

全国の中高生10万人近くが回答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、ネット依存が強く疑われる生徒は8・1%だったことが、1日までに分かった。研究班は調査結果と中学、高校の全生徒数を基に、ネット依存の生徒を約51万8

厚労省研究班初の全国調査

千人と推計。厚労省で1日に記者会見した研究班代表の大井田隆・日大教授（公衆衛生学）によると、中高生のネット依存に関する全国調査は初めてという。

研究班メンバーで国立病院機構久里浜医療センター（神奈川県横須賀市）の樋口進院長は「ネット依存が強

病的な使用 昼夜逆転 → 睡眠障害の恐れ ネット依存推計 中高生51万人

「この30日間に利用した」インターネットサービス（複数回答）

情報やニュースの検索	69.2%
ユーチューブなどの動画サイト	64.4%
メール	62.5%
フェイスブックやツイッターなど	33.4%
ブログや掲示板	28.2%
チャットなど	20.4%
オンラインゲーム	20.2%

いと昼夜が逆転し睡眠障害などにつながる恐れがあり、精神面への悪影響も懸念される」と注意を呼び掛けた。調査は昨年10月～今年3月に実施。47都道府県の中高生約14万人に学校を通じ調査票を配布、約9万8千人が回答した。

ネットを利用するときに使うのは多い順に、パソコン、スマートフォン（多機能携帯電話）、携帯電話で、平均時間が5時間以上としたのは中学生9・0%、高校生14・4%。休日は中学生13・9%、高校生21・2%だった。

国際的な評価尺度に基づき①満足を得るため、ネットを使う時間が

「1日5時間以上」も

をだんだん長くしていかなければならないと感じているか②使用時間を減らしたり完全にやめようとしたりしたが、うまくいかなかったことが度々あったか③ネットのために大切な人間関係などを危うくするようなことがあったか④など8項目の質問に該当するかしらないか2択で答えてもらった。

5項目以上で該当し、「病的な使用」と判定されたのは7952人（8・1%）。男子6・4%、女子9・9%で、女子の割合が高かった。

病的な使用が認められた中高生の23・2%が眠りに就きにくいと訴え、15・6%が夜中に目が覚めるとした。二年前中は調子が悪い」と答えた生徒は24%を占め、67・9%が気分の落ち込みを訴えた。