

## ゲーム依存症に係る関係府省庁の取組状況（令和3年3月現在）

### 1. 普及啓発関係

これまでの取組		今後の取組予定	
厚労省	<p>○依存症に関する正しい知識、理解の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・厚生労働省、依存症対策全国センターのホームページにおいて、依存症についての情報提供を実施</li> <li>・依存症の理解を深めるためのイベント・フォーラム・放送番組等による普及啓発の実施</li> <li>・リーフレット、ポスター、ホームページ等を通じた普及啓発の実施</li> </ul>	厚労省	<p>○引き続き、ホームページ、パンフレット、フォーラム等を通して、依存症に関する正しい知識、理解の促進を図る。</p>

<p>文科省</p>	<p>○令和元年度に作成した『「行動嗜癖」を知っていますか？ギャンブル等にのめり込まないために』（高校生向け啓発資料）を、文部科学省ウェブサイトに掲載し、教育委員会等を通じて学校に周知した。</p> <p>○平成 30 年度に作成した『「ギャンブル等依存症」などを予防するために』（教師用指導参考資料）と、令和元年度に作成した『「行動嗜癖」を知っていますか？ギャンブル等にのめり込まないために』（高校生向け啓発資料）について、全国の学校保健担当指導主事等に対し、当該資料を積極的に活用するよう、協議会等で周知した。</p>	<p>文科省</p>	<p>○新学習指導要領（高等学校）の実施に向けて、その趣旨徹底については、引き続き協議会等で周知を図る。</p> <p>○『「ギャンブル等依存症」などを予防するために』（教師用指導参考資料）、『「行動嗜癖」を知っていますか？ギャンブル等にのめり込まないために』（高校生向け啓発資料）の積極的・効果的な活用を促すためには、継続的な働きかけが重要であり、引き続き協議会等で周知を図る。</p>
<p>文科省</p>	<p>○オンラインゲームを含むネット依存傾向の子供たちを対象とした宿泊体験事業や、青少年やその保護者等を対象とした地域における依存症予防教室の支援を実施。</p> <p>○ゲームを含むネット利用に関する保護者向け情報モラル教材を作成。＜平成 27 年度～＞</p> <p>○情報モラルに関する指導の充実を図るための教師用資料等を作成＜平成 25 年度～＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ネットゲームをテーマにした動画を含む、情報モラルに関する指導の充実を図るための教師用指導資料等の作成及び教育委員会等への配布を行った。</li> </ul>	<p>文科省</p>	<p>○引き続き、オンラインゲームを含むネット依存傾向の子供たちを対象とした宿泊体験事業や、青少年やその保護者等を対象とした地域における依存症予防教室の支援を実施。</p> <p>○引き続き、教師用指導資料の周知や児童生徒向け啓発資料を作成。</p>

<p>内閣府</p>	<p>○乳幼児の保護者向けの啓発用リーフレットの作成（「スマホ時代の子育て 悩める保護者のための Q&amp;A 乳幼児編」）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児に保護者のスマートフォン等を見せる場合の心構えやルール作り、ゲームソフトのレーティング（年齢区分）の確認等、スマートフォンやゲームの適切な利用を保護者に促すためのリーフレットを作成。関係省庁や都道府県、指定都市、関係団体に配布。</li> </ul> <p>○幼児・児童の保護者向けの啓発用リーフレットの作成（「スマホ時代の子育て 悩める保護者のための Q&amp;A 幼児・児童編」）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアレンタルコントロール機能（ゲームのプレイ時間の調整・制限、課金等の管理）の活用やゲームソフトのレーティング（年齢区分）の確認等、青少年によるゲーム機等の利用の適切な管理を保護者に促すためのリーフレットを作成。令和2年2月～5月に実施する「春のあんしんネット・新学期一斉行動」や7月の「青少年の非行・被害防止全国強調月間」、シンポジウム、地方で開催するフォーラム等で配布。</li> </ul>	<p>内閣府</p>	<p>○児童・生徒（小学4年生～中学1年生）の保護者向けの啓発用リーフレットの作成（「ネット・スマホのある時代の子育て 保護者が正しく知っておきたい4つの大切なポイント 児童・生徒編」）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スマートフォンやゲーム機等を利用する際のトラブルを防止するためにペアレンタルコントロール機能を活用することやゲームソフトのレーティング（年齢区分）の確認等、青少年によるスマートフォン、ゲーム機等の利用の適切な管理を保護者に促すためのリーフレットを作成。</li> </ul> <p>令和3年2月～5月に実施する「春のあんしんネット・新学期一斉行動」、7月の「青少年の非行・被害防止全国強調月間」、シンポジウム、地方で開催するフォーラム等で配布する予定。</p> <p style="text-align: right;">（別紙1参照）</p>
<p>厚労省</p>	<p>○内閣府作成の低年齢層の子供の保護者向け広報啓発用リーフレット「スマホ時代の子育て 悩める保護者のための Q&amp;A 乳幼児編」を自治体及び関係団体を通じて、保育所、児童館等の子育て支援関係施設に周知</p>	<p>厚労省</p>	<p>○引き続き周知予定。</p>

<p>経産省</p>	<p>○業界の自主的取組と連携し、普及啓発等を実施。  (参考) 業界の主な自主的取組</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアレンタルコントロールのゲーム機への実装・普及啓発</li> <li>・ガイドライン（利用時間等について保護者と相談して決めるようゲーム内に表示する等）の策定</li> <li>・消費者センターからの問い合わせのホットライン開設等</li> <li>・消費者への理解促進のための「ゲームのやくそく」動画作成</li> </ul>	<p>経産省</p>	<p>○引き続き、業界の自主的取組と連携し、普及啓発等を実施。</p>
<p>消費者庁</p>	<p>○ペアレンタルコントロールの保護者の認知度及び利用率の調査を実施。</p>	<p>消費者庁</p>	<p>○令和2年度調査結果を踏まえ、消費者向けにゲーム依存及びペアレンタルコントロール機能に関する普及啓発等を実施。</p>

## 2. 相談対応関係

これまでの取組		今後の取組予定	
厚労省	<p>○本人や家族等に対する相談支援</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・精神保健福祉センターや保健所において、ゲーム依存症を含む依存症についての相談を受け付けている。</li> <li>・令和元年度から衛生行政報告例、地域保健・健康増進事業報告においてゲーム依存症に関する相談件数の把握を開始。</li> <li>・各都道府県、政令市等の依存症に係る相談窓口について、依存症対策全国センターホームページ等で周知を図っている。</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の相談マニュアルの作成</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適切にゲーム依存症の相談に対応できるように、相談対応に従事する者が参考とするマニュアルの検討を開始。 ＜令和2年度～＞</li> </ul> <p>○ゲーム依存症に関する相談従事者の研修</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・精神保健福祉センターや保健所の相談対応職員に対する、ゲーム依存症に関する研修の実施（依存症対策全国拠点機関設置運営事業）</li> <li>・児童保健・児童福祉関係者を対象に、ゲーム依存症の内容を含む、思春期精神保健対策医療従事者専門研修を実施。（厚生労働省思春期精神保健研修事業）</li> </ul>	厚労省	<p>○ゲーム依存症に関する相談従事者の研修</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、精神保健福祉センターや保健所の相談対応職員に対する、ゲーム依存症に関する研修の実施（依存症対策全国拠点機関設置運営事業）</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の相談マニュアルの作成</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、相談対応に従事する者が参考とするマニュアルを検討し、作成する。</li> </ul>

消費者庁	○オンラインゲームに関する消費生活相談が本人やその御家族から寄せられた際に、相談対応の円滑化が図れるよう相談員向けのマニュアルを整備するためアドバイザー会議を開催<令和2年度>。	消費者庁	○引き続き、オンラインゲームに関する消費生活相談が本人やその御家族から寄せられた際に、相談対応の円滑化が図れるよう相談員向けのマニュアルの整備に向けて検討。
------	---	------	--

### 3. 治療・支援関係

これまでの取組		今後の取組予定	
厚労省	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ゲーム依存症に関する医療機関従事者の研修 <ul style="list-style-type: none"> <li>・医療機関に従事する者に対して、ゲーム依存症に関する研修を実施。（依存症対策全国拠点機関設置運営事業）</li> </ul> </li> <li>○ゲーム依存症の治療ガイドラインの作成 <ul style="list-style-type: none"> <li>・効果的な治療を実施できるようゲーム依存症に関する治療ガイドライン作成のための調査研究を実施。&lt;令和2年度～&gt;</li> </ul> </li> <li>○ゲーム依存症の回復プログラムの作成 <ul style="list-style-type: none"> <li>・医療機関・精神保健福祉センター等で実施する回復プログラム開発の調査研究を実施。&lt;令和2年度～&gt;</li> </ul> </li> </ul>	厚労省	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ゲーム依存症に関する医療従事者の研修 <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、医療従事者に対して、ゲーム依存症に関する研修を実施。（依存症対策全国拠点機関設置運営事業）</li> </ul> </li> <li>○ゲーム依存症の治療ガイドラインの作成 <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、効果的な治療を実施できるようゲーム依存症に関する治療ガイドラインを作成のための調査研究を実施。</li> </ul> </li> <li>○ゲーム依存症の回復プログラムの作成 <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、医療機関・精神保健福祉センター等で実施する回復プログラムの開発を行う。</li> </ul> </li> </ul>

## 4. 調査研究関係

これまでの取組		今後の取組予定	
厚労省	<p>○ゲーム使用と生活習慣に関する実態調査</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・国立病院機構久里浜医療センターにおいて、ゲーム使用と生活習慣に関する実態調査を実施。（平成30年度/令和元年度 依存症に関する調査研究事業）</li> </ul> <p style="text-align: right;">（別紙2 参照）</p> <p>○ゲーム依存症の相談マニュアルの作成（再掲）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相談対応に従事する者が、適切にゲーム依存症の相談に対応できるよう相談対応に従事する者が参考とするマニュアルの検討を開始。＜令和2年度～＞</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の治療ガイドラインの作成（再掲）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・効果的な治療を実施できるようゲーム依存症に関する治療ガイドライン作成のための調査研究を実施。＜令和2年度～＞</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の回復プログラムの作成（再掲）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・医療機関・精神保健福祉センター等で実施する回復プログラムの開発の調査研究を実施。＜令和2年度～＞</li> </ul>	厚労省	<p>○ゲーム依存症に関する知見の収集</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・諸外国におけるゲーム依存症対策の事例収集等</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の相談マニュアルの作成（再掲）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、相談対応に従事する者が、適切にゲーム依存症の相談に対応できるよう相談対応に従事する者が参考とするマニュアルの検討。</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の治療ガイドラインの作成（再掲）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、効果的な治療を実施できるようゲーム依存症に関する治療ガイドライン作成のための調査研究を実施。</li> </ul> <p>○ゲーム依存症の回復プログラムの作成（再掲）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き続き、医療機関・精神保健福祉センター等で実施する回復プログラム開発の調査研究を実施。</li> </ul>

## 我が家のルール

### 子供の主張、保護者の意見を出し合おう

新しく自分のスマホ、自分のゲーム機、自分のタブレットを持つときに、ルール作りのベストのタイミングです。

ポイントは、親子双方が自分の意見をしっかり出し合うことです。お互いが主張し合い、少しずつ妥協しあって決めたルールは長続きします。逆に一方的に保護者が勝手に決めたり、子供のいいなりになったりすると、長続きしません。お互いが納得し、双方が尊重できるルール作りをすることが重要です。

ルールが守れなかったり、子供が成長したり、生活習慣が変わったりするタイミングで、ルールの見直しをすることも大切です。

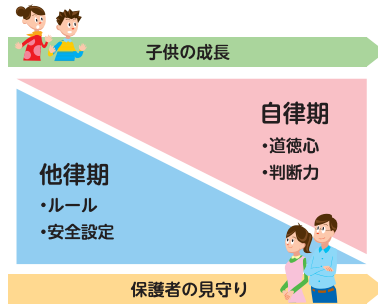


### 他律から自律へ

ルールを決める一方で大切なのが、自然体験や身体を使って得る実体験、人とのリアルなコミュニケーションです。様々な経験を積むことがインターネットの中で困ったり迷ったりしたときの、適正な判断力につながります。

乳幼児のネットルールは保護者が決める「他律」ですが、小学生、中学生、高校生と年齢が上がるにつれて少しずつ自分でルールを考えることができるようになっていき、大学生や社会人になると「自律」し、自分で管理します。

わたしたち大人は、子供たちが少しずつ自律していけるように手を貸してあげましょう。



### いざというときの相談窓口・参考リンク

#### 相談窓口

**#9110**  
警察相談専用電話



#9110は、発信地を管轄する警察本部等の総合窓口へ接続されます。生活の安全に関わる悩みごと、困りごとなど、緊急ではない相談の窓口です。

**188**  
消費者庁  
消費者ホットライン



商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問合せなどに対し、専門の消費生活相談員などが相談を受け付ける窓口です。

**違法・有害情報  
相談センター**



相談者自身で行う削除依頼の方法等を、インターネットに関する技術や制度等の専門知識・経験を有する相談員が迅速にアドバイスします。  
<https://www.ihaho.jp/>

**子どもの人権110番**  
(法務局・地方法務局)



子どもの人権全般に関する相談窓口です。全国共通・通話料無料(受付時間:平日8時30分~17時15分)  
**0120-007-110**

**インターネット  
人権相談**



電話では相談しにくいときにはインターネットでも相談を受け付けています。  
<https://www.jinken.go.jp/>

**インターネット上の  
誹謗中傷に関する  
相談窓口のご案内**



インターネットの書き込みにより、誹謗中傷などの被害にあわれた場合における相談窓口の案内図です。ご自身の希望に添った相談窓口にお問い合わせください。

#### 参考リンク

**子どもとネットのトリセツ**  
制作:一般社団法人安心ネットづくり促進協議会



**政府広報オンライン**  
SNSの誹謗中傷 あなたが奪うもの、失うもの #NoHeartNoSNS



**スマホのある時代の子育てを考える(お役立ち情報)**  
制作:NPO法人e-Lunch



**情報セキュリティ啓発映像**  
「はじめまして、ペアコです。~親と子のスマホの約束~」  
制作:(株)情報処理推進機構(IPA)



**スマートフォン用無料アプリ**  
**Nintendo みまもりSwitch**  
制作:任天堂株式会社



## ネット・スマホのある時代の子育て

# 保護者が 知っておきたい 4つの大切なポイント

児童・生徒編

学習面での活用が一気に増えてきたインターネットやスマートフォン。コミュニケーションや息抜き等、生活をサポートする道具だからこそ、トラブルを避けて上手に使いこなすスキルを身につけてほしいものです。

### Point1 長時間利用の中身に 着目!



連絡?遊び?  
それとも勉強?  
どれだけ使っているかではなく、何にどう使っているかが、肝心です。

### オンラインゲームで 起きている トラブルとは!?

Point2

ゲームの中でつながる仲間との関係。だからこそトラブルや犯罪に巻き込まれることも!



今日のバトルは絶対来いよ! 避げるな!

ポイントがもらえるから僕の紹介でこのゲームやってよ!

### Point3 SNSで誹謗中傷? いじめ?



仲間外れや個人攻撃などの被害・加害を防ぐためには?

### 写真・動画の安易な 投稿が危険を招く!

Point4

自撮り写真の投稿・送信や動画投稿に起因するトラブルとは?



子供たちの使い方やネットトラブルの現状を知り、助言や話し合いの際にお役立てください



## Point① 時間の長さだけではなく中身に着目

### 何にどのくらいつかっているのかを、一緒に確認しましょう

学習での活用も増え、子供のインターネット利用時間はより一層長くなっています。「いつまでやってるの!？」と頭ごなしに叱らず、子供がどんな使い方をしているのか、内容と時間を把握することが大切です。

どのカテゴリにどれくらい使ったかを確認するには**スクリーンタイム(iPhone)**や**デジタルウェルビーイング(Android)**が便利です。

利用時間や就寝時間を設定すれば、無意識の使い過ぎも防ぐことができますので、上手に活用しましょう。



どのアプリをどれくらい使っているか簡単に確認できるからコントロールもしやすい!

### スマホに入っているツールを使って時間管理することもおすすめです

**スクリーンタイム (iOS12以上)**



スクリーンタイムの設定方法(動画)



**Digital Wellbeing (Android10以上)**



Digital Wellbeing(紹介ページ)



これらのツールを活用するための大切なポイントは、**設定変更の際には必ず相談するよう促すこと。**  
親子で一緒に「利用時間のコントロール」をやってみませんか?

## Point② ゲームプレイは“個”から“グループ”へ

### 保護者と一緒にプレイしなくなる時期こそ、しっかり見守る

一人で、リアルな友達と、ネット上のグループで協力しながら。ゲームは多様な遊び方があります。

高額課金やID乗っ取り等のトラブルだけではなく、誘う・誘われない、アイテムをもらった・もらわなくてもめたり、一人抜けできず長時間プレイになったりといったことも生じています。また、プレイ中のチャットや音声でのやり取りから、個人情報が出たり、誘い出しのきっかけになってしまうこともあります。

保護者は、子供がどんなゲームをしているか知っておくとともに、対象年齢に達しているかを確認したり、スマホやゲーム機のペアレンタルコントロール機能を活用したりして、子供の安全利用を見守りましょう。

### 年齢区分(レーティング)とは?

おもちゃの対象年齢と同様に、ゲームのソフトやアプリにも「〇歳以上」という対象年齢の区分があり、マークで示されています。ソフトのパッケージやアプリの入手画面で必ず確認しましょう。

【ゲームソフトの年齢区分(例)】



【スマホアプリの年齢区分(例)】



必ずチェック!

## Point③ SNS等でのいじめや誹謗中傷、どう対処すべき?



### 相談しやすい親子関係をつくり、話はじっくり聞いてあげる

子供が一人で悩みを抱えないためにも、普段から「困ったら何でも相談にのるよ」と声かけをしましょう。そうすると子供は相談しやすくなります。

相談されたときには、子供の話をじっくり聞いてあげてください。保護者が大騒ぎしてしまうと、相談しにくくなってしまいうこともありまます。じっくり聞いたうえで「どうしたい?」と聞いてあげましょう。

誹謗中傷等のやり取りは、スクリーンショットなどで保存し、いつ何が起こったのかを明確に記録しておくことが大切です。必要に応じて専門家にアドバイスを求めましょう。(相談サイトは裏面に掲載)

気軽な投稿が、他人を傷つけるおそれがあること、インターネットにあげた言葉や写真等は、後から削除しができないことも、子供に伝えましょう。

## Point④ 動画や写真は危険がいっぱい

### 動画や写真の投稿で注意すること

面白がって撮ったり、友人・知人の情報が含まれるものを投稿することで、不快感やトラブルを生むこともあります。どんな投稿がトラブル原因になるか親子で考えてみましょう。

写真や動画の投稿サービスやアプリの多くは中学生以上が対象。年齢に満たない子供の投稿は、保護者のアカウントで一緒に行うようにしてください。

### 裸の写真は特に!!

撮ったり、持ったり、送ったりは、すべて違法行為。どんなに仲が良くても親しい間柄でも、どんなにお願いされたとしても、18歳未満の子供の裸は、「撮っちゃダメ!」「男の子も女の子もダメ!」「持っているだけでもダメ!」「送っちゃダメ!」「転送だからセーフ!」「裸を撮って送って!」「誰にも見せないよ」「男だから問題ないよ」

全部ダメ!

### フィルタリングの活用

あんしんフィルターやiフィルター等によって、有害・不適切なサイトへのアクセスやアプリの利用を制限します。お子様の成長に合わせてカンタンに設定でき、カスタマイズもできます。

### あんしんフィルター



### iフィルター



※フィルタリングの他にも、裸の写真等と考えられる不適切な画像をAIで検知し、撮影できなくする機能やSNSへの投稿内容によって、保護者にアラート通知する機能等もあります。

## ゲーム使用に関する実態調査について（全国の10～79歳）

## 調査の概要

- 厚生労働省の補助事業として国立病院機構久里浜医療センターにおいて実施された、全国の10歳～79歳に対するアンケート調査
  - ・調査名：令和元年度ネット・ゲーム使用と生活習慣に関する実態調査
  - ・実施時期：令和元年10月～11月
  - ・調査回答者数：全国の10歳～79歳の4,860名（男性2,327名、女性2,533名）
- 全年齢層におけるゲーム使用の実態や、日常生活との関係などについて把握

## 主な調査結果

- 今までにゲームをしたことのある者の割合は、男性67.0%、女性58.4%であった。
- ゲームをする機器では、スマートフォン（71.7%）が最も多く、次いで据え置き型ゲーム機（36.0%）であった。
- ゲームをする場所では、自宅（94.3%）が最も多く、次いで移動中（28.2%）であった。
- 平日における1日当たりのオンラインゲーム時間は、
  - 男性では、「1時間未満」が13.8%、「1時間以上2時間未満」が19.5%、「2時間以上3時間未満」が11.5%、「3時間以上」が11.0%（うち「6時間以上」は1.4%）、「ゲームをしていない」が44.2%
  - 女性では、「1時間未満」が20.5%、「1時間以上2時間未満」が17.6%、「2時間以上3時間未満」が7.5%、「3時間以上」5.9%（うち「6時間以上」は0.4%）、「ゲームをしていない」が48.5%
- 年齢とゲーム使用に関連する問題については、いずれの問題でも「はい」と回答した者の割合が、10～20歳代で最も高く、年齢が上がるにつれて、その割合が低くなる傾向が認められた。
  - 「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。」
  - 「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」
  - 「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」
  - 「ゲームのために、朝起きられませんでしたか（過去12ヶ月で30日以上）」 等