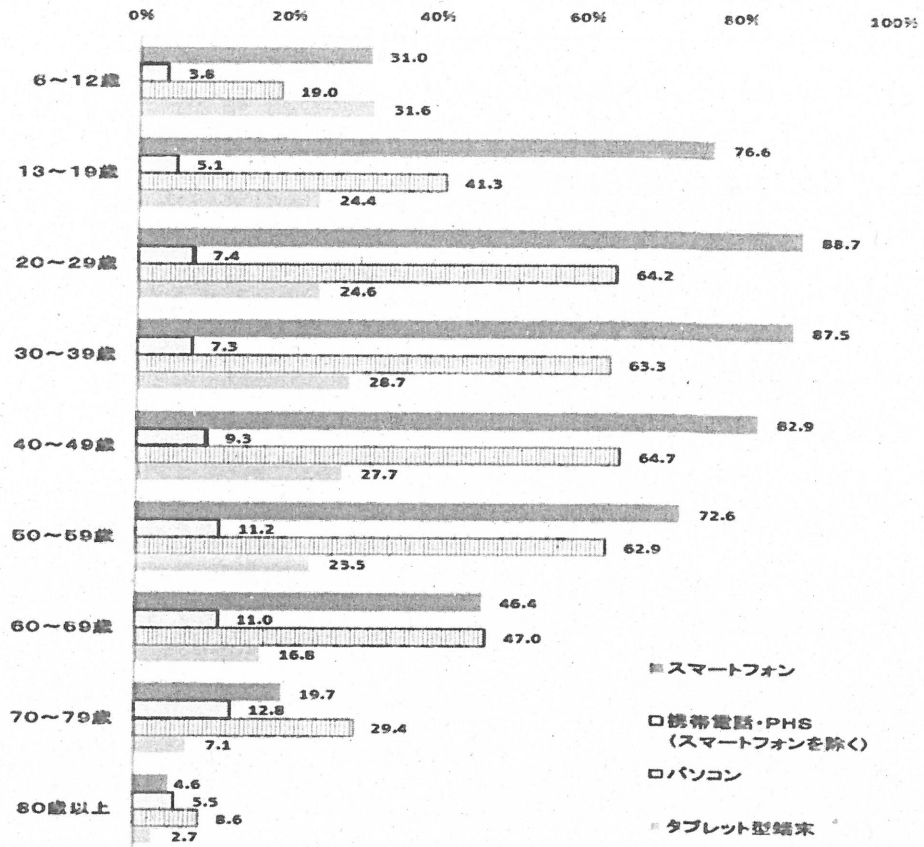


○年齢階層別インターネット利用機器の状況

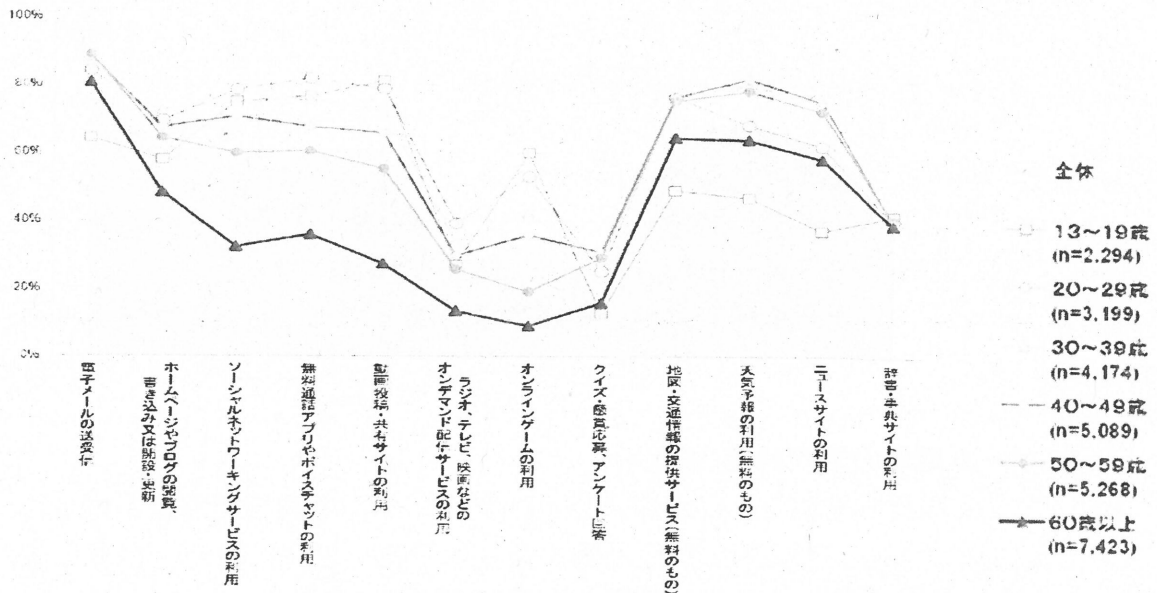
13歳から59歳でスマートフォンがパソコンを上回っている（個人）。



総務省「平成30年通信利用動向調査」より引用

○年齢階層別インターネットの利用目的・用途（複数回答）

13歳～39歳の7～8割がSNS・無料通話アプリ・動画サイトを、13歳～29歳の5～6割がゲームを目的としてインターネットを使用している。



総務省「平成30年通信利用動向調査」より引用

<スマホ・ネット・ゲーム依存の現状>

- ・スマホ人口は6,436万人、スマホゲーム人口は3,463万人。そのうち週6～7日ゲームする人は57%いる（SEGA ゲームスタイル研究所、2017）。
- ・病的なインターネット依存が疑われる中高生は、全国で93万人に上ると推計されている。その予備軍は250万人以上と考えられる（尾崎氏ら2018）。
- ・スマホゲーム産業は国内で1兆円市場とされる。課金ユーザーのうち、一部のヘビーユーザーが市場を支えている。
- ・20歳代で「スマホ依存」78.0%、「スマホ疲れ」69.55、「スマホ断ちをしてみたい」42.0%いる（ソニー生命「スマートフォンに関する調査2019」）。

<ゲーム環境の時代的变化①>

○オフラインゲーム

- ・ゲームセンターや喫茶店などに出向いて行う。
- ・家庭用ゲーム機（ファミコン、プレステ）などが普及した。
- ・ゲーム機、モニター、ゲームソフトが必要なため、初期費用がかかり、場所が限定される。また、課題をクリアすれば終了となる。

○オンラインゲーム

- ・家庭用ゲーム機やパソコンなどをインターネットに接続する。
- ・インターネット上の不特定多数のゲーマーとロールプレイングゲーム（RPG）を行ったり、架空の戦場での戦いを繰り返し広げるファーストパーソン・シューター（FPS）などが可能になった。

<ゲーム環境の時代的变化②>

- ・スマホの普及により、ちょっとした空き時間に、職場や電車の中でも、布団の中でもゲームができる。
- ・常にアップデートされ、終わりが無い。また、アップデートを通知してくるため、いったん離れても引き戻される。
- ・ゲームアプリを無料でダウンロードできるため、初期費用がかからない。
（⇒フリーミアムシステム）
- ・「ガチャ」により、ランダムにアイテムが与えられる。また、課金すれば欲しいアイテムを早く手に入れられ、強くなれる。
- ・ゲーム内での連帯感により、承認欲求が満たされ、自己効力感も得られる。また、そのために抜けにくい。途中で止めるのはもったいなく感じられる。

<ゲーム環境の時代的变化③>

- ・生まれたときからスマホやネット・ゲームがある環境で若者が育つ。
- ・ファミコン、プレステ世代が働き盛り・子育て世代になり、自分で稼いだお金・高収入だからこそ、際限のない課金で火の車となる。

<脳への影響>

◆ネット・ゲームに没頭している間に脳内で起きていること①

- ・本能や感情を司る「大脳辺縁系」と、社会性や理性を司る「前頭前野」がバランスを取ることで、人の行動は統制が取られている。発達途上の子どもは、大脳辺縁系の働きが強い。
- ・依存が進行すると、前頭前野の働きが低下する。
- ・アップデートの通知などのキュー（きっかけ）に脳が反応して、抑えがたい欲求が生じる。
- ・意欲、快楽、多幸感などに影響のあるドーパミンの受容体が減少し、報酬が欠乏するため、より多くの刺激を求めるようになる。
- ・美味しい料理、家族や友人との楽しいひと時など、日常的な喜びに対する感覚が鈍化する。
(樋口進『スマホゲーム依存症』2018より)

◆ネット・ゲームに没頭している間、脳内で起きていること②

- ・1998年、ロンドンでのPET（陽電子放射断層撮影）を用いた研究によれば、8名の男性ボランティアがテレビゲームを50分した時、脳内の線条体でドーパミン放出量が2.0倍に増えた。（覚せい剤を静脈注射した時は2.3倍）
- ・2012年、中国でDTI（拡散テンソル画像＝MRIの応用により神経線維の走行を詳細に映像化）により、ネット・ゲーム依存の若者18名はそうでない若者17名と比べて、眼窩前頭葉、前帯状回、外包、脳梁などの大脳白質で、神経ネットワークの統合性の低下が認められた。
(岡田尊司『インターネット・ゲーム依存症』2014より)

◆ネット・ゲームに没頭している間、脳内で起きていること③

脳内の特定部位の委縮、特定領域の活動の亢進と低下、神経ネットワークの器質的な変化の結果として…

- ① やってはいけない行動にブレーキをかける、報酬が得られる行動に意欲を出す、善悪や価値の判断をする領域
- ② 自分や他人の感情を感じ取る、社会性・共感性・情緒の領域
- ③ 注意や記憶、遂行など認知機能の領域

などに変化が生じ、不機嫌、イライラ、焦燥感、不安、抑うつ、無気力、注意力・集中力の低下などが起きやすい。

(岡田尊司『インターネット・ゲーム依存症』2014より)

<合併しやすい精神疾患等>

うつ病

- ・双極性障がい
- ・PTSD
- ・社会的ひきこもり（食欲低下、生命体としての危機）
- ・発達障がい
- ・クロスアディクション

<背景にあるもの>

SOS のサインとしての依存症

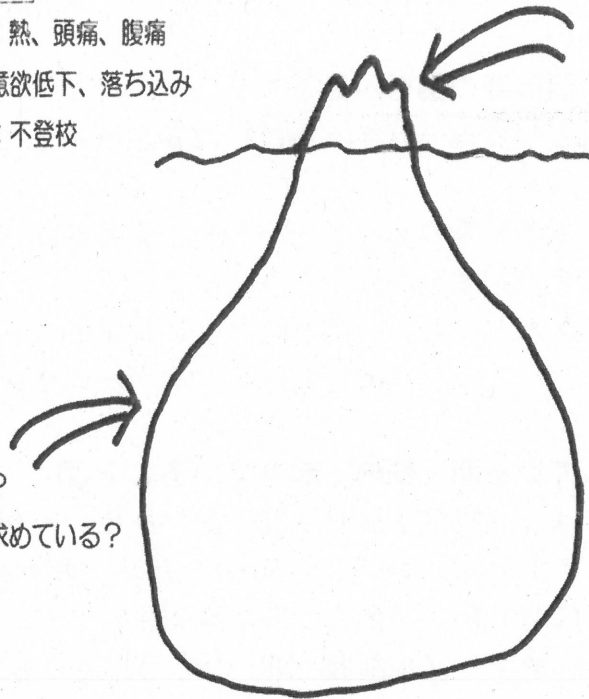
症状の例

身体：熱、頭痛、腹痛

心：意欲低下、落ち込み

行動：不登校

なぜ？
何を求めている？



ココに働きかけるだけでは
見えてこない時がある！

子どもは言わない
自分も分からない
親も気付かない or 気付い
ても「大丈夫」と思いたい

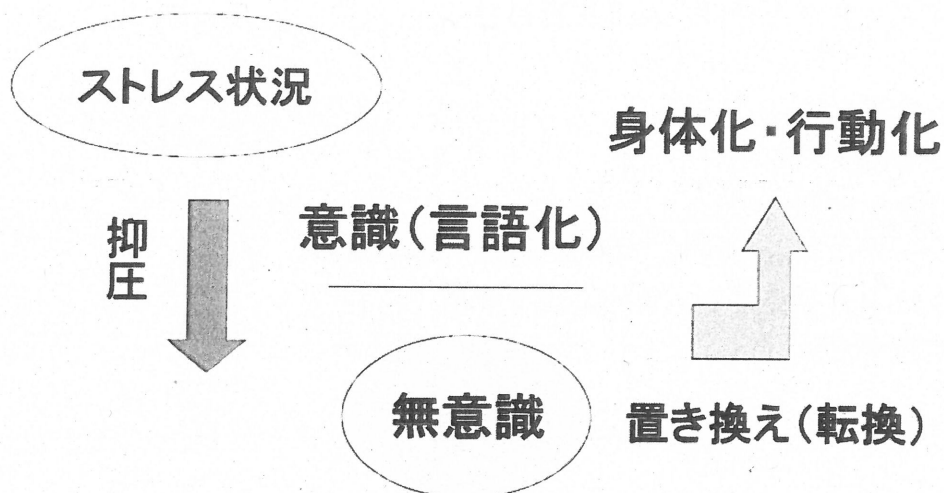
<共通する特徴①信頼障害（小林、2016）>

- ・親と15歳未満で離別、被虐待、親きょうだい自殺、親の問題飲酒、中退、いじめ・不登校、補導歴、慢性身体疾患などの成育歴がある。（明白な生きづらさと暗黙の生きづらさ）
- ・人を信じて頼ることが困難。表面的には過剰適応するが、本心は依存対象しか頼れない。
- ・自分の感情に気付けない。言語化できない。助けを求めない。
- ・依存対象により、抱えている困難を他人に知られずに生き延びてきたが、トラブルにより知るところになる。

<共通する特徴②自己治療（self-medication）>

- ・根底にあるのは、孤独感、生きづらさ、自信のなさなど、耐え難い心の痛みがある。
- ・PTSD、双極性障害、統合失調症、発達障害などがベースにあることもある。
- ・快の追及というより苦痛の緩和のため。
- ・自分が最も癒されることを、自分ひとりで実行する。
- ・他の対象より気分が良くなることを発見し、それを選択する。
- ・しばらくはそれで乗り切れるが、長期使用する間に依存症へ。

<なぜ、身体や行動に表れるのか？>



<スマホゲーム依存症からの回復>

- ・依存症スケールをやってみる。
- ・プレイ時間を書き出してモニタリングし、オフライン時間を作る。
- ・キュー（きっかけや引き金）について知り、距離を置く。
- ・専門医療機関に通院・入院をし、プログラムに参加する。
- ・同じ体験をした仲間の中で正直に語り、自己を見つめる。
- ・失いつつあるもの、スマホをしなければできていることを考えてみる。
- ・生活リズムを立て直し、一日三食の食事を取る。
- ・他の楽しみや気晴らしを見つける。
- ・日常生活のスケジュールを組み、適度に忙しくする。

<アディクションからコネクションへ>

- ・アディクションの対義語はコネクション
- ・「孤独」こそが最もリスクの高い状態
- ・心地の良い対人距離、心地の良い繋がり
- ・心地の悪さへの耐性、それでも自分を肯定できる体幹

<家族や周囲の人との関係>

- ・「自分は違う」「まだ大丈夫」と考えやすい。（否認と言われることもある。）
- ・家族や恋人、同僚など周囲がその問題に振り回されて、困ったり悩んだりする。（巻き込まれと呼ばれることもある。）
- ・結果の後始末を肩代わりすると、助長してしまうことが多い。（イネイブラーと呼ばれることもある。）
- ・親が自分の育て方への自責感から、言いなりになってしまうと悪循環に陥る。
- ・パソコンやスマホを取り上げる、使用している最中に「止めなさい」と叱る、などすると、暴力に発展する可能性もある。

<家族の対応>

- ・ ポジティブワードと効果的なフレーズを選んで対話する。
- ・ ほどよいタイミングを見計らって声を掛ける。
- ・ I（アイ）メッセージで話す。
- ・ 一喜一憂しすぎない。
- ・ 家族で同じ対応をめざす。
- ・ 今の自分自身を大切にする。
- ・ ネットやゲームに関心を持ち、本人に尋ねてみる。
- ・ ルール作りは本人を交えて、家族全員でする。
- ・ 第三者に相談する。

(2) 重要課題調査のための委員会

④犯罪予防とコミュニティの役割等について

令和2年4月22日に開催が予定されていたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となった。

(3) 管内外調査

① 管外調査 (令和元年7月25日(木)～26日(金))

○大野町議会 (岐阜県揖斐郡大野町)

道の駅に併設した子育て支援施設の取組について

○愛知県議会 (愛知県名古屋市)

各地域での「地域循環圏」の実現について

○豊田市役所 [於：とよたエコフルタウン] (愛知県豊田市)

環境モデル都市の取組について

○岐阜県庁 [於：県立岐阜希望が丘特別支援学校] (岐阜県岐阜市)

障がい者のための施設の一体的整備による障がい者福祉の推進について

② 管内調査 (令和元年8月19日(月))

○京都府営水道乙訓浄水場 (京都市西京区)

京都府営水道乙訓浄水場の取組について

○城陽市地域子育て支援センター ひなたぼっこ (城陽市)

地域における子育て支援や多世代交流の取組について

○社会福祉法人 秀孝会 京都ひまわり園 (八幡市)

地域に根ざした高齢者福祉施設の取組について

③ 管外調査 (令和元年11月13日(水)～15日(金))

○岡山県農福連携サポートセンター (岡山県岡山市)

福祉と農業の連携による障がいのある人の社会参加の推進について

○香川県議会 (香川県高松市)

陸域・海域一帯となった海ごみ対策について

○徳島県庁【於：環境首都とくしま創造センター エコみらいとくしま】
(徳島県徳島市)

気象変動対策の施策展開について

○消費者庁 消費者行政新未来創造オフィス (徳島県徳島市)

消費者行政新未来創造オフィスの取組について

○高知県議会 (高知県高知市)

「日本一の健康長寿県構想」つながり、支え合いの地域支援活動の取組について

① 管外調査

(令和元年7月25日(木)～7月26日(金))

1 大野町議会 (岐阜県揖斐郡大野町)

【調査事項】

道の駅に併設した子育て支援施設の取組について

【調査目的】

大野町では、家庭や地域における子育て機能の低下や子育て中の親の孤独感や不安感の増大等に対応するため、子育て親子の交流等を促進する子育て支援拠点を町の玄関口である道の駅「パレットピアおおの」に併設し、利便性を図っており、その取組状況等を調査することにより、府の子育て支援施策の参考とする。

【調査内容】

大野町では、町内に建設中の東海環状自動車道・大野神戸インターチェンジ(仮称)が2019年度に供用開始となるのに合わせ、そのすぐ近くに道の駅「パレットピアおおの」を整備した。

「パレットピアおおの」は、町民だれもが日常的なやすらぎの場として利用できるとともに、町の玄関口として町外からの来訪者をもてなすことを目指しており、地元農産物の直売所やベーカリー、レストランなどがあり、敷地内の広場は、来訪者も町民もくつろげるスペースとなっている。

運営は、プロポーザルで選ばれたダイナック(東京都新宿区)が指定管理者となり、施設の管理運営費は、施設内の収入で賄うという事業スキームになっている。

「パレットピアおおの」の特徴は、子育て支援施設の併設と防災拠点施設を兼ねており、子育て支援施設の「子育てはうす ばすてる」には、木製遊具を設置したキッズルームや図書ルーム、幼児ルームを備え、子育て親子が交流する場となっている。

また、「パレットピアおおの」は、指定緊急避難場所も兼ねており、災害時の広域防災機能を備えているとのことであった。

【主な質問事項】

- ・子育て支援施設併設に至る経過について
- ・子育て支援施設の利用者数及び利用状況について
- ・設置経過及び運営経費について など



〈事業概要を聴取〉



〈くつろぎの芝生広場を視察〉

2 愛知県議会（愛知県名古屋市）

(1) 【調査事項】

各地域での「地域循環圏」の実現について

【調査目的】

愛知県では、自動車産業を中心とした産業集積や全国有数の農業基盤、豊かな森林資源などの地域ポテンシャルを十分に生かし、これまで培ってきた資源循環の取組をさらに加速・発展させ、各地域で「循環の環」を重層的に構築する「地域循環圏」の実現を目指した「あいち地域循環圏形成プラン」を策定しており、その取組状況を調査することにより、府の持続可能な循環型社会の推進に向けた施策の参考とする。

【調査内容】

あいち地域循環圏形成プランでは、これまで培ってきた先導的な資源循環の取組の幅広い普及や新たな循環ビジネスの創出・事業化を支援・促進し、産業・技術の集積を生かしたモノづくり過程での資源循環をリードする技術・事業の普及・発展を図るための取組を推進しており、そのため、持続可能な地域づくりにつなげるための新たな循環モデルとして、以下の3つの広域循環モデルの具体化を目指している。

- 1 地産地消の推進と一体となった食品循環ループ
- 2 森林保全対策等と連携した里山循環圏モデル
- 3 農畜産場等を核とした分散型バイオマス活用モデル

さらに、循環ビジネスの振興が必要であるため、循環ビジネスの発掘・創出・事業化を推進するとともに、多様な主体の連携促進、人づくりと情報発信に取り組んでいるとのことであった。

【主な質問事項】

- ・ バイオマス発電に係る初期費用等について
- ・ 食品廃棄物処理を循環（ループ）に取り込むことの意義について
- ・ 各取組の進捗状況について
- ・ ビジネスモデルとしての収支状況について など

(2) 【調査事項】

認知症に理解の深いまちづくりの推進について

【調査目的】

愛知県では、認知症に関係する保健・医療・福祉の専門機関が集積する「あいち健康の森」を中心として、周辺地域が一体となって「認知症に理解の深いまちづくり」の先進モデルを目指すため、愛知県がコーディネーターとなり、「あいちオレンジタウン構想」を策定し、地域づくりと研究開発等の両面から取組を推進していることから、その取組状況等を調査することにより、府の認知症対策の参考とする。