

「ゲーム障害」 オンラインゲームは人の心を傷つけ、人の在り様を変えるか？

2007年に「ゲーム脳」という言葉が社会的に認知され、その真実性の是非をめぐる議論が活発になった。

ゲーム脳 (Wikipedia)

ゲーム脳は、日本大学文理学部体育学科教授で脳科学者である森昭雄が、2002年7月に出版した著書『ゲーム脳の恐怖』(NHK出版)において提示した前頭前野のβ波が低下した状態を表す造語である。マスメディアや教育者に支持され話題となったが、その後、様々な研究者などから批判され、疑似科学(ニセ科学)ともいわれた。

ここでいう「ゲーム」とは狭い意味でコンピュータゲームに限定した用語であり、将棋や囲碁などのボードゲームは含まない。

ゲーム脳

<https://dic.nicovideo.jp/a/%E3%82%B2%E3%83%BC%E3%83%A0%E8%84%B3>

「簡易脳波計で脳波を計測すると、高齢の認知症患者と同じ状態(注2)になっている脳」  
具体的には、この簡易脳波計で計測できるすべてである「α波」と「β波」の2つの波に着目。「α波」を異常脳波である「徐波」、「β波」を正常な脳波とし、「α波」に対する「β波」の割合が低い状態を「脳が認知症患者と同じになったヤバい状態」とした。そして、ゲーム・ケータイ・PCの操作をしていると、次第に「β波」が極端に下がった状態になってしまい、いっこうに回復しなくなる。こうなった状態を「ゲーム脳」と名付けた。

「ゲーム脳」が実際に存在するのか存在しないのか？ ゲームから抜け出せない未成年者の行動を見ていると、「ゲームがその心の成長を阻害している」との意見が出て不思議ではないようにも思われる。

神戸新聞 2019.11.28

## 若者33% ゲーム平日2時間超

「初の実態調査」  
国内の実態を把握するために厚生労働省の委託を受けて調査を行った。全国の10、29歳の約33%が平日に1日当たり2時間以上オンラインゲームなどをしており、時間が長い人ほど、学業や仕事への悪影響や、体や心の問題が起きやすい傾向にあったとの調査結果を、依存症の専門治療を行う国立病院機構久里浜医療センター(神奈川県横須賀市)が27日、発表した。ゲームと生活習慣の実態を全国規模で調べたのは初めて。ゲームのやり過ぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」の検査法や治療の指針作りに活用される。

29面に関連記事  
世界保健機関(WHO)は今年5月「国際疾病分類」最新版で、5月「国際疾病分類」最新版で、心身に問題が起きてもゲームをやめられない状態を「ゲーム障害」という依存症に認定。センターは

国内の実態を把握するために厚生労働省の委託を受けて調査を行った。今年1〜3月、全国の10、29歳の男女9千人を対象に実施し、5096人が回答。過去12カ月間に85.0%がスマートフォンやパソコン、ゲーム機を使ってゲームをしていた。

問題が生じている割合は、全体としてゲーム時間が長くなるほど高く、2時間を境に大きく増えた項目が複数あった。

平日1日当たりの時間も多かった。多いのは「1時間未満」で40.1%。2時間以上、3時間未満は14.6%だった。3時間以上は18.3%で、この中には「6時間以上」も2.8%いた。男性が女性より長時間ゲームをしていました。また、「休日に6時間以上」という依存症に認定。センターは

「休日6時間以上」12%

