】

n=		(%)				
		小・中・高生合計 (8,465)	小学生(4年~6年) (3,457)	中学生 (2,948)	高校生 (2,060)	
1	ゲームを止めなければいけない時に、しばしばゲームを止められませんでしたか	36.6	34.2	37.4	39.4	
2	ゲームをする前に意図していたより、しばしばゲーム時間が延びましたか	49.9	38.9	53.3	63.4	
3	ゲームのために、スポーツ、趣味、友達や親せきと会うなどといった大切な活動に対する興味が著しく下がったと思いますか	10.0	8.4	11.1	11.4	
4	日々の生活で一番大切なのはゲームですか	7.5	6.5	8.6	7.4	
5	ゲームのために、学業成績や仕事のパフォーマンスが低下しましたか	20.8	9.7	25.9	32.3	
6	ゲームのために、昼夜逆転またはその傾向がありましたか(過去12カ月で30日以上)	11.7	5.5	13.8	19.2	
7	ゲームのために、学業や学校生活に悪影響がでも、ゲームを続けましたか	12.8	8.0	14.9	17.7	
8	ゲームにより、睡眠障害や憂うつ、不安などといった心の問題が起きていても、ゲームを続けましたか	10.3	8.6	11.3	11.8	
9	平日、ゲームを1日にだいたい何時間していますか ※ここでいうゲームとは、スマホ、ゲーム機、パソコンなどで行うゲームのことです	2時間未満	51.0	47.6	48.8	59.8
		2時間以上 6時間未満	38.6	38.1	41.4	35.4
		6時間以上	8.3	11.1	8.3	3.7

※本調査項目は、WHOのICD-11に収載されているゲーム行動症をスクリーニングする調査項目に準ずる。  
(<https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/games-test.html>)

Q27の1~8は「はい」が1点、「いいえ」が0点。Q27の9は「6時間以上」が2点、「2時間以上、6時間未満」が1点、「2時間未満」が0点と点数化し、合計点5点以上で「ゲーム行動症(ゲーム依存)の疑い」と判定。

Q27 「ゲーム依存について」合計点 【Q24 ゲームをよくやりますか=はい回答者ベース】

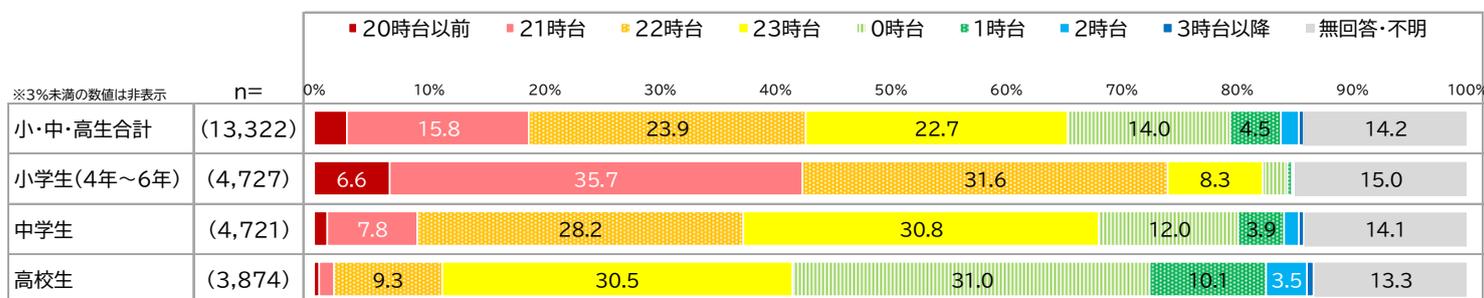
n=	■ 0点 ■ 1点 ■ 2点 ■ 3点 ■ 4点 ■ 5点 ■ 6点 ■ 7点 ■ 8点 ■ 9点 ■ 10点 ■ 無回答・不明										平均(点)	5点以上(%)	
	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%			100%
小・中・高生合計 (8,465)	21.0	24.1	19.5	12.4	7.8	5.5	3.1	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	13.1
小学生(4年~6年) (3,457)	25.7	25.1	19.6	11.7	5.6	4.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.8	9.1
中学生 (2,948)	18.3	23.1	20.1	13.0	9.3	5.7	3.7	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	14.8
高校生 (2,060)	16.9	23.7	18.6	12.8	9.6	7.0	4.7	0.0	0.0	0.0	0.0	2.5	17.3

# ネット利用による生活への影響

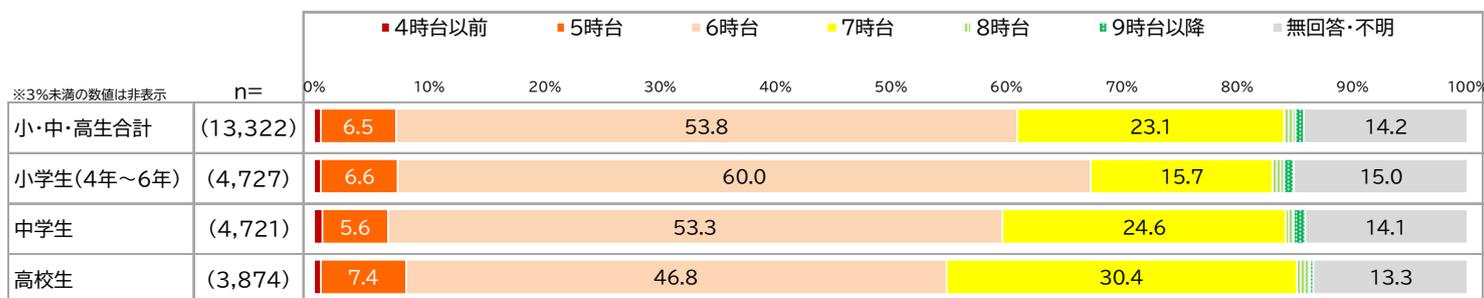
## (4)睡眠の状況①

- 普段の睡眠について、入眠時刻を確認したところ、小・中・高生合計では「22時台」が23.9%と最も多く、以下、「23時台」(22.7%)、「21時台」(15.8%)と続いている。学年別にみると、小学生では「21時台」(35.7%)、中学生では「23時台」(30.8%)、高校生では「0時台」(31.0%)がそれぞれ最も多くなっている。
- 普段の睡眠について、最終的な起床時刻を確認したところ、小・中・高生合計では「6時台」が53.8%と最も多く、「7時台」が23.1%で続いている。学年別にみると、いずれの学年においても「6時台」が最も多くなっている。
- 睡眠における困りごとをみると、小・中・高生合計では「朝スッキリ起きれない」が39.9%と最も高く、以下、「日中眠い」(31.8%)、「睡眠の質に満足しない」(25.5%)と続いている。
- 学年別に「日中眠い」を選択した割合をみると、小学生では21.2%、中学生では31.9%、高校生では44.7%となっている。

### Q21.1 最初に寝つく時間は何時何分ですか。



### Q21.2 最終的に何時何分に起きますか。



### Q21.4 睡眠で困っていることはありますか。(あてはまるものいくつかを選んでください)

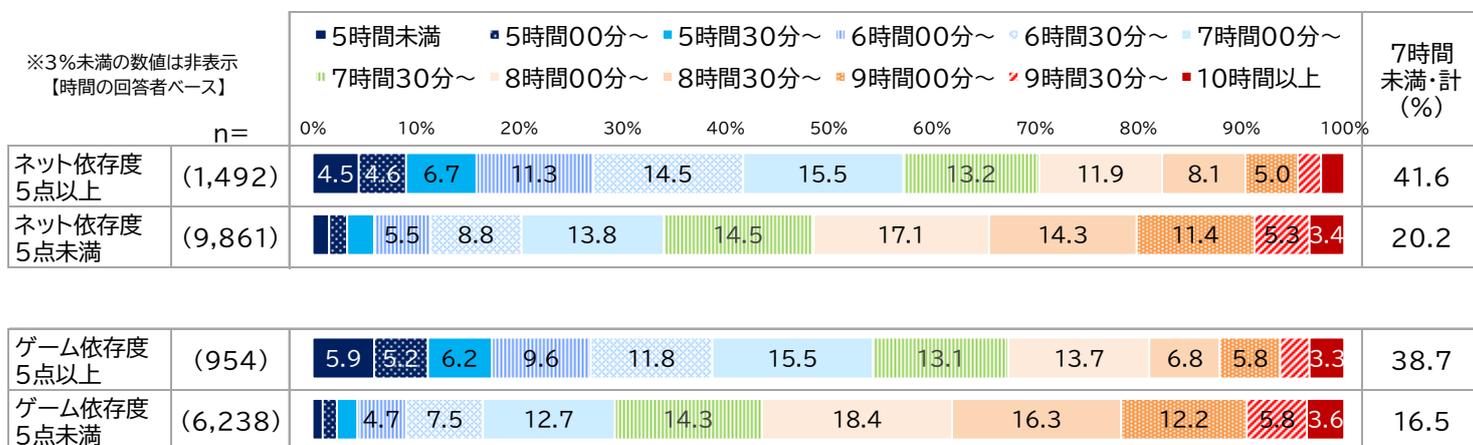
	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
朝スッキリ起きれない	39.9	34.5	42.6	43.3
日中眠い	31.8	21.2	31.9	44.7
睡眠の質に満足しない	25.5	16.2	28.3	33.4
寝床についてから30分以内に眠れない	17.6	21.6	17.1	13.3
予定より朝早く目が覚めてしまう	8.6	11.8	7.4	6.3
途中で目が覚めてもう一度寝付けない	8.2	13.0	6.4	4.5
昼夜逆転している	4.4	2.5	5.3	5.6
困っていることはない	36.4	42.5	36.9	28.4

# ネット利用による生活への影響

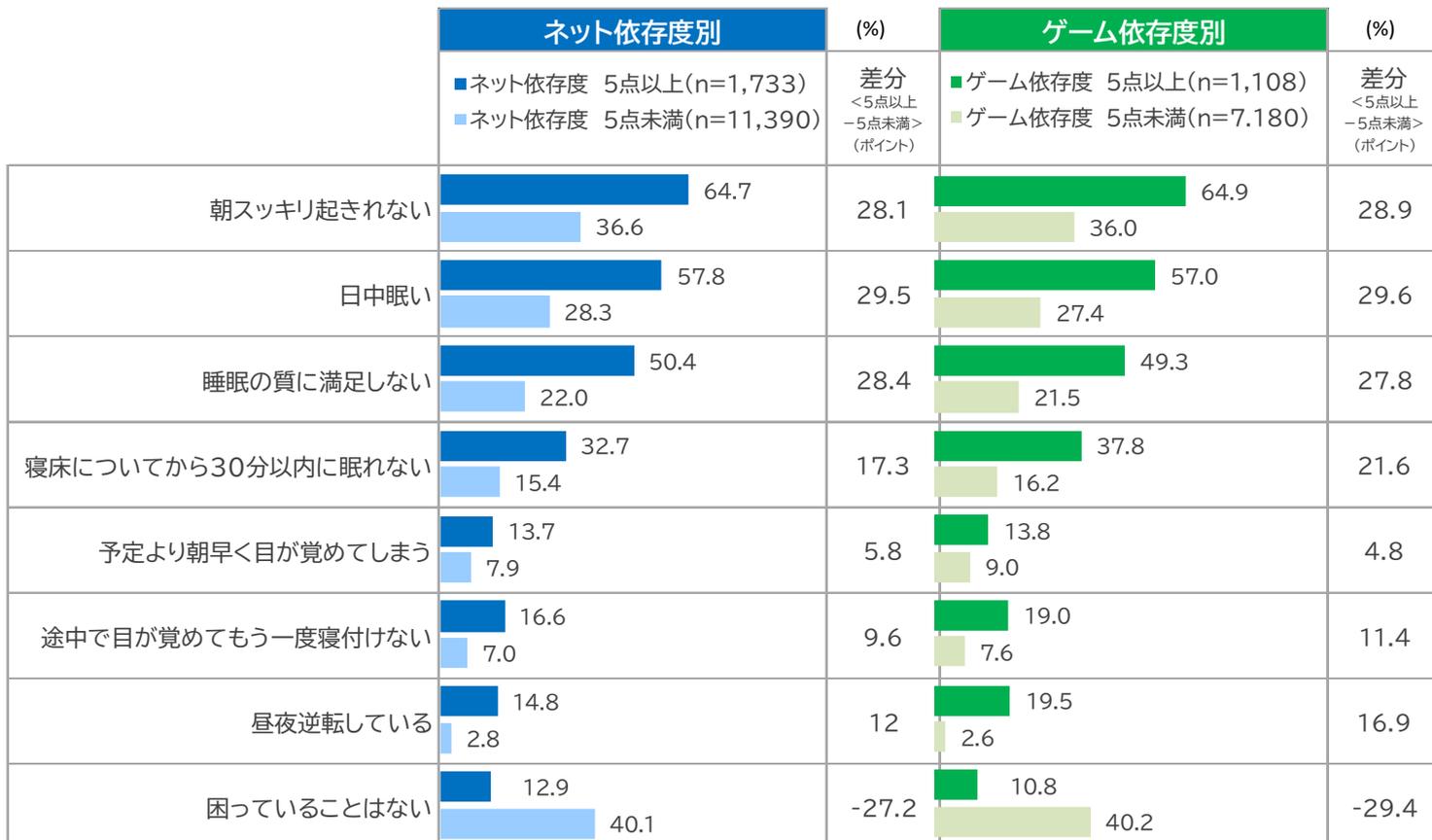
## (4)睡眠の状況②

- ネット依存の疑いがある児童・生徒(ネット依存度テストで5点以上)は、睡眠時間7時間未満が41.6%となっており、ネット依存がない児童・生徒(同テストで5点未満)に比べて約2.1倍高くなっている。また、ネット依存の疑いのある児童・生徒は、ネット依存がない児童・生徒に比べて、「朝スッキリ起きれない」「日中眠い」「睡眠の質に満足しない」と回答した割合が約1.8倍から約2.3倍高くなっている。
- ゲーム行動症の疑いがある児童・生徒(ゲーム依存度テストで5点以上)は、睡眠時間7時間未満の割合が38.7%となっており、ゲーム行動症がない生徒(同テストで5点未満)に比べて、約2.3倍高くなっている。また、ゲーム行動症の疑いのある生徒は、ゲーム行動症がない生徒に比べて、「朝スッキリ起きられない」「日中眠い」「睡眠の質に満足しない」と回答した割合が約1.8倍から約2.3倍高くなっている。

### Q21 睡眠時間(就寝時間と起床時間より算出)



### Q21.4 睡眠で困っていることはありますか。(あてはまるものいくつかでも選んでください)

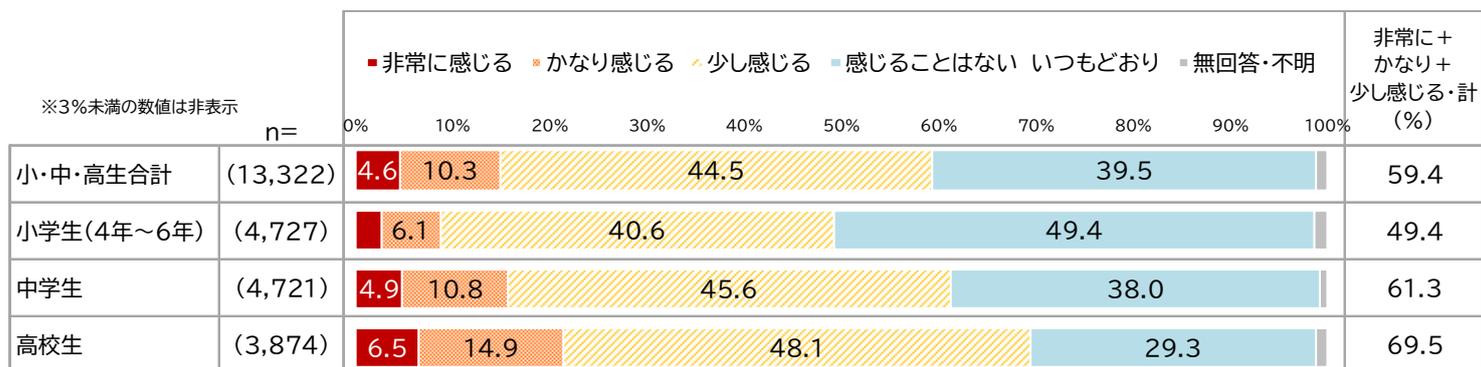


# ネット利用による生活への影響

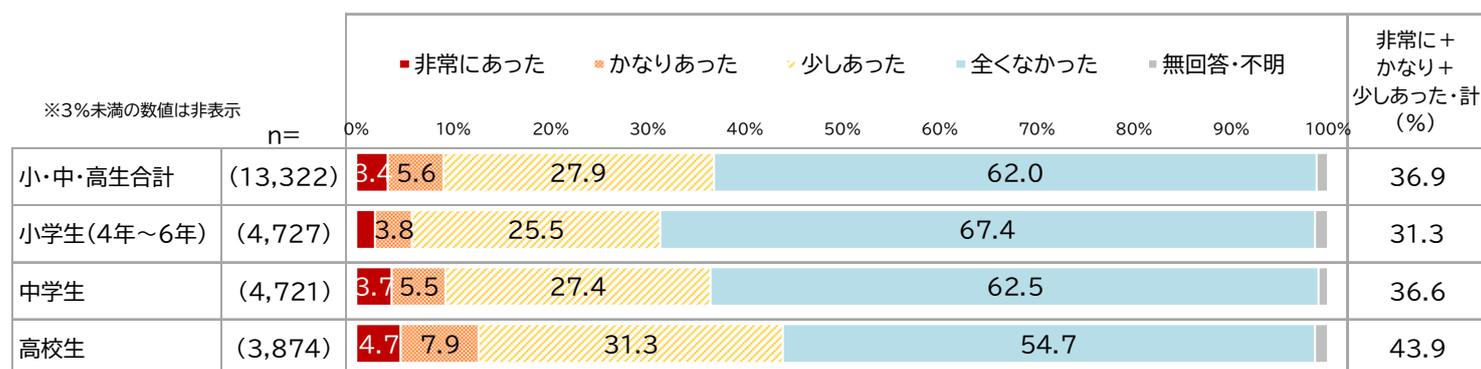
(5)「気分が落ち込む」あるいは「やる気が出ない」／不安で、外出や集団への参加が嫌だと感じる児童・生徒の状況①

- 気分の落ち込みや、やる気が出ないと感じる状況の有無をみると、小・中・高生合計では「感じる・計」(非常に感じる+かなり感じる+少し感じる)が59.4%となっている。
- 不安により、外出や集団への参加が嫌だと感じる状況の有無をみると、小・中・高生合計では「あった・計」(非常にあった+かなりあった+少しあった)が36.9%となっている。

## Q22.1 気分が落ち込む、あるいは、やる気が出ないと感じることはありますか。(ひとつのみ選んでください)



## Q22.2 不安で、外出や集団への参加が嫌だと感じることはありますか。(ひとつのみ選んでください)

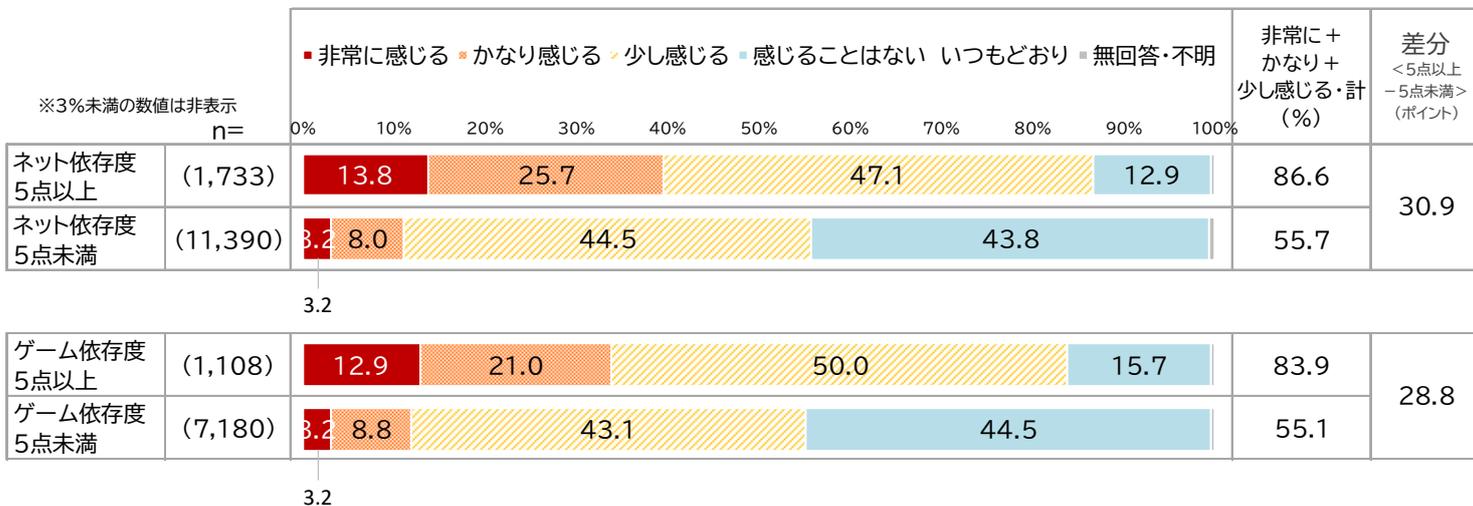


# ネット利用による生活への影響

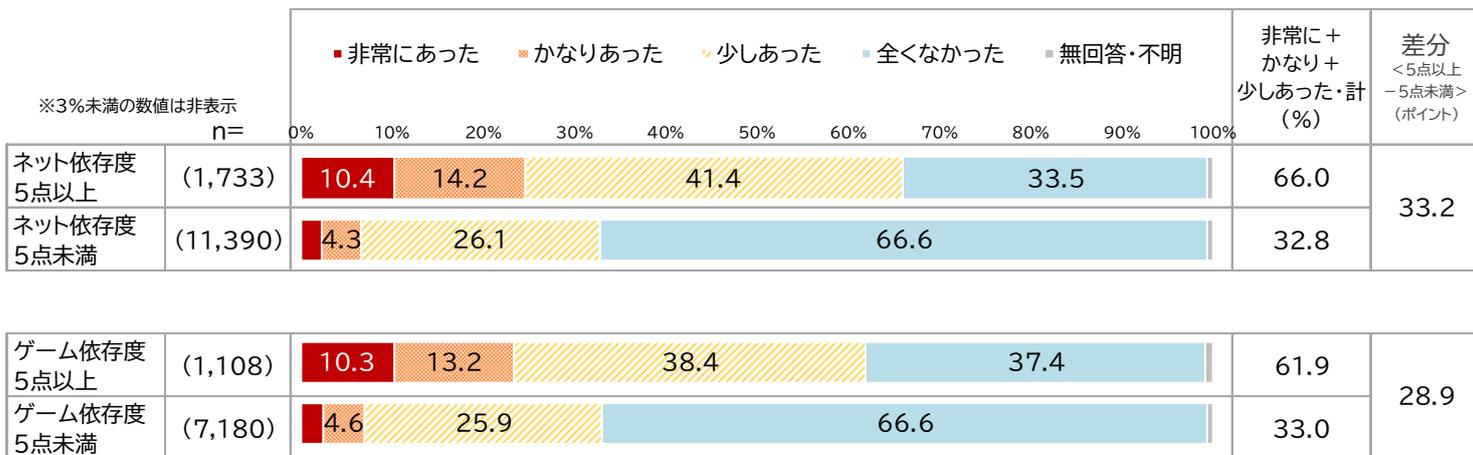
## (5)「気分が落ち込む」あるいは「やる気が出ない」／不安で、外出や集団への参加が嫌だと感じる児童・生徒の状況②

- ネット依存の疑いがある生徒(ネット依存度テストで5点以上)は、ネット依存がない生徒(同テストで5点未満)に比べて、気分が落ち込んだり、やる気が出ないと感じる割合(非常に感じる+かなり感じる+少し感じる)は、約1.6倍高く、不安のために外出や集団への参加が嫌だと感じる割合(非常にあった+かなりあった+少しあった)は約2.0倍高くなっている。
- ゲーム行動症の疑いがある生徒(ゲーム依存度テストで5点以上)は、ゲーム行動症がない生徒(同テストで5点未満)に比べて、気分が落ち込んだり、やる気が出ないと感じる割合(非常に感じる+かなり感じる+少し感じる)は約1.5倍高く、不安のために外出や集団への参加が嫌だと感じる割合(非常にあった+かなりあった+少しあった)は約1.9倍高くなっている。

### Q22.1 気分が落ち込む、あるいは、やる気が出ないと感じることはありますか。(ひとつのみ選んでください)



### Q22.2 不安で、外出や集団への参加が嫌だと感じることはありますか。(ひとつのみ選んでください)



# ネット利用による生活への影響

## (6) ネットの使い方における家族からの注意の状況

- ネットの使い方における家族からの注意状況を確認したところ、小・中・高生合計(全体)では「ある・計」(毎日+よくある+たまにある)が57.5%となっている。
- ネットの使い方を注意された際に悪口や暴言を言うてしまうことがあるかを確認したところ、小・中・高生合計(全体)では「ある・計」(毎日+よくある+たまにある)が15.0%となっている。
- ネットの使い方を注意された際に物にあたる可能性があるかを確認したところ、小・中・高生合計(全体)では「ある・計」(毎日+よくある+たまにある)が6.7%となっている。
- ネットの使い方を注意された際に家族との争いになることがあるかを確認したところ、小・中・高生合計(全体)では「ある・計」(毎日+よくある+たまにある)が3.2%となっている。

※本ページの数値は「毎日」・「よくある」・「たまにある」の合計値(%)

### Q19.1 家族にあなたのインターネットの使い方を注意されることはありますか。

		小・中・高生合計		小学生(4年~6年)		中学生		高校生	
		n=		n=		n=		n=	
全体	(13,322)		57.5	(4,727)	55.8	(4,721)	64.0	(3,874)	51.7
家族人数別	1人	(417)	55.8	(106)	53.7	(156)	59.7	(155)	53.6
	2人	(2,176)	58.8	(695)	57.5	(766)	65.3	(715)	53.1
	3人	(6,382)	57.9	(2,388)	55.6	(2,256)	64.6	(1,738)	52.5
	4人	(2,853)	57.2	(1,043)	55.6	(1,007)	64.8	(803)	49.8
	5人	(1,073)	55.7	(371)	55.0	(357)	61.3	(345)	50.8
	6人以上	(388)	52.6	(117)	55.6	(167)	56.9	(104)	42.3

### Q19.2 家族にあなたのインターネットの使い方を注意された際に、家族に悪口や暴言を言うてしまうことはありますか。

		小・中・高生合計		小学生(4年~6年)		中学生		高校生	
		n=		n=		n=		n=	
全体	(13,322)		15.0	(4,727)	13.8	(4,721)	18.3	(3,874)	12.3
家族人数別	1人	(417)	15.3	(106)	10.3	(156)	19.2	(155)	14.7
	2人	(2,176)	16.7	(695)	14.9	(766)	21.1	(715)	13.7
	3人	(6,382)	14.9	(2,388)	13.3	(2,256)	18.7	(1,738)	12.1
	4人	(2,853)	14.5	(1,043)	14.5	(1,007)	16.8	(803)	11.6
	5人	(1,073)	14.3	(371)	14.2	(357)	16.8	(345)	11.6
	6人以上	(388)	13.1	(117)	14.5	(167)	15.0	(104)	8.7

### Q19.3 家族にあなたのインターネットの使い方を注意された際に、ものを投げたり、机やドア、壁などのものにあたることはありますか。

		小・中・高生合計		小学生(4年~6年)		中学生		高校生	
		n=		n=		n=		n=	
全体	(13,322)		6.7	(4,727)	7.8	(4,721)	7.4	(3,874)	4.6
家族人数別	1人	(417)	8.2	(106)	8.5	(156)	10.9	(155)	5.1
	2人	(2,176)	8.1	(695)	9.1	(766)	9.5	(715)	5.7
	3人	(6,382)	6.2	(2,388)	6.7	(2,256)	7.1	(1,738)	4.3
	4人	(2,853)	6.3	(1,043)	8.4	(1,007)	6.2	(803)	3.9
	5人	(1,073)	7.2	(371)	9.1	(357)	6.8	(345)	5.6
	6人以上	(388)	7.3	(117)	12.0	(167)	7.2	(104)	1.9

### Q19.4 家族にあなたのインターネットの使い方を注意された際に、家族ともみあいになったり、叩く、蹴る、といった争いになることはありますか。

		小・中・高生合計		小学生(4年~6年)		中学生		高校生	
		n=		n=		n=		n=	
全体	(13,322)		3.2	(4,727)	4.3	(4,721)	3.3	(3,874)	2.0
家族人数別	1人	(417)	4.8	(106)	7.6	(156)	6.4	(155)	1.2
	2人	(2,176)	4.6	(695)	6.7	(766)	4.1	(715)	3.0
	3人	(6,382)	2.6	(2,388)	3.3	(2,256)	2.8	(1,738)	1.6
	4人	(2,853)	3.5	(1,043)	4.5	(1,007)	3.7	(803)	1.9
	5人	(1,073)	2.9	(371)	4.1	(357)	2.2	(345)	2.3
	6人以上	(388)	3.1	(117)	5.2	(167)	3.0	(104)	1.0

# ネット利用に関する教育やネットに関連する認知状況 (1) ネットの危険性に関する教育の受講状況等

- ネットの危険性に関する教育(授業等)の受講状況をみると、小・中・高生合計では「過去に数回受けたことがある」が47.3%と最も多く、「なし」(受けたことがない)は22.3%となっている。また、学年別に「なし」(受けたことがない)の割合をみると、小学生は39.2%、中学生は15.9%、高校生は9.5%となっている。
- ネットの危険性に関する教育を受けた場所(学校以外)について確認したところ、小・中・高生合計では「親」が31.2%と最も多く、以下、「インターネット」(19.6%)、「テレビや本・パンフレットなど」(19.3%)と続いている。
- ネットの危険性に関する教育について、これまでの受講内容を確認したところ、小・中・高生合計では「インターネット上のコミュニケーション」が74.4%と最も多く、以下、「出会い系サイトやSNS等の危険性」(58.1%)、「インターネットの過度の利用」(52.4%)と続いている。
- ネットの危険性について、今後学びたい内容を確認したところ、小・中・高生合計では「セキュリティ」が36.7%と最も多く、以下、「インターネット上のコミュニケーション」(34.8%)、「プライバシー保護」(33.0%)と続いている。

## Q15.1 過去にインターネットの危険性を授業や講義で学んだり、講演会で聞いたことがありましたか。

※3%未満の数値は非表示

n=	■ 毎年受けている ■ 過去に数回受けたことがある ■ 過去1回受けたことがある ■ なし ■ 無回答・不明					受けた・計(%)				
	0%	10%	20%	30%	40%		50%	60%	70%	80%
小・中・高生合計 (13,322)	19.1	47.3	9.5	22.3		75.9				
小学生(4年~6年) (4,727)	12.2	32.2	13.3	39.2	3.1	57.7				
中学生 (4,721)	22.9	51.6	8.5	15.9		83.0				
高校生 (3,874)	23.0	60.5	6.0	9.5		89.5				

## Q15.2 インターネットの危険性に関する説明を受けたり学んだりしたことはありましたか。(%)

n=	小・中・高生合計 (13,322)	小学生(4年~6年) (4,727)	中学生 (4,721)	高校生 (3,874)
幼稚園・保育園等	4.0	7.4	2.6	1.5
小学校	65.7	62.7	76.7	56.0
中学校	53.1		74.6	91.8
高校	21.6			74.4
親(保護者)	31.2	42.1	30.1	19.4
兄弟・姉妹	3.5	4.8	3.3	2.1
機器の購入時の販売員	4.2	2.9	4.7	5.0
機器の購入時の資料	4.5	5.1	4.3	3.9
友達/友だち	6.4	7.2	6.8	5.1
テレビや本・パンフレットなど	19.3	19.1	21.1	17.5
インターネット	19.6	13.8	22.4	23.5

## Q15.3 これまでに受けたり学んだりしたことのあるインターネットの危険性に関する内容を教えてください。(%)

インターネット上のコミュニケーション	74.4	57.2	79.6	89.0
出会い系サイトやSNS等の危険性	58.1	42.4	63.7	70.2
インターネットの過度の利用	52.4	35.7	59.5	64.1
プライバシー保護	52.3	36.8	57.8	64.5
セキュリティ	38.8	27.7	42.6	47.8
フィルタリングの必要性や有効性	32.9	20.9	36.6	43.1
親に話しにくいサイト	31.5	24.5	34.1	36.8
ネットオークション利用方法や高額課金を防ぐ方法	24.4	20.8	25.8	27.1
新しい機器やサービスに関する情報、危険性	14.9	15.8	14.8	13.8

## Q15.4 今後「インターネットの危険性の説明」で、何を学びたいと思いますか。(%)

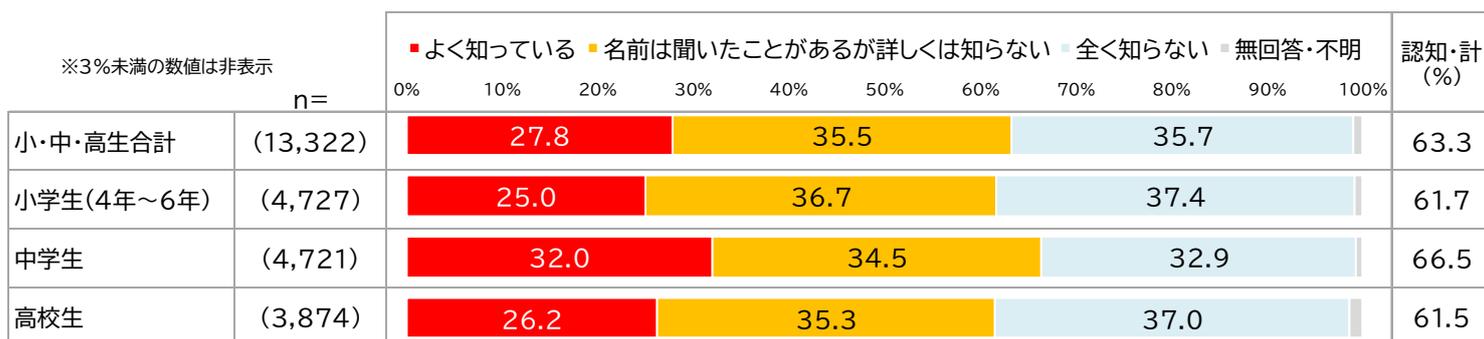
セキュリティ	36.7	34.6	38.9	36.6
インターネット上のコミュニケーション	34.8	35.4	37.2	31.1
プライバシー保護	33.0	29.5	36.6	33.0
インターネットの過度の利用	27.4	25.7	31.6	24.2
新しい機器やサービスに関する情報、危険性	26.9	28.3	26.5	25.8
ネットオークション利用方法や高額課金を防ぐ方法	26.4	28.6	25.9	24.2
出会い系サイトやSNS等の危険性	26.0	29.0	26.9	21.3
フィルタリングの必要性や有効性	25.4	25.9	27.5	22.2
親に話しにくいサイト	22.3	26.3	22.7	16.9

# ネット利用に関する教育やネットに関連する認知状況

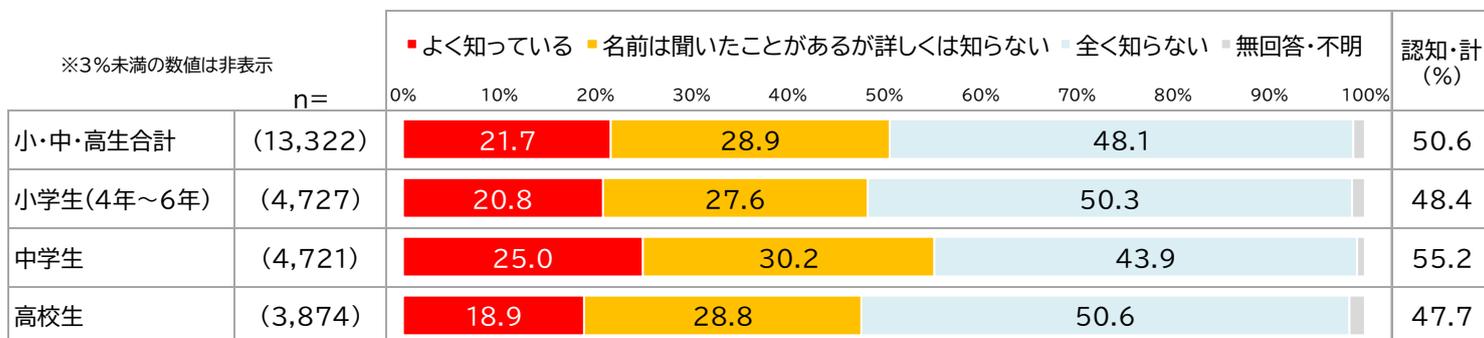
## (2)ゲーム行動症の認知状況

- 「ゲーム行動症(ゲーム障害)」の認知状況をみると、小・中・高生合計では「認知・計」(よく知っている+名前は聞いたことがあるが詳しくは知らない)が63.3%となっている。
- 「危険なゲーム行動」の認知状況をみると、小・中・高生合計では「認知・計」(よく知っている+名前は聞いたことがあるが詳しくは知らない)が50.6%となっている。

### Q23.1 ゲームのやり過ぎによって日常生活にさまざまな問題が生じる病気 「ゲーム行動症(ゲーム障害)」についてご存知ですか。(ひとつのみ選んでください)



### Q23.2 「ゲーム行動症」ほどではないが、ゲームのやり過ぎによって日常生活に少し問題が生じる病気 「危険なゲーム行動」についてご存知ですか。(ひとつのみ選んでください)



(3) eスポーツの認知状況

- eスポーツの認知状況をみると、小・中・高生合計では「はい」(知っている)が63.4%、小学生では41.2%、中学生では68.4%、高校生では84.5%となっている。
- eスポーツ認知者に「eスポーツ選手」への志望意向を確認したところ、小学生では「なりたい・計」が29.1%であるのに対し、中学生では14.3%、高校生では7.8%となっている。
- eスポーツ認知者に「eスポーツ選手」になるためにゲームをしているかを確認したところ、小・中・高生合計では「はい」(eスポーツ選手になるためにゲームをしている)が5.8%となっている。
- eスポーツ認知者に「eスポーツ選手」になるためには運動も大切だと思うかを確認したところ、小・中・高生合計では「そう思う・計」(全くその通り+たぶんそう思う)が72.4%となっている。
- eスポーツ認知者に「eスポーツ選手」になるためにはゲームのうまさだけではなく、規則正しい生活を送ることが大切だと思うかを確認したところ、小・中・高生合計では「そう思う・計」(全くその通り+たぶんそう思う)が83.8%となっている。

Q28.1 eスポーツを知っていますか。(全員対象)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(13,322)	(4,727)	(4,721)	(3,874)
はい	63.4	41.2	68.4	84.5
いいえ	35.4	57.4	30.8	14.3

Q28.2 eスポーツの選手になりたいと思いますか。(eスポーツ認知者ベース)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(8,448)	(1,948)	(3,227)	(3,273)
なりたいと思う	4.4	12.2	3.1	1.1
なりたいと思うが無理だと思う	10.8	16.9	11.2	6.7
なりたいとは思わない	84.5	70.2	85.4	92.0
TOP2(なりたい・計)	15.2	29.1	14.3	7.8

Q28.3 eスポーツの選手になるためにゲームをしていますか。(eスポーツ認知者ベース)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(8,448)	(1,948)	(3,227)	(3,273)
はい	5.8	14.8	4.7	1.5
いいえ	93.8	84.4	94.9	98.2

Q28.4 eスポーツの選手になるためには、運動することも大切だと思いますか。(eスポーツ認知者ベース)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(8,448)	(1,948)	(3,227)	(3,273)
全くその通り	32.6	37.8	32.6	29.6
たぶんそう思う	39.8	35.7	42.4	39.6
TOP2(そう思う・計)	72.4	73.6	75.0	69.2

Q28.5 eスポーツの選手になるためには、規則正しい生活を送ることが大切だと思いますか。(eスポーツ認知者ベース)

	小・中・高生合計	小学生(4年~6年)	中学生	高校生
n=	(8,448)	(1,948)	(3,227)	(3,273)
全くその通り	54.1	61.7	55.1	48.7
たぶんそう思う	29.7	24.5	30.7	31.7
TOP2(そう思う・計)	83.8	86.2	85.8	80.5

# 県内の医療機関におけるインターネット及びゲームに関連する依存に係る診療状況等調査報告書<概要版>

## 目次

調査の概要..... 21

### テーマ 1

#### 医療機関の状況

(1) 回答した医療機関に関する基本情報..... 22  
(2) ゲーム・ネット依存症の診療状況..... 23  
(3) ゲーム・ネット依存症の診療に携わる医師・スタッフ数..... 24  
(4) 対応年齢／診察までにかかる日数..... 25

### テーマ 2

#### 医師から見たゲーム・ネット依存症

(1) ゲーム・ネット依存症に関する認識..... 26  
(2) 直近12か月間における患者数..... 27  
(3) 使用時間等に関する提案／治療効果の評価基準..... 28  
(4) ゲーム・ネット依存症診療を行う中での課題..... 29  
(5) ゲーム・ネット依存症の支援体制をより充実させるための施策や取組..... 30

### テーマ 3

#### ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

(1) 主訴と受診経緯／ゲーム時間が長くなる背景にある問題..... 31  
(2) 「ゲーム関連問題」を抱える患者のゲームに付随する問題／  
合併する頻度が高い疾患..... 32  
(3) ゲーム・ネット依存症患者における「課金等の問題」..... 33  
(4) 暴力等の問題..... 35  
(5) 「ゲーム関連問題」を抱える患者の家庭像..... 36  
(6) 実施している治療内容..... 37  
(7) 治療経過..... 38  
(8) 「ゲーム関連問題」を抱える患者が利用している医療・福祉サービス..... 39

# 県内の医療機関におけるインターネット及びゲームに関連する依存に係る診療状況等調査

## 調査の概要

調査対象	栃木県内の小児科、精神科、心療内科を標榜する医療機関（441医療機関）
有効回答数	105サンプル
調査期間	令和6(2024)年11月29日(金)～令和6(2024)年12月22日(日)
回答方法 実施方法	県から二次元コード・URLを記載した案内状を送付。 Web上での回答を基本としたが、Web上での回答が対応できない一部の医療機関においては、紙調査票での回答を可とし、調査を実施した。

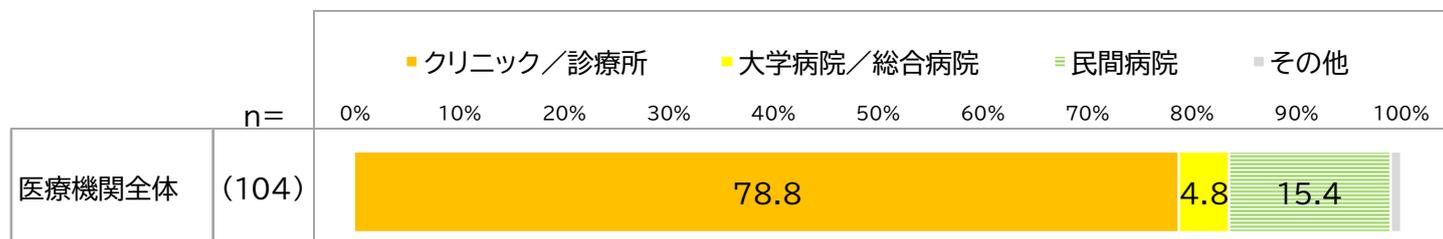
# 医療機関の状況

## (1) 回答した医療機関に関する基本情報

- 調査対象の医療機関は「クリニック/診療所」が78.8%と最も多く、以下、「民間病院」(15.4%)、「大学病院/総合病院」(4.8%)と続いている。
- 児童・思春期精神疾患に関する診療を「実施している」と回答した医療機関は、全体(104医療機関)の30.8%となっている。
- 全体(104医療機関)のうち「ゲーム・ネット依存症に関する診療」を行っている医療機関は、9.6%となっている。

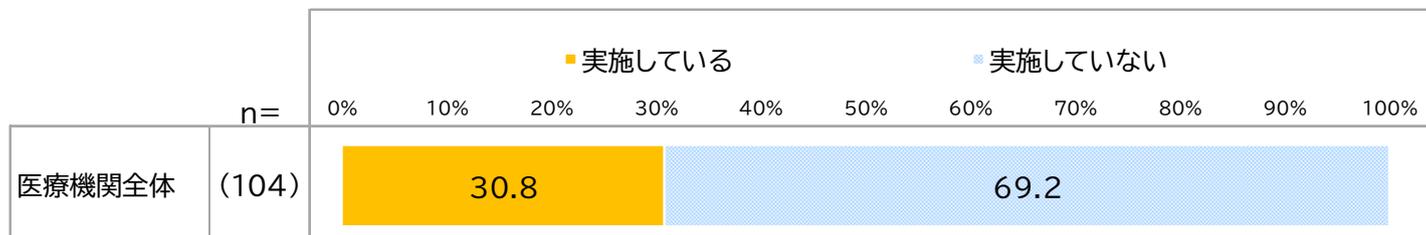
Q1 貴院に最も当てはまるものを、1つお答えください。

回答者全ベース(無回答者は除く)



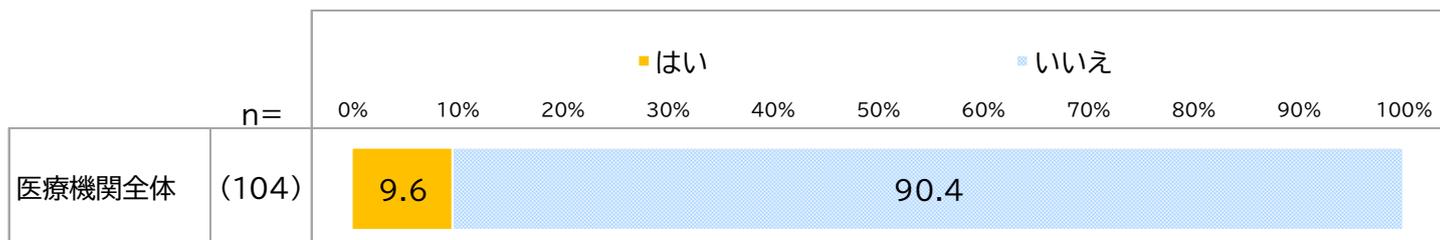
Q2 貴院では、児童・思春期精神疾患に関する診療を実施されていますか。1つお答えください。

回答者全ベース(無回答者は除く)



Q3\_1 貴院では、ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っていますか。1つお答えください。

回答者全ベース(無回答者は除く)



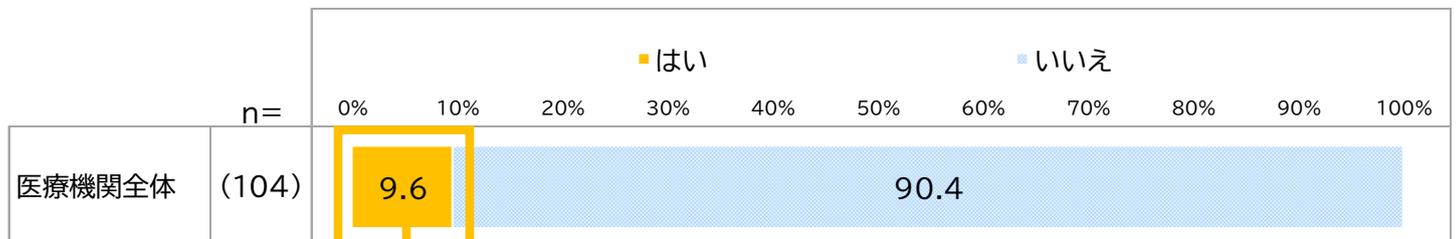
# 医療機関の状況

## (2)ゲーム・ネット依存症の診療状況

- 全体(104医療機関)のうち「ゲーム・ネット依存症に関する診療」を行っている医療機関は、9.6%となっている。
- ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っている医療機関に、診療を行っている主な診療科を確認したところ、「小児科」が60.0%、「精神科」が40.0%となっている。
- ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っている医療機関に、「ゲーム・ネット依存症の専門外来」の設置状況を確認したところ、「はい」(設置している)は10.0%となっている。
- 患者の性別は「男性患者数」が57.3%、「女性患者数」が42.7%となっている。
- ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っている医療機関における患者は、「未成年患者数」が94.8%となっており、平均人数を性年代別にみると、「男性13~15歳(中学生)」が11.3人と最も多く、以下、「女性13~15歳(中学生)」が9.1人、「男性16~18歳未満(高校生相当)」が7.7人と続いている。

### Q3\_1 貴院では、ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っていますか。1つお答えください。

回答者全ベース(無回答者は除く)

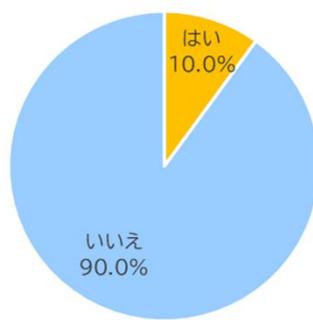


以下いずれもQ3-1=1 ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っているベース(無回答者は除く)

Q3\_2 ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っている主な診療科(n=10)



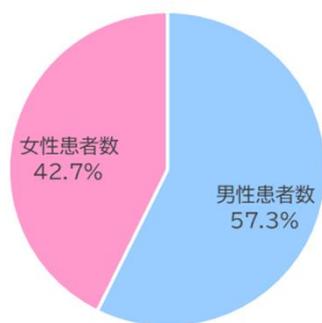
Q3\_3 ゲーム・ネット依存症の専門外来は設置されているか(n=10)



Q3\_4 直近12か月間にゲーム関連問題で受診した患者数【学齢】(n=9)※

学齢	患者数	割合 (%)
男性 0-3歳 (乳幼児)	0	-
女性 0-3歳 (乳幼児)	0	-
男性 4-6歳 (未就学児)	1	1.3
女性 4-6歳 (未就学児)	1	0.8
男性 7-9歳 (小学校低学年)	6	6.0
女性 7-9歳 (小学校低学年)	4	3.4
男性 10-12歳 (小学校高学年)	11	11.3
女性 10-12歳 (小学校高学年)	9	9.2
男性 13-15歳 (中学生)	21	20.7
女性 13-15歳 (中学生)	17	16.8
男性 16-18歳未満 (高校生相当)	14	14.1
女性 16-18歳未満 (高校生相当)	11	11.3
男性 18歳以上	4	3.9
女性 18歳以上	1	1.3

Q3\_4 直近12か月間にゲーム関連問題で受診の患者【性別】(n=9)※



Q3\_4 直近12か月間にゲーム関連問題で受診の患者【未成年/成人】(n=9)※



※患者数0を除く

# 医療機関の状況

## (3)ゲーム・ネット依存症の診療に携わる医師・スタッフ数

- ゲーム・ネット依存症の診療を行っている医療機関において、「ゲームに関連した問題を抱える患者」の診察を担当している医師の数を見ると、平均では4.6人となっている。
- このうち「小児科専門医」が平均2.0人、「精神科専門医」が平均1.5人となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診察を行っている医療機関において、「ゲームに関連した問題を抱える患者」の診察を担当しているコメディカルスタッフの人数を見ると、「心理士」が平均で0.8人、「作業療法士」が0.6人となっている。

Q4\_1 貴院でゲームに関連した問題を抱える患者様の診療に関わる医師/コメディカルスタッフの人数を記載してください。

Q3-1=1 ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っているベース(無回答者は除く)

	n=	■ 0人 ■ 1~3人 ■ 4~6人 ■ 7~9人 ■ 10人以上					平均(人)						
		0%	10%	20%	30%	40%		50%	60%	70%	80%	90%	100%
Q4_1 ゲーム問題患者様 診察医師数	(10)												4.6人
Q4_2 精神科専門医(Q4.1内)	(8)												1.5人
Q4_2 小児科専門医(Q4.1内)	(8)												2.0人
Q4_2 心療内科専門医(Q4.1内)	(6)												0.0人
Q4_2 児童精神科専門医(Q4.1内)	(6)												0.0人
Q4_3 看護師	(8)												0.0人
Q4_3 心理士	(9)												0.8人
Q4_3 作業療法士	(8)												0.6人
Q4_3 精神保健福祉士	(8)												0.0人
Q4_3 その他	(5)												1.2人

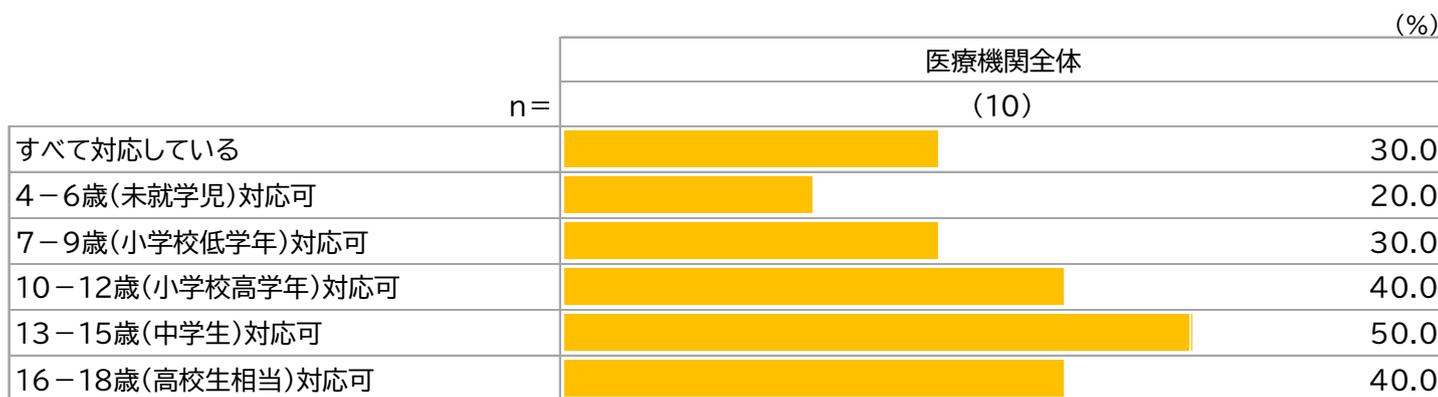
# 医療機関の状況

## (4) 対応年齢／診察までにかかる日数

- ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っている医療機関に対応している患者の年齢層を確認したところ、「13-15歳(中学生)」が50.0%と最も多く、「10-12歳(小学校高学年)」と「16-18歳(高校生相当)」がともに40.0%で続いている。
- ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っている医療機関にゲームに関連した問題を抱える患者が初診の電話をしてから診察までにかかる時間を確認したところ、「2週間以上1か月未満」が40.0%と最も多く、「当日・翌日対応」が20.0%で続いている。

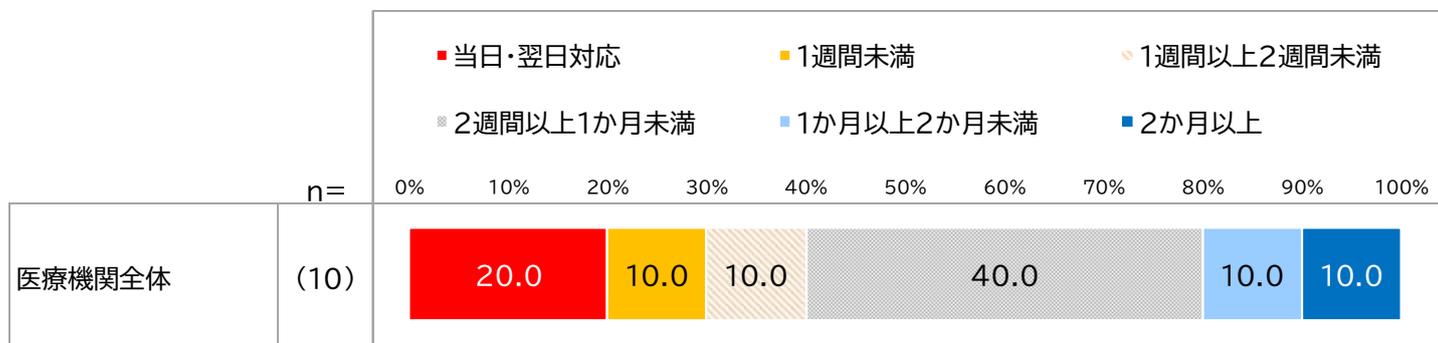
Q5 貴院では、下記の年齢のゲームに関連した問題を抱える患者の対応はされていますか。当てはまるものをいくつでもお答えください。

Q3-1=1 ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っているベース(無回答者は除く)



Q6 ゲームに関連した問題を抱える患者様が初診の電話をしてから診察するまでにかかる時間について最も当てはまるものを1つお答えください。

Q3-1=1 ゲーム・ネット依存症に関する診療を行っているベース(無回答者は除く)



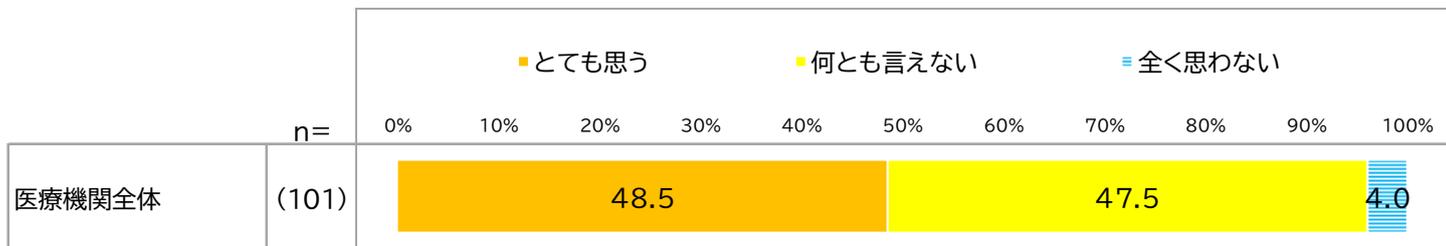
# 医師から見たゲーム・ネット依存症

## (1)ゲーム・ネット依存症に関する認識

- ゲーム・ネット依存症は「精神疾患」だと思えるかを確認したところ、全体(101医療機関)の48.5%が「とても思う」と回答し、「何とも言えない」が47.5%となっている。
- ゲーム依存症・ネット依存症に対する関心度をみると、全体(100医療機関)の55.0%が「診療する機会はないが、関心はある」と回答している。なお、「診療する機会があり、関心がある」は17.0%となっており、合計では72.0%が関心を示している。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に「ICD-11で定められた、ゲーム行動症の診断基準」の認知状況を確認したところ、「TOP2」(よく知っている+やや知っている)は65.2%となっており、そのうち「よく知っている」は21.7%となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に「ゲーム行動症に準じたゲーム行動に問題を認める状態を「危険なゲーム行動」と呼ぶ」ことの認知状況を確認したところ、「TOP2」(よく知っている+やや知っている)では26.1%となっており、そのうち「よく知っている」は17.4%となっている。

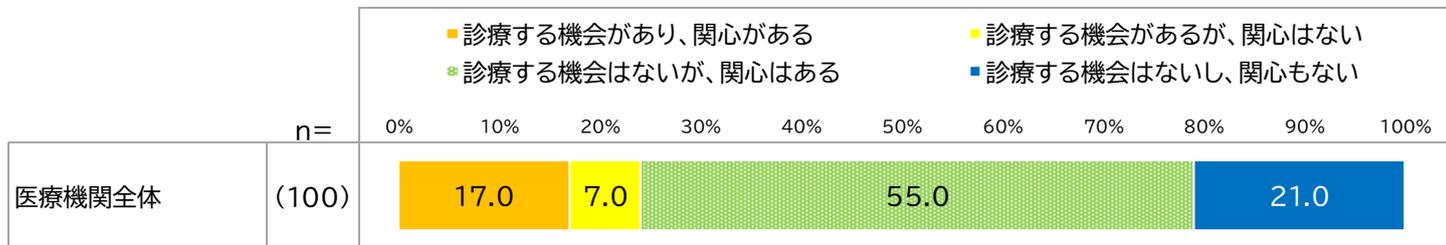
### Q7\_1 ゲーム依存症・ネット依存症は精神疾患だと思われますか。1つお答えください。

回答者全ベース(無回答者は除く)



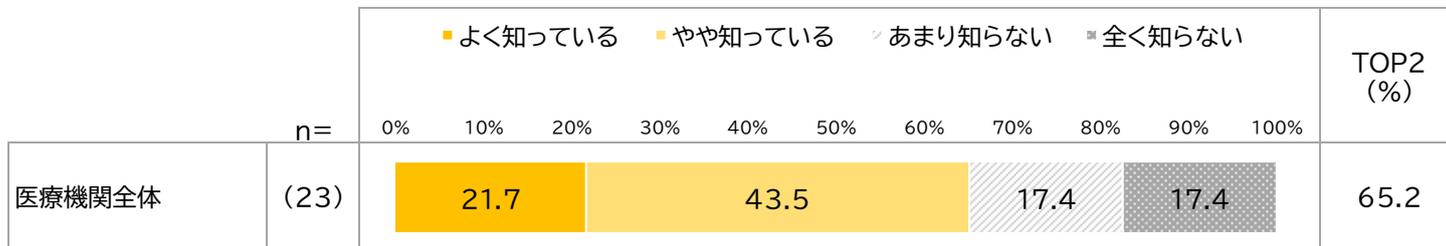
### Q7\_2 先生ご自身の、ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会・関心に関して当てはまるものを1つお答えください。

回答者全ベース(無回答者は除く)



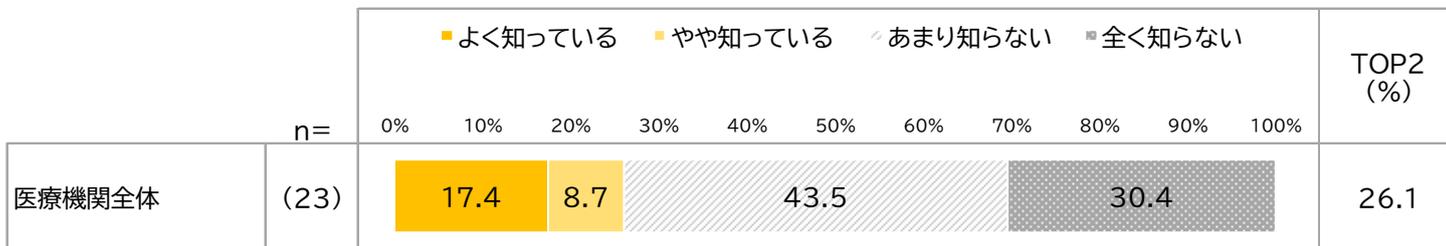
### Q8\_3 Q8\_2(前問)で提示した、ICD-11で定められた、ゲーム行動症の診断基準をご存知でしたか。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



### Q8\_4 ゲーム行動症の基準は満たさないものの、ゲーム行動症に準じたゲーム行動に問題を認める状態を「危険なゲーム行動」と呼ぶのはご存じでしたか。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

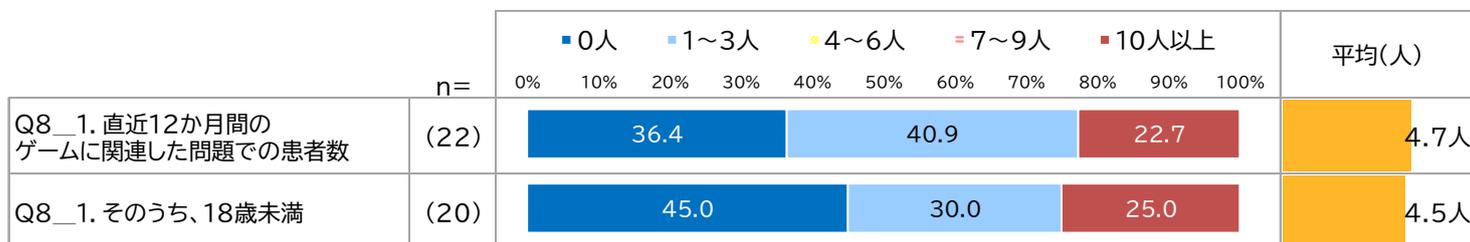


# 医師から見たゲーム・ネット依存症 (2)直近12か月間における患者数

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に「ゲームに関連した問題での患者数」を確認したところ、「直近12か月間の患者数」は平均4.7人で、そのうち「18歳未満」は平均4.5人となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に「ゲーム行動症と考えられる患者数」を確認したところ、「直近12か月間の患者数」は平均1.8人となっており、そのうち「18歳未満」は平均1.6人となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に「ゲーム以外のネットに関連した問題での患者数」を確認したところ、「直近12か月間の患者数」は平均3.5人となっており、そのうち「18歳未満」は平均3.1人となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に「狭義のネット依存症患者数」を確認したところ、「直近12か月間の患者数」は平均1.0人となっており、そのうち「18歳未満」は平均0.8人となっている。

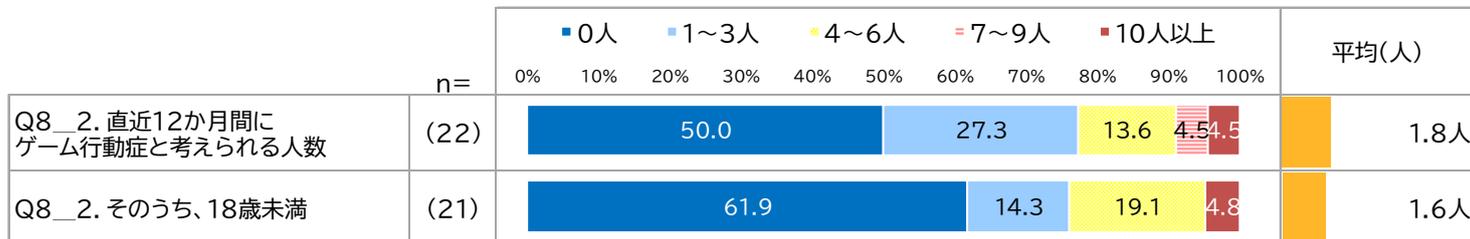
## Q8\_1. 直近12か月間のゲームに関連した問題での患者数

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



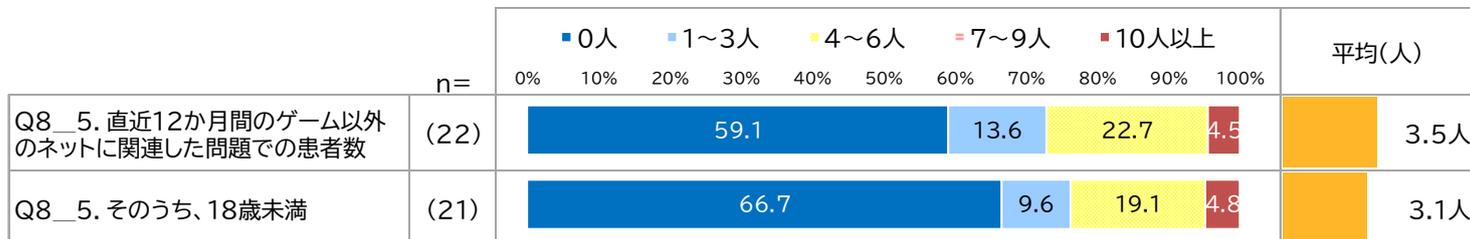
## Q8\_2. 直近12か月間にゲーム行動症と考えられる人数

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



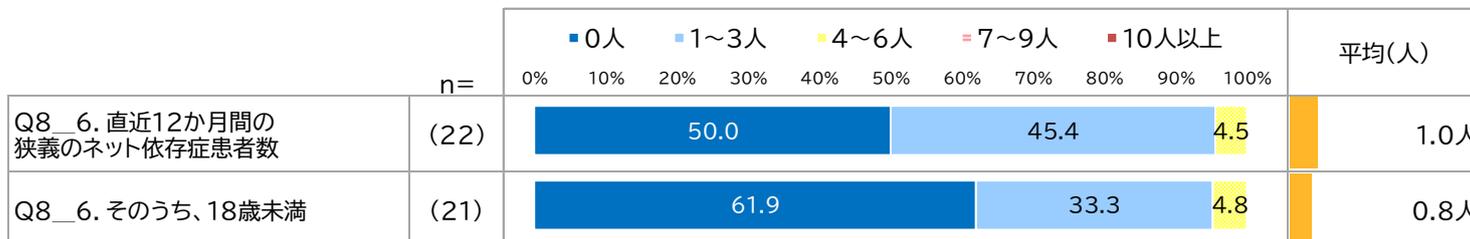
## Q8\_5. 直近12か月間のゲーム以外のネットに関連した問題での患者数

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



## Q8\_6. 直近12か月間の狭義のネット依存症患者数

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



# 医師から見たゲーム・ネット依存症 (3)使用時間等に関する提案／治療効果の評価基準

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、患者や患者家族へのゲームやネットの使用時間や通信料に関する提案内容を確認したところ、「ルールを守れなかった時のルールをあらかじめ決める」が35.0%と最も多く、以下、「使用機器に元々備わっている時間設定」(30.0%)、「フィルタリング・キャリア(通信会社)サービスによる時間設定」、「口頭でのルールを設定するが、ソフトウェアやハードウェアを用いない」(ともに20.0%)の順となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、治療効果の評価するための重視点を確認したところ、「学業・仕事への復帰状況」が65.0%と最も多く、「家族との関係性の変化」が60.0%で次ぐ。また、「ゲームプレイ時間の変化」と「課金・暴力などの問題行動の変化」はいずれも35.0%となっている。

## Q11 使用時間・通信量に関して、どのような対応を患者様やご家族にご提案されていますか。 当てはまるものをすべてお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	医療機関全体 (20)	
		(%)
ルールを守れなかった時のルールをあらかじめ決める		35.0
使用機器に元々備わっている時間設定		30.0
フィルタリング・キャリア(通信会社)サービスによる時間設定		20.0
口頭でのルールを設定するが、ソフトウェアやハードウェアを用いない		20.0
そもそも使用時間・通信量に関するルール設定はしない		15.0
ルーターによる時間設定		5.0
タイムロッキングコンテナなどハードウェアによる時間設定		5.0
通信会社の変更や通信会社のプラン変更による通信量設定		5.0
その他		-
上記いずれも当てはまらない		20.0

※全体値にて降順に並び替え(「その他」、「上記いずれも当てはまらない」を除く)

## Q12 治療効果の評価するために何を重視していますか。 当てはまるものをすべてお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	医療機関全体 (20)	
		(%)
学業・仕事への復帰状況		65.0
家族との関係性の変化		60.0
ゲームプレイ時間の変化		35.0
課金・暴力などの問題行動の変化		35.0
症状評価尺度(例:Game's TEST, IGDT-10等)		-
その他		10.0
特になし		15.0

※全体値にて降順に並び替え(「その他」、「特になし」を除く)

# 医師から見たゲーム・ネット依存症

## (4)ゲーム・ネット依存症の診療を行う中での課題

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、「診療を行う中で課題と感ずること」を1位から5位までの順位で確認した結果をみると、「医療機関全体」において1位から5位までのいずれかで選択された割合は、「自身の「ゲーム・ネット依存症」に関する知識が乏しい」と「患者本人に問題意識・治療意欲がない」がともに57.9%で最も高くなっている。
- 医療機関全体において1位となる課題をみると、「自身の「ゲーム・ネット依存症」に関する知識が乏しい」が26.3%で最も高くなっている。

### Q13.「ゲーム・ネット依存症」に関する診療を行う中で課題と感ずること

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

	(%)	
	1位~5位・計 (n=19)	1位 (n=19)
自身の「ゲーム・ネット依存症」に関する知識が乏しい	57.9	26.3
患者本人に問題意識・治療意欲がない	57.9	21.1
ゲーム・ネット以外の問題が大きい	47.4	15.8
「ゲーム・ネット依存症」に対応する診療上の時間的余裕がない	42.1	5.3
家族・家庭環境の問題が大きく、その調整が困難	42.1	10.5
「ゲーム・ネット依存症」に精通した職員が不足している	36.8	-
活用できる社会資源が分からない	36.8	-
自院(が属する標榜科)の範疇を超えている	36.8	5.3
治療の動機付けが難しい	31.6	5.3
患者本人が来院しない	31.6	-
他の重複障害により状況改善が困難	26.3	-
家族(保護者等)への支援が難しい、支援の仕方が分からない	26.3	-
関係機関との連携がうまくいかない	15.8	-
通院が途絶えてしまいやすい	10.5	10.5

※「1位~5位・計」の値にて降順に並び替え

# 医師から見たゲーム・ネット依存症

## (5) ゲーム・ネット依存症の支援体制をより充実させるための施策や取組

- ゲーム・ネット依存症への「支援体制」をより充実させるための施策や取組みについて、重要度の高いものを1位から3位までの順位で確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「診断ガイドラインの作成」が全体の48.4%で最も多く、以下、「関係者向けの研修」(45.3%)、「治療ガイドラインの作成」(43.2%)の順となっている。
- 医療機関全体において1位となる施策や取組みをみると、「関係機関向けの研修」が21.1%で最も高く、以下、「当事者向け教室、当事者活動の場」(20.0%)、「診断ガイドラインの作成」(18.9%)、「普及啓発」(12.6%)の順となっている。

### Q22. 「ゲーム・ネット依存症」への支援体制をより充実させるために重要だと思う施策や取組み

回答者全ベース(無回答者は除く)

	(%)	
	1位~3位・計 (n=95)	1位 (n=95)
診断ガイドラインの作成	48.4	18.9
関係者向けの研修	45.3	21.1
治療ガイドラインの作成	43.2	11.6
当事者向け教室、当事者活動の場	42.1	20.0
家族向け教室、家族の繋がり	41.1	7.4
普及啓発	31.6	12.6
治療プログラムの実施・開発	28.4	5.3
困難事例についての助言	9.5	2.1
その他	2.1	1.1

※「1位~3位・計」の値にて降順に並び替え(「その他」を除く)

# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (1)主訴と受診経緯／ゲーム時間が長くなる背景にある問題

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者の「受診する際の主訴・受診経緯」を1位から3位までの順位で確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「不登校や欠席・欠勤、頻繁の遅刻」と「生活リズムの乱れ」がいずれも90.0%となっている。
- なお、1位の項目をみると「不登校や欠席・欠勤、頻繁の遅刻」が60.0%となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者の「ゲーム時間が長くなる背景にある問題」を確認したところ、「学校・職場など家以外での人間関係のストレス」と「発達障害・うつ病などの精神障害の合併」がいずれも35.0%で最も多くなっている。

Q15. ゲームに関連した問題で受診された患者様の、受診する際の主訴や受診経緯はどのようなものが多いですか

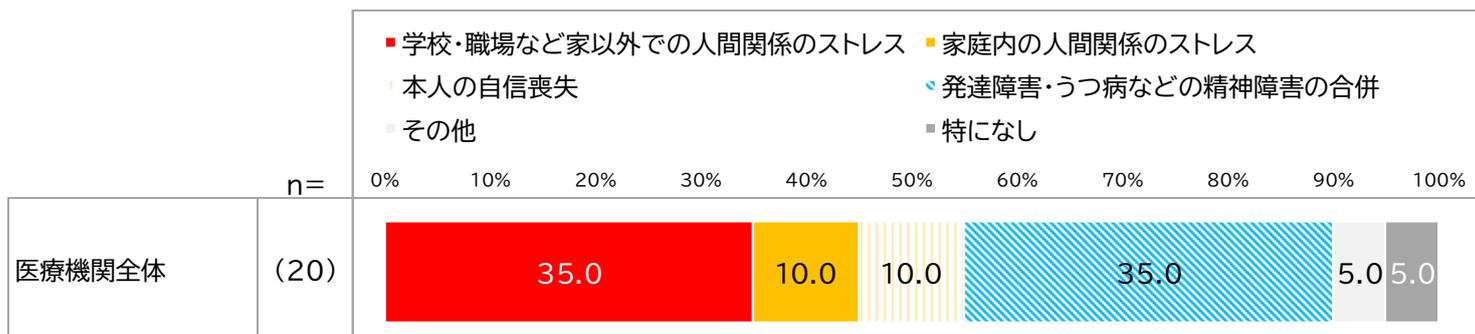
Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n =	(%)	
	1位~3位・計 (n=20)	1位 (n=20)
不登校や欠席・欠勤、頻繁の遅刻	90.0	60.0
生活リズムの乱れ	90.0	25.0
学業成績・仕事のパフォーマンスの低下	45.0	5.0
暴言・暴力など粗暴行為	20.0	-
課金に関連した問題	15.0	5.0
ゲーム／ネットの問題(課金以外の問題)	5.0	-
上記主訴と関係なく通院中であった患者にゲームやネットの問題が発生した	25.0	5.0

※「1位~3位・計」の値にて降順に並び替え(「上記主訴と関係なく通院中であった患者にゲームやネットの問題が発生した」を除く)

Q14 ゲームに関連した問題で受診された患者様のうち、ゲーム時間が長くなる背景にある問題として何がありますか。最も多いものを1つお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (2)「ゲーム関連問題」を抱える患者のゲームに付随する問題／合併する頻度が高い疾患

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者の「ゲームに付随する問題」を1位から3位までの順位で確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「生活リズムの乱れ(昼夜逆転など)」が90.0%で最も多く、「不登校(ひきこもり)、休学、欠勤、休職」が85.0%で続いている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者の「合併する頻度が高いと考えられる疾患」について、頻度の高いものから順に1位から3位で確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「自閉症スペクトラム症(ASD)」が84.2%と最も多く、「注意欠如・多動症(ADHD)」が63.2%で続いている。

### Q16. ゲームに関連した問題で受診された患者様の、ゲームに付随する問題(治療を必要とする症状や支援課題)

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	1位~3位・計		1位	
	(n=20)		(n=20)	
生活リズムの乱れ(昼夜逆転など)	90.0	40.0		
不登校(ひきこもり)、休学、欠勤、休職	85.0	50.0		
不適切養育、養育環境の問題	30.0	5.0		
自閉スペクトラム症(特性)	25.0	-		
暴言、暴力、器物破損	20.0	5.0		
不安・抑うつ	20.0	-		
衝動性、多動性	10.0	-		
自傷行為、自殺企図	10.0	-		
不注意	5.0	-		
身体に関連する症状(具体的に記載)	-	-		
その他	-	-		

※「1位~3位・計」の値にて降順に並び替え(「その他」を除く)

### Q17. ゲームに関連した問題を抱えた患者様が、合併する頻度が高いと考えられる疾患

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	1位~3位・計		1位	
	(n=19)		(n=19)	
自閉症スペクトラム症(ASD)	84.2	63.2		
注意欠如・多動症(ADHD)	63.2	21.1		
不安障害	31.6	5.3		
学習障害(LD)	31.6	-		
うつ病	15.8	5.3		
パーソナリティ障害	15.8	-		
統合失調症	10.5	-		
強迫性障害	5.3	-		
双極性障害	-	-		
その他	21.1	5.3		

※「1位~3位・計」の値にて降順に並び替え(「その他」を除く)

# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (3)ゲーム・ネット依存症患者における「課金等の問題」①

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、「課金等の問題」を抱えた症例の経験を確認したところ、「はい」(経験がある)は55.0%となっている。
- ゲーム・ネット依存症のうち、「課金等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者の「金銭の使い道」について、頻度が多いものから順に1位から3位を確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「ゲーム内での課金」が100.0%となっており、「ゲームやアプリの購入」が50.0%で続いている。
- ゲーム・ネット依存症のうち、「課金等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者の「金銭の入手手段」について頻度が多いケースを確認したところ、「家族・親戚とのトラブル(家族・親戚の金銭を盗む等)」が54.5%となっており、「収入・小遣いの範囲内」が18.2%で続いている。

### Q18\_1 課金等の問題を抱えた症例を経験されていますか。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



### Q18\_2. 金銭の使い道として、頻度が多いものはどれですか。

Q7-2=1-2 かつ Q18-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ課金等の問題を抱えた症例を経験しているベース(無回答者は除く)

	n=	割合 (%)	
		1位~3位・計 (n=10)	1位 (n=10)
ゲーム内での課金		100.0	100.0
ゲームやアプリの購入		50.0	-
投げ銭(例:ライブ中の課金)		20.0	-
サブスクリプション(月額課金・年額課金など)		10.0	-
そのような症例は経験していない		10.0	-
分からないまたは把握していない		50.0	-

※「1位~3位・計」の値にて降順に並び替え(「そのような症例は経験していない」「分からないまたは把握していない」を除く)

### Q18\_3 金銭の入手手段として、頻度が多いものはどれですか。1つお答えください。

Q7-2=1-2 かつ Q18-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ課金等の問題を抱えた症例を経験しているベース (無回答者は除く)

	n=	医療機関全体 (11)	
		割合 (%)	割合 (%)
収入・小遣いの範囲内		18.2	18.2
収入・小遣いの範囲を超えて貯金を利用		9.1	9.1
家族への借金		9.1	9.1
第三者への借金		-	-
家族・親戚とのトラブル(家族・親戚の金銭を盗む等)		54.5	54.5
第三者とのトラブル(万引き・窃盗等々の犯罪)		-	-
第三者とのトラブル(犯罪以外:金銭トラブル等)		-	-
分からないまたは把握していない		9.1	9.1

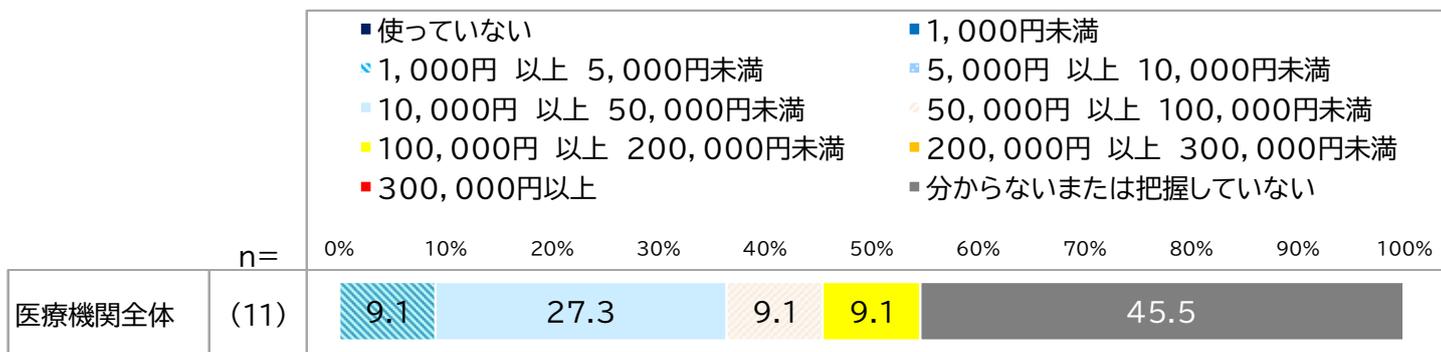
# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (3)ゲーム・ネット依存症患者における「課金等の問題」②

- ゲーム・ネット依存症のうち、「課金等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者の「月額利用金額」について頻度が多いケースを確認したところ、「分からないまたは把握していない」が45.5%となっている。
- なお、金額を把握している中では、「10,000円以上50,000円未満」が27.3%と最も多い。
- ゲーム・ネット依存症のうち、「課金等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者や患者家族へどのような対応を提案しているかを確認したところ、「盗まれないように現金やカード等を自宅に置かないようにする」が60.0%と最も多く、以下、「使用機器に元々備わっている使用限度額設定」(50.0%)、「フィルタリング・キャリア(通信会社)サービスによる使用限度額設定」、「ルールを守れなかった時のルールをあらかじめ決める」(ともに40.0%)の順となっている。

### Q18\_4 月額利用金額で頻度が最も多いものはどれですか。1つお答えください。

Q7-2=1-2 かつ Q18-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ  
課金等の問題を抱えた症例を経験しているベース(無回答者は除く)



### Q18\_5 課金等が問題となる患者様において、どのような対応を患者様やご家族にご提案されていますか。当てはまるものをすべてお答えください。

Q7-2=1-2 かつ Q18-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ  
課金等の問題を抱えた症例を経験しているベース (無回答者は除く)

	n=	(%)
医療機関全体 (10)		
盗まれないように現金やカード等を自宅に置かないようにする		60.0
使用機器に元々備わっている使用限度額設定		50.0
フィルタリング・キャリア(通信会社)サービスによる使用限度額設定		40.0
ルールを守れなかった時のルールをあらかじめ決める		40.0
口頭でのルールを設定するが、ソフトウェアやハードウェアを用いない		30.0
おこづかいの制限		10.0
そもそも課金に関するルール設定はしない		-
その他		10.0
上記いずれも当てはまらない		10.0

※全体値にて降順に並び替え(「その他」「上記いずれも当てはまらない」を除く)

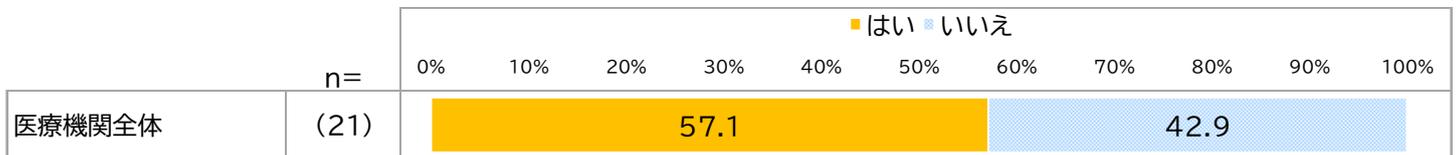
# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (4)暴力等の問題

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、「暴力等の問題」を抱えた症例の経験を確認したところ、「はい」(経験がある)は57.1%となっている。
- ゲーム・ネット依存症のうち、「暴力等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者の「暴力の原因やきっかけ」として頻度が多いケースを確認したところ、「家族等にスマホ・ゲーム機等を取り上げられるなどの制限をされた」が50.0%で最も多く、「元々衝動性が高い(発達障害等)」が33.3%で続いている。
- ゲーム・ネット依存症のうち、「暴力等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者の「暴力が生じた後の経過」として頻度が多いケースを確認したところ、「児童相談所が関与する」が18.2%となっている。
- ゲーム・ネット依存症のうち、「暴力等の問題」を抱えた症例の経験がある医療機関に、患者や患者家族へどのような対応を提案しているかを確認したところ、「暴力が起こる状況を特定し、患者・家族と共有する」が66.7%で最も多く、以下、「暴力が生じたら警察や相談機関に連絡することをあらかじめ約束する」(50.0%)、「暴力が生じたときのルールをあらかじめ決める」(41.7%)の順となっている。

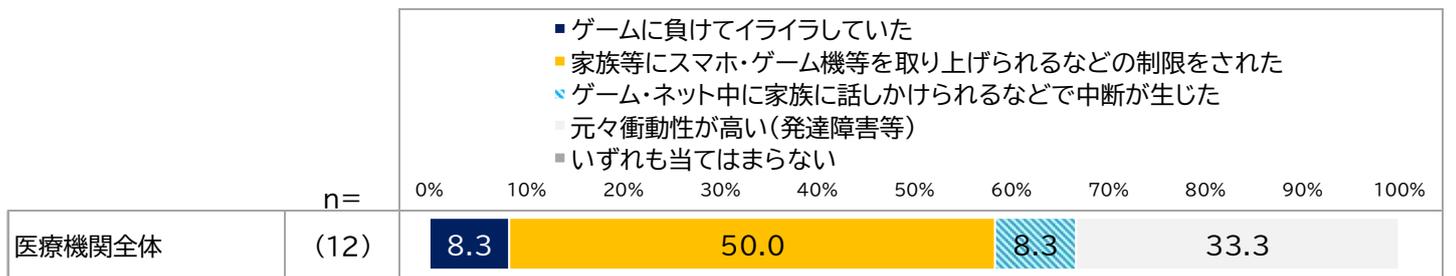
### Q19\_1 暴力等の問題を抱えた症例を経験されていますか。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



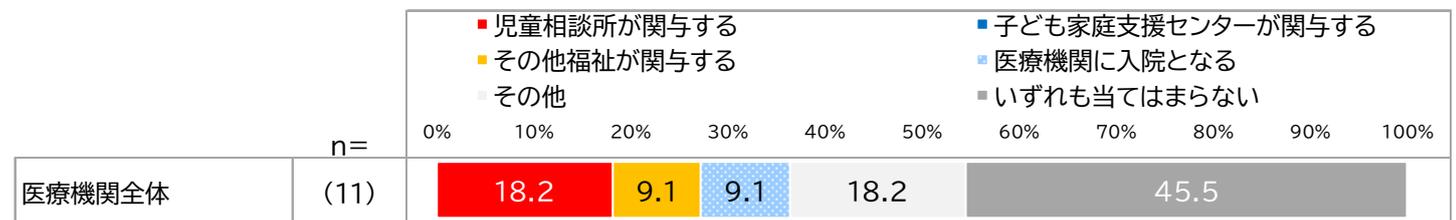
### Q19\_2 暴力の原因・きっかけとして、最も頻度が多いものを1つお答えください。

Q7-2=1-2 かつ Q19-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ暴力等の問題を抱えた症例を経験しているベース(無回答者は除く)



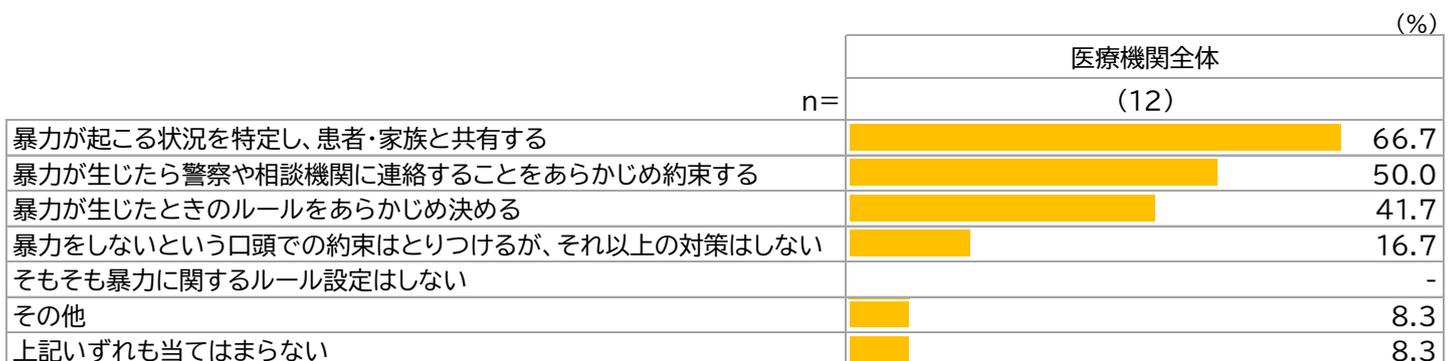
### Q19\_3 暴力が生じたあとの経過で最も頻度が多いものを1つお答えください。

Q7-2=1-2 かつ Q19-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ暴力等の問題を抱えた症例を経験しているベース(無回答者は除く)



### Q19\_4 暴力が問題となる患者様において、どのような対応を患者様やご家族にご提案されていますか。当てはまるものをすべてお答えください。

Q7-2=1-2 かつ Q19-1=1 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるかつ暴力等の問題を抱えた症例を経験しているベース(無回答者は除く)



# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (5)「ゲーム関連問題」を抱える患者の家庭像

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者の「家庭環境」について確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「両親の仲が悪い家庭」(42.1%)、「経済的に余裕がある家庭」、「ひとり親家庭」(31.6%)となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者の「家庭の特徴」について確認した結果をみると、1位から3位までのいずれかで選択された割合は、「本人に否定的な声掛けをする」(73.7%)、「本人との喧嘩が多い」(47.4%)、「本人に無関心」(42.1%)となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者と家族との関係性を確認したところ、「あまりよくない」が50.0%と最も多く、「まあまあ良好」が33.3%で続いている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者家族に「ゲーム・ネット依存症」の傾向があるかを確認したところ、「TOP2」(とても多い+時々ある)が31.6%、「何とも言えない」が63.2%となっている。

### Q20\_1. ゲームに関連した問題で受診された患者様の家庭環境

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	1位~3位計		1位	
	(19)		(19)	
両親の仲が悪い家庭		42.1		26.3
経済的に余裕がある家庭		31.6		21.1
ひとり親家庭		31.6		15.8
経済的に苦しい家庭(生活保護など)		21.1		-
親の虐待がある・疑われる家庭		21.1		-
両親の仲がよい家庭		5.3		-
養子・里子の家庭		-		-
上記に挙げられている特徴はない		36.8		36.8

※「1位~3位・計」にて降順に並び替え(「上記に挙げられている特徴はない」を除く)

### Q20\_2. 患者様のご家族にはどのような特徴があることが多いですか。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	1位~3位計		1位	
	(19)		(19)	
本人に否定的な声掛けをする		73.7		52.6
本人との喧嘩が多い		47.4		10.5
本人に無関心		42.1		15.8
本人に肯定的な声掛けをする		10.5		5.3
患者本人への虐待が疑われる		5.3		-
患者本人からの虐待が疑われる		5.3		-
特徴はない		15.8		15.8

※「1位~3位・計」にて降順に並び替え(「特徴はない」を除く)

### Q20\_3 患者様のご家族との関係はどのような場合が多いですか。1つお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n=	■とても良好 ■まあまあ良好 ▲あまりよくない ■悪い					TOP2 (%)
	0%	10%	20%	30%	40%	
医療機関全体	(18)					33.3

### Q20\_4 患者様のご家族に「ゲーム・ネット依存症」の傾向があるケースはどのくらいありますか。1つお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

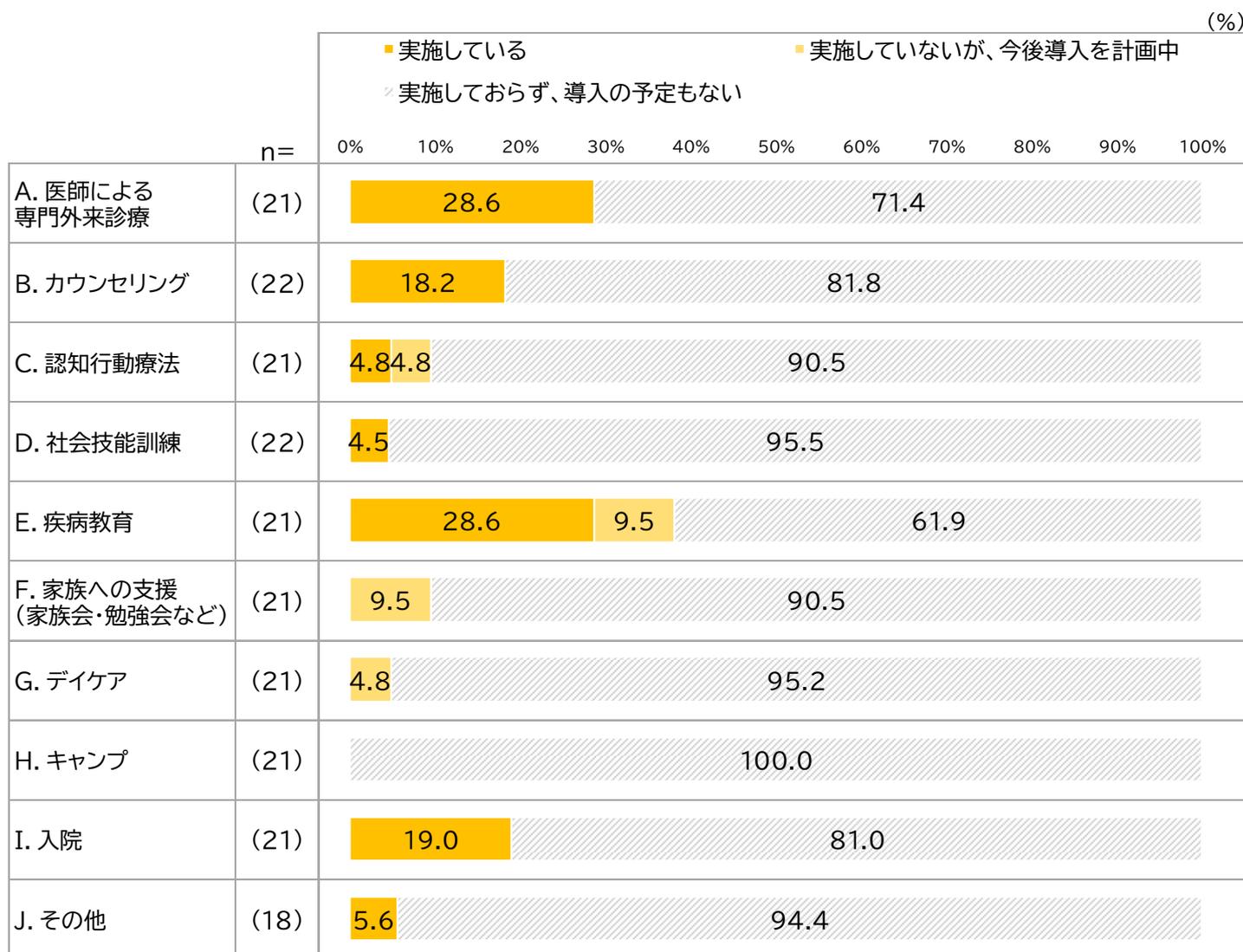
n=	■とても多い ■時々ある ▲あまりない ■全くない ■何とも言えない					TOP2 (%)
	0%	10%	20%	30%	40%	
医療機関全体	(19)					31.6

# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等 (6)実施している治療内容

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲーム・ネット依存症に対して実施している治療内容を確認したところ、「医師による専門外来診療」と「疾病教育」がいずれも28.6%で最も多く、以下、「入院」(19.0%)、「カウンセリング」(18.2%)が続いている。
- 現在は実施していないが、今後導入を計画中の治療内容みると、「疾病教育」、「家族への支援(家族会・勉強会など)」がいずれも9.5%となっている。

## Q9. 貴院では、ゲーム・ネット依存症に対してどのような治療を提供されていますか

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

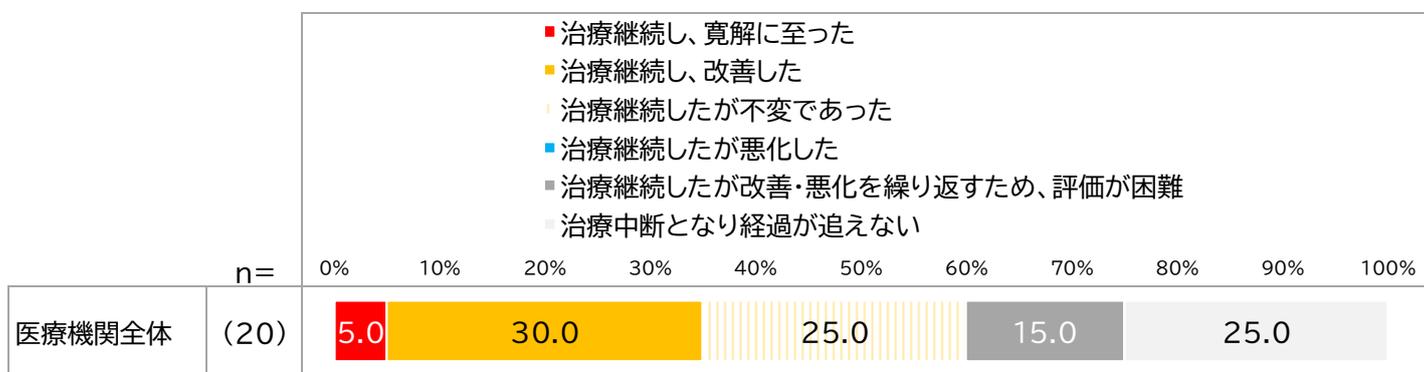


# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等 (7)治療経過

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲーム・ネット依存症の患者について、最も多い治療経過を確認したところ、「治療継続し、改善した」が30.0%と最も多く、以下、「治療継続したが不変であった」、「治療中断となり経過が追えない」(ともに25.0%)、「治療継続したが改善・悪化を繰り返すため、評価が困難」(15.0%)、「治療継続し、寛解に至った」(5.0%)の順となっている。
- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲーム・ネット依存症の患者について、初診時に通院を要すると判断した症例のうち、寛解・改善に至った症例の割合を確認したところ、「寛解した症例」は「10%未満」が70.6%と最も多く、平均では10.5%となっている。「改善した症例」をみると、「10%未満」が52.9%と最も多く、平均では24.4%となっている。
- 通院を自己中断した患者の通院期間としては、「分からない」が63.2%、「3か月未満」が15.8%となっている。

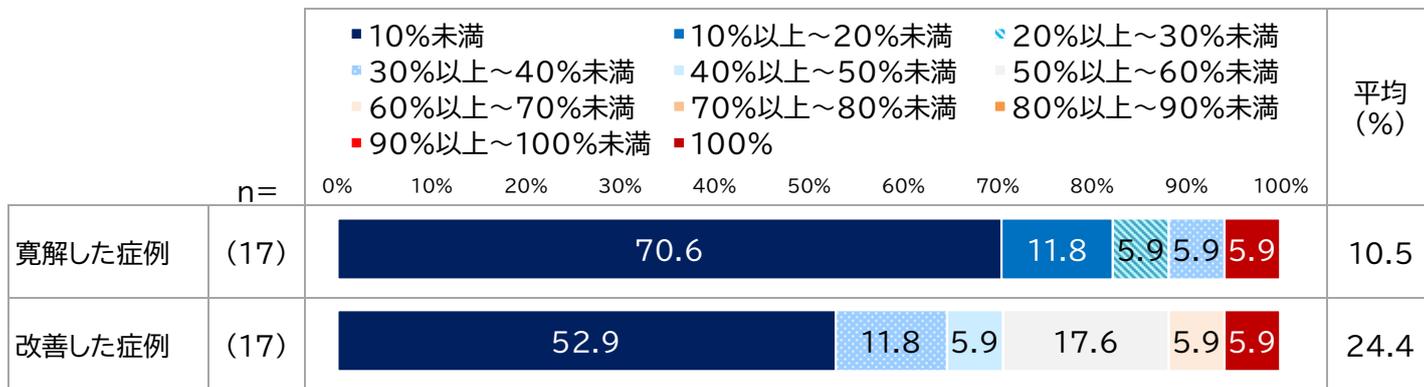
## Q10\_1 最も多い経過を1つお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



## Q10\_2 初診時に通院を要すると判断した症例のうち、寛解・改善に至った症例の割合について、0-100の数字でご記入ください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)



## Q10\_3 通院自己中断した患者様の通院期間についてお聞きします。

最も当てはまるものを1つお答えください。※最も多い場合についてお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

	n=	医療機関全体 (%)
1回の受診で通院自己中断		10.5
2回の受診で通院自己中断		-
3回の受診で通院自己中断		-
通院3か月未満で通院自己中断		15.8
通院6か月未満で通院自己中断		-
通院1年未満で通院自己中断		5.3
通院1年以上経過してから通院自己中断		5.3
わからない		63.2

# ゲーム・ネット依存症患者の特徴等

## (8)「ゲーム関連問題」を抱える患者が利用している医療・福祉サービス

- ゲーム・ネット依存症の診療をする機会がある医療機関に、ゲームに関連した問題で受診した患者が利用している「医療・福祉サービス」を確認したところ、「スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー」が61.1%と最も多く、「自立支援医療制度」、「精神障がい者手帳」がともに33.3%、「療育手帳」が22.2%で続いている。

Q21 患者様が利用している医療・福祉サービスはどのようなものがありますか。  
当てはまるものをすべてお答えください。

Q7-2=1-2 ゲーム依存症・ネット依存症の診療をする機会があるベース(無回答者は除く)

n =	医療機関全体	
	(18)	
スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー		61.1
自立支援医療制度		33.3
精神障がい者手帳		33.3
療育手帳		22.2
障害継続支援B型		16.7
児童相談所		16.7
子ども家庭支援センター		16.7
障がい年金		11.1
生活保護		5.6
就労移行支援		5.6
障害継続支援A型		5.6
ブリッジスクール・フリースクール		5.6
精神科訪問看護		-
精神科デイケア		-
ヘルパーサービス		-
グループホーム		-
その他		-
利用していない		16.7

※全体値にて降順に並び替え(「その他」「利用していない」を除く)

栃木県インターネット及びゲームに関連する依存に係る調査 報告書(概要版)

令和7(2025)年7月

【問い合わせ先】 栃木県保健福祉部障害福祉課

〒320-8501 栃木県宇都宮市塙田1-1-20

電話 028-623-3093 FAX 028-623-3052