

年 組 名前:

問1

①「デジタルデトックス」とは何か、
②県は、なぜ中高生らに普及させようとするのか書いてください。

- ①
.....
.....
.....
②
.....
.....
.....

問2

インターネット依存が疑われる中高生は全国に④人、県内に⑥人近くいる可能性があり、③が大半を占め、世界保健機関は⑤に分類しています。
④～⑤に入る数字、言葉は何ですか。

- ④ 「 人」
- ⑤ 「 人」
- ③ 「 」
- ⑥ 「 」

問3

デジタル機器が生活の一部となる中、ネットにつながっていないと不安になる、ネットゲームのやりすぎで健康が悪化するなどのネット依存症になる人が増えています。ネット依存症にならないための対策や自己規制などを考え、いくつか書いてください。

.....
.....

デジタルデトックス 県が普及

子どものゲームやインターネットへの依存が社会問題化する中、山梨県は来年度、一定期間スマートフォンなどのデジタル機器から距離を置いて生活する「デジタルデトックス」を普及させるため、デジタル機器に触れることができないキャンプを提供する。新型コロナウイルス禍で若年層を中心に依存へのリスクが高まっているとして、重点的に対策を講じる。

県健康増進課によると、今夏、県内で中高生らを対象にデジタル機器を持ち込むことができない3泊4日のキャンプ

ネット依存 克服へ合宿

プログラマーをつくり、参加者を募集する。期間中は依存症の相談窓口が設置されている県立精神保健福祉センターや県立北病院、民間団体と連携し、体験者の講話など依存について学ぶ時間も設ける。後日、1泊2日のフォロークャンプを行い、効果を検証する。

県がアンケートなどを基にした推計では、県内ではネット依存者が3万人近くいる可能性があると推測している。厚生労働省研究班の2018年の調査結果によると、病的なインターネット依存が疑われる中高生は全国で7人に1人に当たる93万人いて、「ゲームのやり過ぎ」が大半を占めるとされる。ゲーム依存は国内外で社会問題化しており、世界保健機関（WHO）が疾病に分類している。

同課担当者は「新型コロナウイルス禍で交流が減り、スマートフォンなどでゲームやSNS（会員制交流サイト）などに充てる時間が増え、依存へのリスクが高まっている」と指摘。特に若年層は依存しやすいとして、重点的に対策を取ることとした。

このほか、デジタル機器依存から脱却してもらうため、来年度からスポーツ団体などと連携し、全年齢を対象に運動習慣を付けるための普及活動も始める。同課は「スマホが身近になり、生活の一部になる中、誰もがデジタル機器に依存する可能性がある。県としてしっかりと関わっていきたい」としている。

〈仲沢篤志〉

中高生ら対象、今夏に計画

(2022年3月9日付 山梨日日新聞1面)