

## 社説

<2013.8.11>

### 中高生ネット依存

## 家庭内でルール作りを

全国の中高生を対象にしたインターネット使用実態に関する厚生労働省研究班の調査で、「病的な使用」と判定されたネット依存が強く疑われる生徒が8・1%に上った。この結果を基に、研究班は全国のネット依存の生徒を約51万8千人と推計した。

ネット依存が強まると、昼夜が逆転して睡眠障害になるなど、心身への悪影響が懸念される。専門外来の医療関係者によると、不登校になったり、やめさせようとする親への暴力につながることもある。保護者が依存の危険性を十分認識した上で、まずは家庭内で使い方のルールを作ることが必要ではないか。併せて国などには身近な相談窓口を設けることも求めたい。

設定した「問題や嫌な気持ちから逃げるためにネットを使うか」など8問のうち、5項目以上に該当する場合を病的使用と判定した。中学生で9・0%、高校生で14・4%が平日の平均で5時間以上、ネットを使っていることも分かった。

家庭内のルールとしては、使っている時間帯と使う時間を決める、自己管理ができるまでパソコンや携帯は居間でしか使わないなどが考えられる。家族の食事やだんらんの際は、親も含めて端末を持ち込まないなど、家庭内ではじめをつけることが必要だろう。一方的に「駄目」と言うのではなく、現実の人間関係や体験の楽しさを実感させることで、ネットとの適切な距離を保てるようにしたい。依存にまで至った理由や環境など、子どもの背後に何かあるかを考えることも大切だ。

日本のネット依存への対応は、決して進んでいるとは言えない。IT先進国でオンラインゲームの人氣が高い韓国では2000年代初頭からネット依存が社会問題化し、国を挙げて予防や教育、治療に取り組んでいる。全国に相談窓口を開設し、「レスキュースクール」と呼ばれる1泊12日の寄宿型治療プログラムも実施している。

今回の調査で、日本の深刻な実態の一端が明らかになった。心身への影響、教育現場の対応、ゲームやネット企業側の対策など関連分野が多岐にわたることを考えれば、日本でも当然、省庁の連携による対応が必要だ。ネット依存は子どもだけの問題ではなく、大人の場合は仕事の能率低下のほか、育児放棄などを招くケースもあるという。専門機関の08年の調査では、271万人の成人が該当すると推計された。子どもの時にしっかりと対応方法を身に付ければ、成人になって陥るリスクは減らせるはずだ。

2013年8月11日朝刊

- ① あなたは1日どのくらいの時間ネットを使用しますか。
- ② あなたの家庭では、ネットを使用するルールがありますか。
- ③ この記事を読んだ感想を書きましょう。

年 組 名前

(中学1~3年、総合)