

ゲーム障害の診断・治療法の確立に関する研究（20GC1022）

研究分担者 原田豊 鳥取県立精神保健福祉センター

研究要旨

ゲームへの没頭は、日常生活や心身の健康に対して様々な影響を及ぼすことがある。国際疾病分類第11版（ICD-11）において、ゲーム障害が正式に疾患として位置づけられたが、支援・治療体制が十分にとられていないのが現状である。

本研究では、精神保健福祉センターをはじめとする相談機関において、ゲーム障害に関する相談の基本となるマニュアルを作成することにある。令和2年度に、全国精神保健福祉センターに対して予備調査を行い、ゲーム依存に関する相談は多様であり、背景には、様々な環境要因や発達障害などとの関連が存在していることが示唆された。令和3年度は、この調査を参考にして、全国の精神保健福祉センターにおけるゲーム依存に関する相談の状況について、令和2年度の予備調査で認められた課題ごとの相談内容、対応についてアンケート調査を実施した。ゲーム依存の相談では、内容も、「ゲームの没頭が激しく、日常生活に支障を来している場合」「多額の課金により、日常生活に支障を来している場合」「暴力・暴言がある場合」「その他（精神疾患との鑑別、ネット上でのトラブル等）」（重複していることも少なくない）があり、それぞれの課題によって適切な対応が求められる。

令和4年度は、アンケート調査の結果から得られたゲーム依存の3つの課題、①お金の損失、②暴言・暴力、③生活への影響（重複していることも少なくない）についての対応、家族によるゲーム依存への対応の3原則などを記載し、最後に事例を加えた、「ゲーム依存相談対応ガイドライン（第1版）～相談機関におけるゲーム依存への相談と支援～」を提示した。

（※ゲーム障害の定義、基本的な関わり方などについては、すでに、「ゲーム依存相談対応マニュアル／ゲーム依存相談対応マニュアル作成委員会、2022年3月発行、編集者：樋口進、前園真毅、尾崎淳（久里浜医療センター）」が公表されており、ここではこれを基本にしながらい、相談機関における（主に家族を中心とした）基本的な関わり方を提示した。なお、これまでのマニュアルと区別するため、「ゲーム依存相談対応ガイドライン」と記載することとした。ゲーム依存に関する具体的な対応方法は、決められた一つの手段があるのではなく、かつ多くの背景があり、引き続き、研究や事例の検討を重ねて行くことが求められている。

研究協力者：なし

A. 研究目的

ゲームへの没頭は、日常生活や心身の健康に対して様々な影響を及ぼすことがある。国際疾病分類第11版（ICD-11）において、ゲーム障害が正式に疾患として位置づけられた

が、支援・治療体制が十分にとられていないのが現状である。本研究では、精神保健福祉センターをはじめとする相談機関において、ゲーム障害に関する相談の基本となるマニュアルを作成することにある。令和2年度に、全国精神保健福祉センターに対して予備調査を行い、ゲーム依存に関する相談は多様であ

り、背景には、様々な環境要因や発達障害などとの関連が存在していることが示唆された。令和3年度は、この調査を参考にして、全国の精神保健福祉センターにおけるゲーム依存に関する相談の状況について、令和2年度の子備調査で認められた課題ごとの相談内容、対応についてアンケート調査を実施した。ゲーム依存の相談では、内容も、「ゲームの没頭が激しく、日常生活に支障を来している場合」「多額の課金により、日常生活に支障を来している場合」「暴力・暴言がある場合」「その他（精神疾患との鑑別、ネット上でのトラブル等）」（重複していることも少なくない）があり、それぞれの課題によって適切な対応が求められる。本研究では、令和3年度に実施した、全国の精神保健福祉センターを対象としたゲーム依存に関するアンケート調査をもとに、精神保健福祉センターをはじめとする相談機関における相談対応マニュアルを作成する。なお、2022年3月「ゲーム依存相談対応マニュアル（編集者：久里浜医療センター 樋口進、前園真毅、尾崎淳）」が公表されており、今回、ここで作成する相談対応マニュアルは、これをもとに、それぞれの課題ごとの対応、具体的な事例の提示、具体的な対応方法などを記載するものであり、すでに公表されている「ゲーム依存相談対応マニュアル」と区別するため、「ゲーム依存相談対応ガイドライン」と記載することとする。

B. 研究方法

1. アンケート調査の実施

令和2年度に実施した子備調査をもとに、3年度に、全国の精神保健福祉センター69か所を対象に調査を行った。調査方法は、全国精神保健福祉センター長会メーリングリストを利用し、全国各精神保健福祉センターに質問票を送信し、メールによる返信もしくは

FAXにて回答を得た。質問票による調査内容は、年間の相談件数、課題ごとの相談内容、相談対応などに関するものである。対象の期間は、令和3年10月1日より同月30日までであり、全国精神保健福祉センター69か所中57か所（82.6%）より回答を得た。なお、今回のアンケートでは、ゲーム依存の対象を、「ゲームを主訴としたもの、ゲームが主訴でなくても、ゲームへの没頭が、日常生活に何らかの影響を与えていると、本人もしくは家族、関係者が問題と考えているもの」とした。

2. マニュアル（ゲーム依存相談対応ガイドライン）の作成

令和3年度に実施した、全国の精神保健福祉センターにおけるゲーム依存に関する相談の状況、さまざまな課題ごとの内容、対応に関するアンケート調査をもとに、精神保健福祉センターをはじめとする相談機関における「ゲーム依存相談対応ガイドライン～相談機関におけるゲーム依存への相談と支援～」を作成する。

（倫理面への配慮）

令和3年度アンケート調査実施時において、全国精神保健福祉センター長会研究倫理審査委員会にて承認を得た。（令和3年8月6日）。

C. 研究結果

1. アンケート調査結果【資料2】

アンケートでは、①ゲームの没頭が激しく、日常生活に支障を来している場合、②多額の課金により、日常生活に支障を来している場合、③暴力・暴言がある場合という、大きく3つの課題に加え、④その他（精神疾患との鑑別、ネット上でのトラブル等）の項目ごとに、相談内容、対応について質問を行った。また、⑤相談を受ける際に困ることにつ

いても質問を行った。

令和3年度の調査では、全国精神保健福祉センター69か所中57か所(82.6%)より相談の状況、内容、対応に関する回答を得た。

①ゲームの没頭が激しく、日常生活に支障を来している場合(生活への影響)

<相談内容>

57か所中56か所(98.2%)があげている。内容としては、「不登校・ひきこもり」「意欲の低下、仕事を辞める」「成績の低下、留年、退学」「ゲーム優先の生活：ルールが守れない、食事中もゲームをしている」「生活の乱れ：昼夜逆転、生活面の制限」「健康への影響：体重減少。体調の悪化」「コロナ禍による休校で悪化」「育児・家事への影響：育児がおろそか」「家族関係の悪化：会話の減少、家庭不和、離婚」など、学校や職場、家庭、健康など、様々な内容が認められている。

<対応>

大半のセンターが、「継続的な本人・家族面接」をあげており、この他、「専門医療機関の紹介」「相談機関の紹介」「家族教室などの紹介」がある。

②課金の問題(お金の損失)

<相談内容>

57か所中48か所(84.2%)があげている。内容としては、「親のカードを勝手に使って課金する」「親の金を持ち出す。家の物を勝手に売る」「多額の携帯代金の請求」「多額の借金をする。自己破産」「生活費を圧迫。貯金を使い果たす。子どもの学費が払えない」「金銭の着服」「他にも依存(ギャンブルなど)」などがあげられた。

<対応>

多くのセンターが、「継続的な本人・家族面接」をあげている。この他にも、「家族教室の紹介」「依存症回復プログラム等の紹介」がある。また、経済的立場から、「消費生活センタ

一の紹介」「法テラス、多重債務等司法相談窓口の紹介」などがあげられている。

③暴言・暴力などの行動化の課題(暴言・暴力)

57か所中48か所(84.2%)があげている。内容としては、「ゲームの制限について話をすると言葉が荒くなる」「ゲームを取り上げる、Wifiを切ると暴力を振るう」「ゲームで課金ができないと暴れる」「課金の支払いを親が断ると暴れる」「ゲームを捨てたら死ぬ、家族を殺す等と言う」「通信環境が不安定で、うまくプレイできないことにいら立ち、暴言」「オンラインゲームに負けるとイライラして家の中の物を壊す」「オンラインゲームで昼夜を問わず興奮して大声を出し、家族にも暴言」など、ほとんどは、本人のゲームを取り上げる、中止させようとした、課金に反対、注意をしたことなどに対する反応である。

<対応>

「継続的な家族面接」が中心となるが、「家族教室の参加」とともに、対象が児童の場合は、「児童相談所の紹介」、暴力の程度が強い場合は、「保健所、警察と相談」などがあげられている。

④その他(精神疾患との鑑別、ネット上でのトラブル等)

57か所中30か所(52.6%)があげている。「昼夜問わずにゲームに熱中して独り言を繰り返す、時に奇声をあげる。奇行も目立ってきた」「ゲームしながら知らない人と会話しており心配」「ゲームで課金ができないと暴れる。ゲーム三昧の毎日で、ゲームをし始めてから『死にたい!』『学校なんて辞めてやる!』というようになった」「奇異な発言をするようになった」「悪質な詐欺にあっている可能性がありそう」「オンラインを通じて知らない人と話をしているトラブルが起きないか不安」「ゲームで知り合った異性と交遊している

ことでトラブルになった」「イライラ、すぐキレる」「発達障害でないか。発達障害と診断されている」「希死念慮がある」など、精神疾患・精神障害ではないかという不安、ネット上での人間関係のトラブルなどもあげられている。

<対応>

「継続的な本人・家族面接」を行いながら、それぞれの問題に応じて、「児童相談所を紹介」「精神科医療機関の受診」などがあげられ、発達障害が背景にある場合は、「発達障害者相談支援センターへ紹介」などもあげられている。

3. 相談を受ける際に、困ること

「相談を受ける際に、困ることはどのようなことですか」の問に対して、57か所中52か所(91.2%)が回答している。

1) ゲーム依存の背景には、さまざまな要因がある。

「背景に、不登校やひきこもり、発達障害や精神(知的)障害、精神科疾患の影響やギャンブル等他の依存問題、親子関係の課題によるものまで、非常に幅広くて対応に苦慮する」などがある。一方で、「本人がゲームをやめれば状況は改善すると認識している家族の相談は、家族自身の相談意欲を引き出すことが難しく、相談が継続しない」「親は、ゲームだけを問題視しているが、その他の問題や背景についての理解が、親から得られない場合、対応が難しい」などの指摘がある。

2) ゲームの仕組み、課金のシステムなどがわからず、相談に対応しづらい。

3) 紹介できる医療機関・相談機関が少ない(ない)、社会資源・専門機関が少ない(ない)

4) その他、対応の仕方が分からないなど。

2. マニュアル(ゲーム依存相談対応ガイド

ライン)の作成

アンケート調査結果をもとに、マニュアルの作成を行った。

相談場面では、本人が来所することは少なく、大半は家族(主に、母親もしくは両親)の相談から始まる。多くの場合、本人自身に現状を改善しよう(ゲームをやめる、時間を減らすなど)という気持ちが見られず、そのため病院受診への動機付けも少ない。このため、医療機関における対応とは異なることが少なくない。

家族の多くは、生活の問題が生じていてもすぐには来所せず(実際には、どのあたりから問題が生じているのか明確ではないことも)、お金の問題、あるいは暴言・暴力が発生して、はじめて相談につながるものが少なくない。一方で、多くの場合、本人自身には現状を改善しようという気持ちが見られず、すぐには病院受診や相談来所することはない。来所した家族と本人とは相談機関に求めているものが異なっているが、家族の中には、すぐに解決することを望み、入院・入所する、支援者が説得してくれることなどを求めていることもある。しかし、大半の場合は、背景に、これまでの様々な家族関係の課題、生育歴の課題などに加え、障害の有無の課題もあり、実際の相談は、ゲーム依存に並行して、これらの課題へのアプローチが重要となる。

ゲーム依存相談対応ガイドラインでは、ゲーム依存の抱える課題として、大きく、①お金の損失、②暴言・暴力、③生活への影響の3つをあげ、それぞれの課題の内容、聞き取りに必要な内容、具体的な対応について解説する。①お金の損失(多くは、課金による)に対しては早急な対応が求められる。②暴言・暴力では、その多くがゲームに没頭する行為を止める言動が引き金となっており、当面はこれらの行動を控え、とりあえず暴言・

暴力の回避を行う。これらの対応を行ったうえで、③生活の影響に対して、じっくりと支援を行っていくこととなる。

ゲーム依存に関わるには、なぜ、ゲームに没頭しているのかを理解する必要がある。不登校・ひきこもりの初期にゲーム依存の状態になることがある。学校や職場でのストレスの発散（クールダウン）の手段となっていることもあれば、ゲームの中に関係欲求、承認欲求を求めている（現実の世界においてこれらの欲求が満たされていない）場合もある。無理矢理ゲームを中止させようとするだけでは状況の改善は難しく、これらの背景を理解して対応することが重要である。

ゲーム依存の背景には、様々な生活環境の課題や生育歴の課題、発達障害の存在の有無などが関与しており、これらの課題や障害特性を十分に理解して支援をしていきながら、ゲームに没頭している行動に対する具体的な対応の方法を検討していくことが求められる。

今回作成する「ゲーム依存相談対応ガイドライン」では、最後に、事例の提示を加えながら、それぞれの状況に応じた対応・支援方法を記載し、今後とも引き続き、全国精神保健福祉センターに意見を得て、適時、検討していくこととする。

【資料1】ゲーム依存相談対応ガイドライン（第1版）～相談機関におけるゲーム依存への相談と支援～

D. 考察

1) 達成度について

全国精神保健福祉センターを対象に実施したアンケート調査をもとに、「ゲーム依存相談対応ガイドライン」を作成し、全国の精神保健福祉センターに提供を行った。ただし、ゲーム依存に関しては、様々な背景があり、状

況に応じた対応が求められることもあり、今後とも、適時、多くの意見を伺いながら、内容の更新を行いたい。

2) 研究成果の学術的意義について

近年、精神保健福祉センターを始め、保健所や市区町村には、ゲーム依存に関する多くの相談が寄せられているが、具体的なゲーム依存に関する理解や対応方法が明確でなく、困惑している状況にあった。今回、「ゲーム依存相談対応ガイドライン」では、基本的な対応などについて記載しており、現場での対応の基礎としたい。

3) 研究成果の行政的意義について

ゲーム依存の相談対応ができる医療機関などはまだまだ少なく、その多くが精神保健福祉センターや保健所、市町村などの行政機関に寄せられるが、行政としてもその対応が不十分であり、今後このガイドラインが普及することにより、行政機関におけるゲーム依存相談対応への理解が深まることが期待される。

4) その他特記すべき事項について

ゲーム依存に関しては、様々な背景があり、今後も多くの事例の経験や研究結果を踏まえて、内容を更新し、相談機関へ情報の提供を行っていききたい。

E. 結論

近年、ゲーム依存に関する相談は、精神保健福祉センターや保健所、市区町村などの相談機関に多く寄せられるようになっているが、まだまだゲーム依存に関する理解やその対応方法についての知識に乏しく、一方で対応できる医療機関は少なく、今後、相談機関に求められるものは大きい。しかし、ゲーム依存に関する具体的な対応方法は、決められた一つの手段があるのではなく、かつ多くの背景があり、今回、ゲーム依存相談対応ガイ

ドラインの提供を行ったが、今後とも、研究や事例の検討を重ねて、より内容の深いものを作って行くことが重要と考えられる。

F. 健康危機情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 1件
原田豊. 相談事例から捉えるゲーム障害. ゲーム障害は精神疾患なのか. 第

118回日本精神神経学会シンポジウム
37. 2022年6月, 福岡.

※それ以外(レビュー等)の発表 1件
原田豊. ゲーム依存に関する相談の現状と課題～全国精神保健福祉センターを対象としたアンケート調査から～. 公衆衛生情報. 2022 ; 52(6) : 30-31.

H. 知的財産権の出願・登録情報

1. 特許取得 なし
2. 実用新案登録 なし
3. その他 なし