

## 令和3年度県政モニターアンケート

# ネット・ゲーム使用と生活習慣に関するアンケート調査

### 1 調査目的

スマートフォンを含めたインターネットおよびゲームの使用状況と合わせて生活習慣を把握し、今後の施策の参考とする。

### 2 アンケート調査の実施時期

令和3年6月

### 3 調査対象者

県政モニター 408人

- |                                |      |
|--------------------------------|------|
| (1) 一般モニター（郵送によるアンケート調査）       | 198人 |
| (2) インターネットモニター（メールによるアンケート調査） | 210人 |

#### 【県政モニター】

「県政モニター」とは、県政の主要課題や、県民の皆さんの関心が高い施策等についてアンケート調査を行い、幅広い県民の皆さんの声を、県政に反映していく制度です。

無作為に抽出した県民の方々に、「県政モニター」になっていただき、郵送またはインターネットを利用したアンケート調査を行っています。

### 4 有効回答数

270（有効回答率 66.2%）

- |                 |      |
|-----------------|------|
| (1) 一般モニター      | 117人 |
| (2) インターネットモニター | 153人 |

※1 無回答又は不明なものについては、集計に含めていません

※2 集計の百分率は少数第二位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

※3 全体の分析対象者は270名です。質問によって回答の対象者が異なるため、合計の回答数が異なります。

### 問1 性別を教えてください（表1）

	男性	女性	合計
回答数	117	153	270
割合	43.3%	56.7%	100%

本調査の回答者は、男性 43.3%、女性 56.7%であり、若干女性が多い。

### 問2 年齢を教えてください（表2）

		男性	女性	合計
20歳未満	回答数	1	3	4
	割合	0.9%	2.0%	1.5%
20代	回答数	14	20	34
	割合	12.0%	7.4%	12.6%
30代	回答数	14	27	41
	割合	12.0%	10.0%	15.2%
40代	回答数	17	34	51
	割合	14.5%	12.6%	18.9%
50代	回答数	22	22	44
	割合	18.8%	8.1%	16.3%
60代	回答数	25	22	47
	割合	21.4%	8.1%	17.4%
70歳以上	回答数	24	25	49
	割合	20.5%	9.3%	18.1%

年齢構成は、40代（18.9%）が最も多く、70歳以上（18.1%）、60代（17.4%）の順であり、回答者のうち40代以上が7割を占めている。

### 問3 職業を教えてください（表3）

		自営業	会社員・ 公務員・ 団体職員	家事専業	学生	パート・ アルバイト	その他
男性	回答数	19	66	2	2	12	16
	割合	16.2%	56.4%	1.7%	1.7%	10.3%	13.7%
女性	回答数	7	48	44	5	42	7
	割合	4.6%	31.4%	28.8%	3.3%	27.5%	4.6%
合計	回答数	26	114	46	7	54	23
	割合	9.6%	42.2%	17.0%	2.6%	20.0%	8.5%

職業は、会社員・公務員・団体職員（42.2%）が最も多く、パート・アルバイト（20.0%）、家事専業（17.0%）の順。

### 問4 はじめてインターネットを利用したのは何歳の頃ですか（表4）

		利用した ことがない	覚えていない	5歳以下	6～10歳	11～15歳	16～20歳	21～25歳	26～30歳	31～35歳	36～40歳	41歳以上
男性	回答数	2	4	0	8	18	16	18	9	9	9	24
	割合	1.7%	3.4%	0.0%	6.8%	15.4%	13.7%	15.4%	7.7%	7.7%	7.7%	20.5%
女性	回答数	8	8	0	10	33	23	17	10	3	8	33
	割合	5.2%	5.2%	0.0%	6.5%	21.6%	15.0%	11.1%	6.5%	2.0%	5.2%	21.6%
合計	回答数	10	12	0	18	51	39	35	19	12	17	57
	割合	3.7%	4.4%	0.0%	6.7%	18.9%	14.4%	13.0%	7.0%	4.4%	6.3%	21.1%

インターネットの利用開始年齢は、41歳以上（21.1%）が最も多く、11～15歳（18.9%）、16～20歳（14.4%）の順。総務省の情報通信白書では、1995年～2000年頃を「インターネット普及開始期」としており、本調査の回答者の4割弱が60代以上のため、バイアスが生じ、41歳以上の割合が高いものと想定される。

**問5 自分専用の携帯電話、スマートフォンやタブレットを持っていますか（複数回答）（表5）**

	男性		女性		合計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
携帯電話（ガラケー、キッズケータイ、みまもりケータイ）を持っている	16	13.9%	7	4.8%	23	8.8%
スマートフォンを持っている	105	91.3%	135	93.1%	240	92.3%
タブレット型パソコンを持っている	32	27.8%	27	18.6%	59	22.7%
パソコンを持っている	82	71.3%	75	51.7%	157	60.4%
携帯電話もスマートフォンもタブレットも持っていない	0	0.0%	2	1.4%	2	0.8%

注) 問4でインターネットを利用している方を対象に集計

自分専用のデジタルデバイスの保有では、9割以上の方がスマートフォン（92.2%）を保有し、次いでパソコン（60.4%）となっている。

**問6 この30日間に、学校や仕事のある日に、1日平均どれくらいの時間、インターネット（パソコン、携帯、スマートフォン、ゲーム機等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含む）をしましたか（表6）**

		していない	2時間未満	2時間以上 4時間未満	4時間以上 6時間未満	6時間以上
男性	回答数	9	40	34	14	18
	割合	7.8%	34.8%	29.6%	12.2%	15.7%
女性	回答数	15	64	39	19	8
	割合	10.3%	44.1%	26.9%	13.1%	5.5%
合計	回答数	24	104	73	33	26
	割合	9.2%	40.0%	28.1%	12.7%	10.0%

注) 問4でインターネットを利用している方を対象に集計

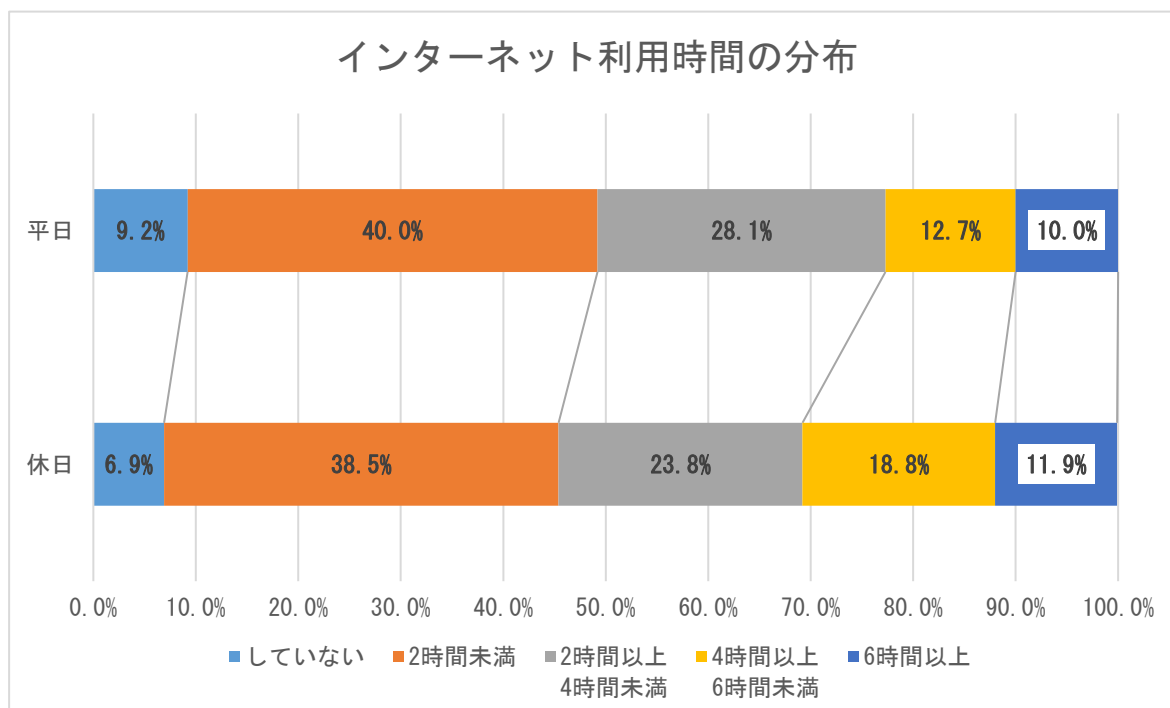
学校や仕事のある日のインターネット利用時間の1日平均は、2時間未満（40.0%）、2時間以上4時間未満（28.1%）、4時間以上6時間未満（12.7%）の順。

問7 この30日間に、学校や仕事のない日に、1日平均どれくらいの時間、インターネット（パソコン、携帯、スマートフォン、ゲーム機等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含む）をしましたか（表7）

		していない	2時間未満	2時間以上 4時間未満	4時間以上 6時間未満	6時間以上
男性	回答数	8	46	27	20	14
	割合	7.0%	40.0%	23.5%	17.4%	12.2%
女性	回答数	10	54	35	29	17
	割合	6.9%	37.2%	24.1%	20.0%	11.7%
合計	回答数	18	100	62	49	31
	割合	6.9%	38.5%	23.8%	18.8%	11.9%

注) 問4でインターネットを利用している方を対象に集計

学校や仕事のない日のインターネット利用時間の1日平均も、2時間未満（38.5%）、2時間以上4時間未満（23.8%）、4時間以上6時間未満（18.8%）の順。学校や仕事のある日と比較し、していないの割合は減少（9.2%→6.9%）しており、ネット利用時間は増加していることが窺える。（図1）



**問8 この30日間で、利用したインターネットのサービスは何ですか（複数回答）**  
**（表8）**

	男性		女性		合計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
情報やニュースなどの検索（Google、Yahoo!など）	106	92.2%	135	93.1%	241	92.7%
メール	80	69.6%	100	69.0%	180	69.2%
チャット・Skype・メッセージ	15	13.0%	10	6.9%	25	9.6%
ブログ・掲示板（5ちゃんねるなど）	5	4.3%	8	5.5%	13	5.0%
SNS（LINE・Twitter・Facebook・Instagram・TikTokなど）	55	47.8%	106	73.1%	161	61.9%
オンラインゲーム	32	27.8%	30	20.7%	62	23.8%
動画サイト（YouTube・ニコニコ動画など）	74	64.3%	77	53.1%	151	58.1%
使っていない	4	3.5%	3	2.1%	7	2.7%

注）問4でインターネットを利用している方を対象に集計

利用したインターネットサービスは、情報やニュースなどの検索（92.7%）、メール（69.2%）、SNS（61.9%）、動画サイト（58.1%）の順。

**問9 この30日間で、インターネットを利用したときに使用した機器は何ですか（複数回答）（表9）**

	男性		女性		合計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
パソコン	76	66.1%	58	40.0%	134	51.5%
タブレット型パソコン	28	24.3%	19	13.1%	47	18.1%
スマートフォン	99	86.1%	134	92.4%	233	89.6%
携帯電話	7	6.1%	3	2.1%	10	3.8%
携帯型ゲーム機	2	1.7%	1	0.7%	3	1.2%
据え置き型ゲーム機	7	6.1%	6	4.1%	13	5.0%
携帯型音楽プレイヤー	2	1.7%	2	1.4%	4	1.5%
使っていない	4	3.5%	3	2.1%	7	2.7%

注）問4でインターネットを利用している方を対象に集計

インターネットを利用するための機器については、9割がスマートフォン（89.6%）を活用している。

問10 以下の質問について、「はい」、「いいえ」のどちらかに○をつけてください  
 (表10) ※「はい」と回答した者の割合

質問項目		回答		
		男性	女性	合計
1	インターネットに夢中になっていると感じますか（前回ネットでしたことを考えたり、次回ネットをすることを待ち望んでいたり、など）	35.7%	29.7%	32.3%
2	満足を得るために、ネットを使う時間をだんだん長くしていかなければならないと感じていますか	10.4%	6.2%	8.1%
3	ネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか	8.7%	10.3%	9.6%
4	ネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかつたり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感じますか	10.4%	9.0%	9.6%
5	使い始めに意図したよりも長い時間オンラインの状態ですみますか	37.4%	47.6%	43.1%
6	ネットのために大切な人間関係、学校や部活、仕事のことなどを台無しにしたり、危くするようなことがありますか	6.1%	2.1%	3.8%
7	ネットへの熱中のしすぎを隠すため、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか	6.1%	1.4%	3.5%
8	問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといった嫌な気持ちから逃げるために、ネットを使いますか	13.9%	17.9%	16.2%

注) 問4でインターネットを利用している方を対象に集計

インターネット利用と生活状況については、使い始めに意図したよりも長い時間オンライン状態にいる（43.1%）とインターネットに夢中になっていると感じる（32.3%）が3割を超えている。

問11 今までにゲーム機、パソコン、スマートフォンなどでゲームをしたことがありますか（表11）

		あり	なし
男性	回答数	87	30
	割合	74.4%	25.6%
女性	回答数	102	51
	割合	66.7%	33.3%
合計	回答数	189	81
	割合	70.0%	30.0%

ゲーム経験では、7割が経験あり（70.0%）で、男性の方が多い（74.4%）。

## 問 1 2 ゲームを始めた年齢は何歳でしょうか。

(表 1 2 - 1) オフライン (インターネットに接続されていない) ゲーム

		0~4歳	5~9歳	10~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50歳以上	不明
男性	回答数	3	23	14	5	4	4	8	2	24
	割合	3.4%	26.4%	16.1%	5.7%	4.6%	4.6%	9.2%	2.3%	27.6%
女性	回答数	2	23	21	2	8	3	4	2	37
	割合	2.0%	22.5%	20.6%	2.0%	7.8%	2.9%	3.9%	2.0%	36.3%
合計	回答数	5	46	35	7	12	7	12	4	61
	割合	2.6%	24.3%	18.5%	3.7%	6.3%	3.7%	6.3%	2.1%	32.3%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

オフラインゲーム開始年齢では、5~9歳 (24.3%) が最も多く、次いで 10~14歳 (18.5%)。開始年齢が判明している者のうち、約 4 割が 10 歳未満でオフラインゲームを始めている。

(表 1 2 - 2) オンライン (インターネットに接続されている) ゲーム

		0~4歳	5~9歳	10~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50歳以上	不明
男性	回答数	0	2	7	10	12	11	8	4	28
	割合	0.0%	2.4%	8.5%	12.2%	14.6%	13.4%	9.8%	4.9%	34.1%
女性	回答数	0	2	6	11	17	4	8	1	47
	割合	0.0%	2.0%	5.9%	10.8%	16.7%	3.9%	7.8%	1.0%	46.1%
合計	回答数	0	4	13	21	29	15	16	5	75
	割合	0.0%	2.2%	7.3%	11.8%	16.3%	8.4%	9.0%	2.8%	42.1%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがあると回答した人のうち、オンラインゲームを「していない」と答えた人を除いて集計

オンラインゲーム開始年齢では、20~29歳 (16.3%)、15~19歳 (11.8%) の順。開始年齢が判明している者のうち、約 4 割が 20 歳未満でオンラインゲームを始めている。



**問 1 3 はじめて自分専用のゲームができる機器（ゲーム機、スマートフォン、タブレット、パソコンなど）を持ったのは何歳の頃ですか（表 1 3）**

		持たことが ない	覚えていない	5歳以下	6～10歳	11～15歳	16～20歳	21～25歳	26～30歳	31～35歳	36～40歳	41歳以上
男性	回答数	2	3	2	25	12	11	3	9	2	6	12
	割合	2.3%	3.4%	2.3%	28.7%	13.8%	12.6%	3.4%	10.3%	2.3%	6.9%	13.8%
女性	回答数	5	5	2	25	15	13	11	6	5	5	10
	割合	4.9%	3.3%	1.3%	16.3%	9.8%	8.5%	7.2%	3.9%	3.3%	3.3%	6.5%
合計	回答数	7	8	4	50	27	24	14	15	7	11	22
	割合	3.7%	4.2%	2.1%	26.5%	14.3%	12.7%	7.4%	7.9%	3.7%	5.8%	11.6%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

自分専用のゲーム機の保有開始年齢は、6～10 歳（26.5%）、11～15 歳（14.3%）、16～20 歳（12.7%）の順。保有開始年齢が判明している者のうち、約 5 割が中学年代以下で自分専用のゲーム機を保有している。

**問 1 4 はじめて自分専用のゲームができる機器を持ったときに、親子でゲームの使い方についてのルールを作りましたか（表 1 4）**

		持たことが ない	ルールを作り、守った	ルールを作ったが、 守れないこともあった	ルールを作ったが、 まったく守れなかった	ルールは作らなかった	覚えていない
男性	回答数	17	11	17	3	30	9
	割合	19.5%	12.6%	19.5%	3.4%	34.5%	10.3%
女性	回答数	22	12	18	1	33	16
	割合	21.6%	7.8%	11.8%	0.7%	21.6%	10.5%
合計	回答数	39	23	35	4	63	25
	割合	20.6%	12.2%	18.5%	2.1%	33.3%	13.2%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

自分専用のゲームを保有した際に、親子でのゲームの使い方についてのルールの設定は、ルールを作らなかった（33.3%）が最も多い。

問 1 5 ゲームをしている機器は何ですか。(複数回答) (表 1 5)

		パソコン	タブレット	スマートフォン	携帯型 ゲーム機	据え置き型 ゲーム機	携帯型 音楽プレイヤー	ゲームセンターの ゲーム機
男性	回答数	30	17	60	20	36	1	8
	割合	34.5%	19.5%	69.0%	23.0%	41.4%	1.1%	9.2%
女性	回答数	21	12	85	22	33	1	10
	割合	20.6%	11.8%	83.3%	21.6%	32.4%	1.0%	9.8%
合計	回答数	51	29	145	42	69	2	18
	割合	27.0%	15.3%	76.7%	22.2%	36.5%	1.1%	9.5%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

使用しているゲーム機は、スマートフォン (76.7%)、据え置き型ゲーム機 (36.5%)、パソコン (27.0%) の順。

問 1 6 ゲームをする場所はどこですか (複数回答) (表 1 6)

		自宅	職場や学校	友人の家	ネットカフェ	ゲームセンター	移動中に	Wi-Fiのある施設 (駅、コンビニなど)
男性	回答数	82	17	6	1	9	20	4
	割合	94.3%	19.5%	6.9%	1.1%	10.3%	23.0%	4.6%
女性	回答数	99	12	12	1	8	16	5
	割合	97.1%	7.8%	7.8%	0.7%	5.2%	10.5%	3.3%
合計	回答数	181	29	18	2	17	36	9
	割合	95.8%	15.3%	9.5%	1.1%	9.0%	19.0%	4.8%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

ゲームをする場所は、自宅 (95.8%)、移動中に (19.0%)、職場や学校 (15.3%) となっており、場所を問わず、ゲームをしている状況が窺える。

問17 主にどのジャンルのゲームをしていますか（複数回答）（表17）

	男性		女性		合計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
RPG系	33	37.9%	22	21.6%	55	29.1%
シューティング系	8	9.2%	7	6.9%	15	7.9%
戦略シミュレーション	14	16.1%	8	7.8%	22	11.6%
アクション	18	20.7%	7	6.9%	25	13.2%
育成系	17	19.5%	28	27.5%	45	23.8%
パズル	30	34.5%	63	61.8%	93	49.2%
ソーシャル	12	13.8%	15	14.7%	27	14.3%
デジタルカード	5	5.7%	2	2.0%	7	3.7%
テーブル系	28	32.2%	8	7.8%	36	19.0%
リズム、音楽	8	9.2%	25	24.5%	33	17.5%
その他	2	2.3%	1	1.0%	3	1.6%

注) 問11でゲームをしたことがある方を対象に集計

主に行うゲームのジャンルは、全体ではパズル(49.2%)、RPG系(29.1%)、育成系(23.8%)の順に多い。男性はアクションやテーブル系が多いのに比べ、女性はリズム、音楽が多くなっている。

問18 この30日間で、ゲームを1日にだいたい何時間していますか

(表18-1) 平日オフラインゲーム

		していない	1時間未満	1~2時間	2~3時間	3~4時間	4~5時間	5~6時間	6時間以上
男性	回答数	53	15	11	5	2	1	0	0
	割合	60.9%	17.2%	12.6%	5.7%	2.3%	1.1%	0.0%	0.0%
女性	回答数	77	17	4	2	1	0	0	1
	割合	75.5%	16.7%	3.9%	2.0%	1.0%	0.0%	0.0%	1.0%
合計	回答数	130	32	15	7	3	1	0	1
	割合	68.8%	16.9%	7.9%	3.7%	1.6%	0.5%	0.0%	0.5%

注) 問11でゲームをしたことがある方を対象に集計

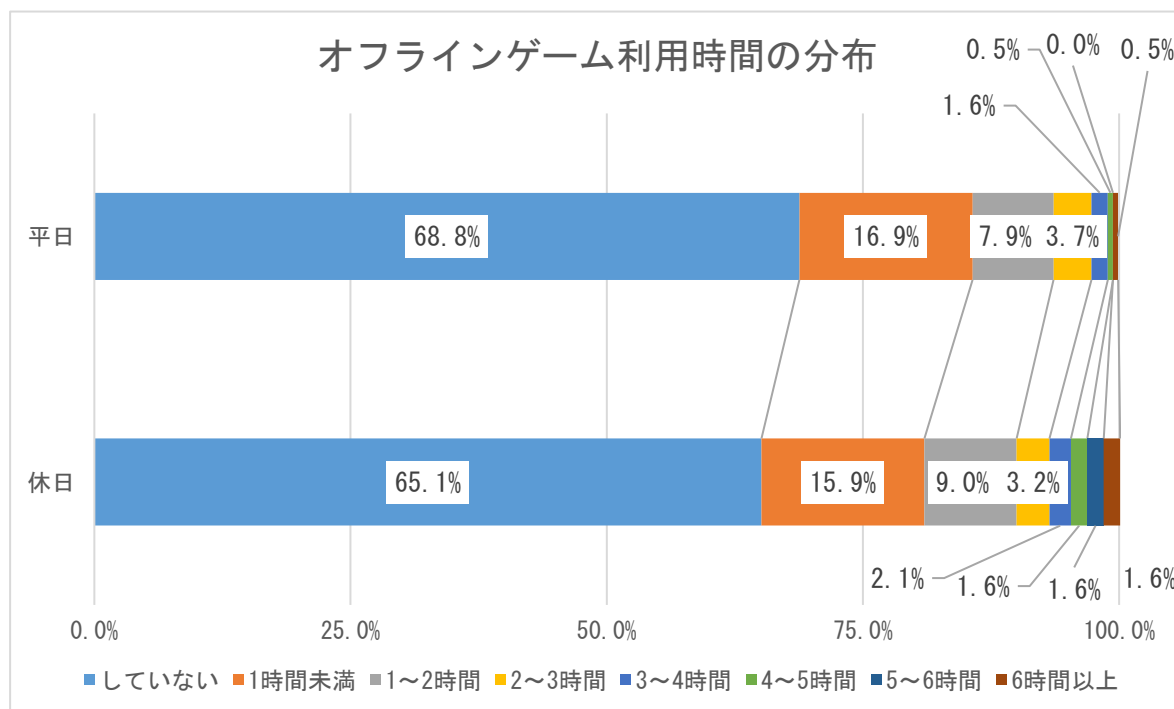
平日のオフラインゲーム利用時間は、していない(68.8%)が最も多く、1時間未満(16.9%)1~2時間(7.9%)が順に多い。

(表 18-2) 休日オフラインゲーム

		していない	1時間未満	1~2時間	2~3時間	3~4時間	4~5時間	5~6時間	6時間以上
男性	回答数	55	10	10	2	3	3	2	2
	割合	63.2%	11.5%	11.5%	2.3%	3.4%	3.4%	2.3%	2.3%
女性	回答数	68	20	7	4	1	0	1	1
	割合	66.7%	19.6%	6.9%	3.9%	1.0%	0.0%	1.0%	1.0%
合計	回答数	123	30	17	6	4	3	3	3
	割合	65.1%	15.9%	9.0%	3.2%	2.1%	1.6%	1.6%	1.6%

注) 問 11 でゲームをしたことがある方を対象に集計

休日のオフラインゲーム利用時間も、していない (65.1%)、1 時間未満 (15.9%)、1~2 時間 (9.0%) の順。平日と比較し、していないの割合は減少 (68.8%→65.1%) しており、オフラインゲーム利用時間は増加していることが窺える。(図 2)



(表 18-3) 平日オンラインゲーム

		していない	1時間未満	1~2時間	2~3時間	3~4時間	4~5時間	5~6時間	6時間以上
男性	回答数	48	13	12	7	3	1	1	2
	割合	55.2%	14.9%	13.8%	8.0%	3.4%	1.1%	1.1%	2.3%
女性	回答数	60	16	16	4	2	2	1	1
	割合	58.8%	15.7%	15.7%	3.9%	2.0%	2.0%	1.0%	1.0%
合計	回答数	108	29	28	11	5	3	2	3
	割合	57.1%	15.3%	14.8%	5.8%	2.6%	1.6%	1.1%	1.6%

注) 問 11 でゲームをしたことがある方を対象に集計

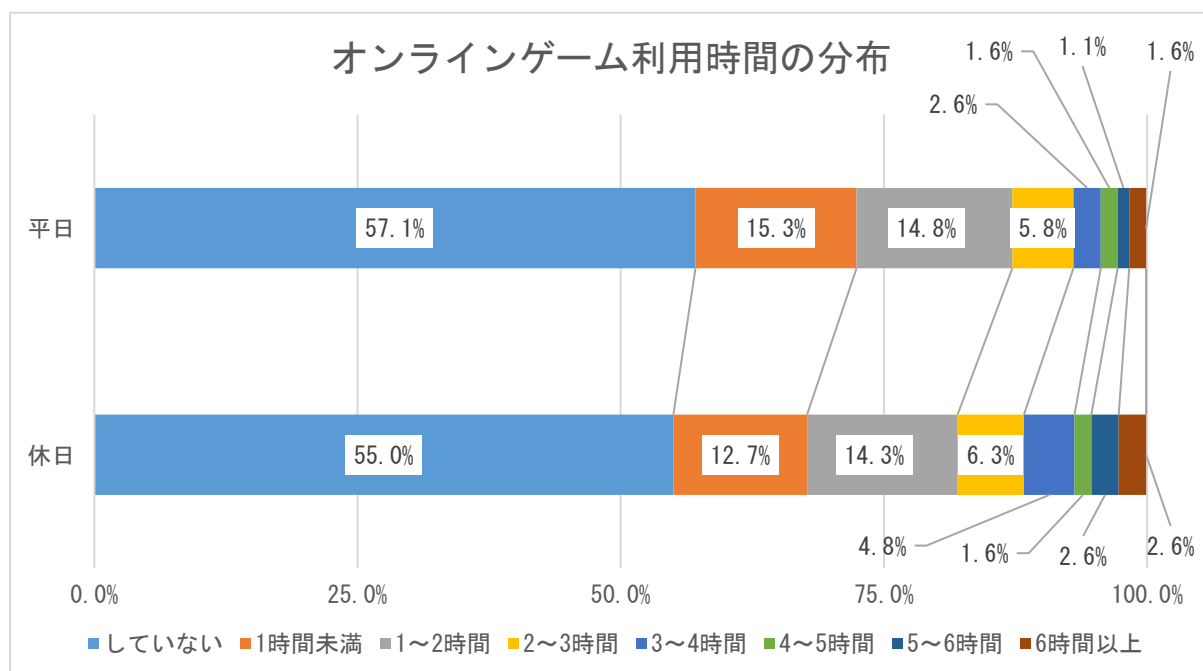
平日のオンラインゲーム利用時間は、していない(57.1%)が最も多く、1時間未満(15.3%)、1~2時間(14.8%)が順に多い。

(表 18-4) 休日オンラインゲーム

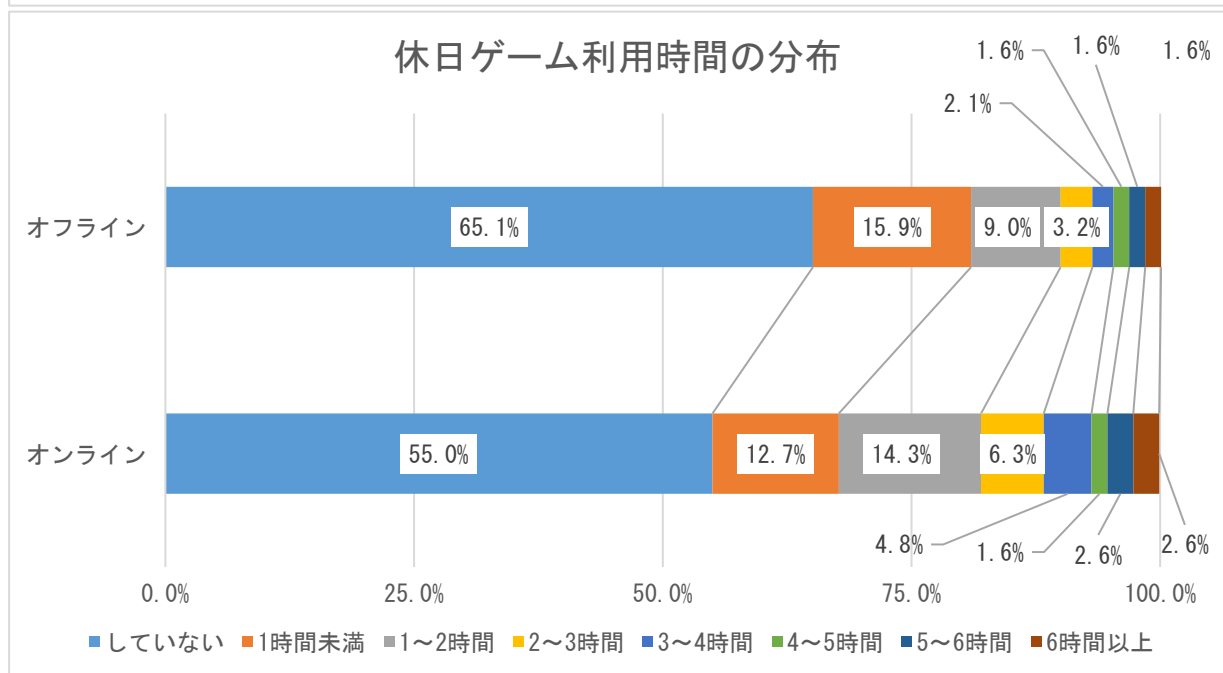
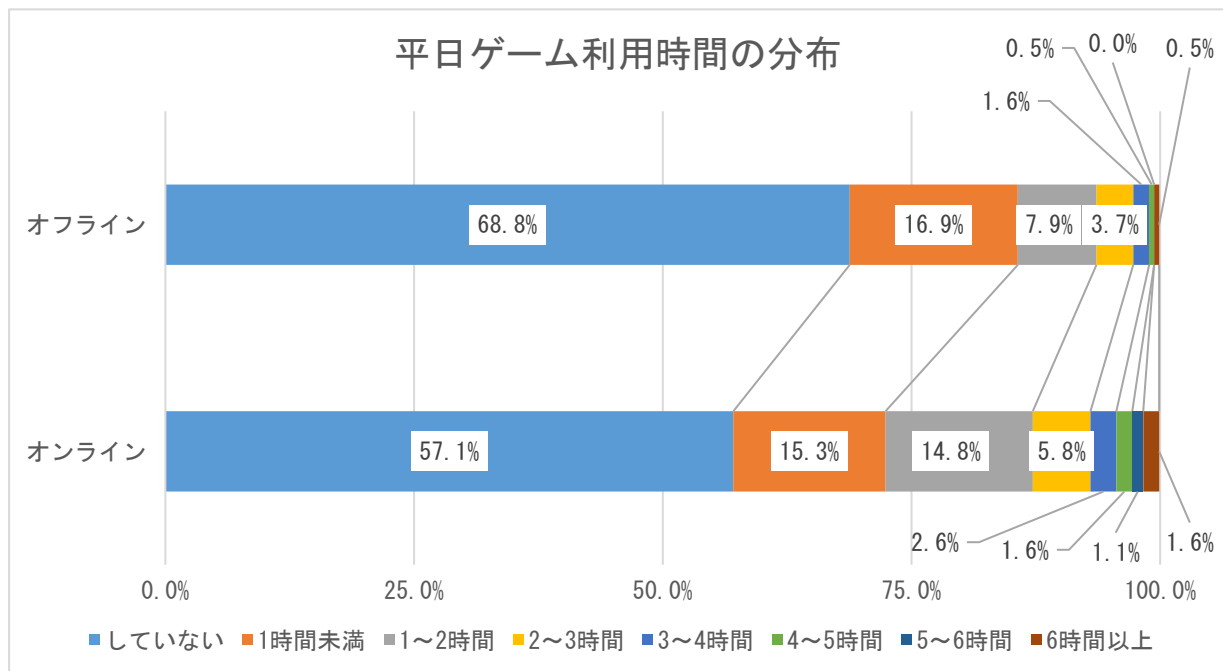
		していない	1時間未満	1~2時間	2~3時間	3~4時間	4~5時間	5~6時間	6時間以上
男性	回答数	47	9	14	5	4	3	3	2
	割合	54.0%	10.3%	16.1%	5.7%	4.6%	3.4%	3.4%	2.3%
女性	回答数	57	15	13	7	5	0	2	3
	割合	55.9%	14.7%	12.7%	6.9%	4.9%	0.0%	2.0%	2.9%
合計	回答数	104	24	27	12	9	3	5	5
	割合	55.0%	12.7%	14.3%	6.3%	4.8%	1.6%	2.6%	2.6%

注) 問 11 でゲームをしたことがある方を対象に集計

休日のオンラインゲーム利用時間は、していない(55.0%)、1~2時間(14.3%)、1時間未満(12.7%)の順。平日と比較し、ゲーム利用時間は増加していることが窺える。(図3)



平日、休日ともにオンラインゲームの時間が長期化していることが窺える。オンラインゲームの特徴として、継続的に新規要素が追加され「終わり」がないこと、「ガチャ」と呼ばれる射幸心を煽るポイントがあること、誰かとつながってプレイすることが可能で、途中で抜けにくくなることなどから、既存の全国調査においても、オンラインゲームを長時間行っている実態がある。(図4、図5)



問 1 9 学校内や職場で、授業中又は仕事中にゲームをしたことはありますか（表 1 9）

		まったくしたことがない	過去にあるが、今はまったくない	たまにする	よくする
男性	回答数	52	23	9	3
	割合	59.8%	26.4%	10.3%	3.4%
女性	回答数	84	13	5	0
	割合	82.4%	8.5%	3.3%	0.0%
合計	回答数	136	36	14	3
	割合	72.0%	19.0%	7.4%	1.6%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

授業中または仕事中のゲーム経験は、約 3 割がこれまでに経験したことがある※ 1（28.0%）と回答。

※ 1 ; 過去にあるが、今はまったくない、たまにする、よくするの和

問 2 0 過去 3 0 日に、ゲームの課金でどの位お金を使いましたか（表 2 0）

		課金なし	2,000円以下	2,001円以上 10,000円以下	10,001円以上
男性	回答数	78	2	5	2
	割合	89.7%	2.3%	5.7%	2.3%
女性	回答数	96	3	2	1
	割合	94.1%	2.0%	1.3%	0.7%
合計	回答数	174	5	7	3
	割合	92.1%	2.6%	3.7%	1.6%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

課金の状況は、課金あり※ 1（7.9%）、課金なし（92.1%）。

※ 1 ; 2,000円以下、2,001円以上10,000円以下、10,001円以上の和

問2 1 以下の質問について、「はい」、「いいえ」のどちらかに○をつけてください

(表2 1) ※「はい」と回答した者の割合

質問項目		回答		
		男性	女性	合計
1	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	16.1%	15.7%	15.9%
2	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	41.4%	46.1%	43.9%
3	ゲームのために、スポーツ、趣味、友達や親戚と会うなどといった大切な活動に対する興味が著しく下がったと思いますか	6.9%	5.9%	6.3%
4	日々の生活で一番大切なのはゲームですか	3.4%	2.0%	2.6%
5	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	5.7%	2.9%	2.6%
6	ゲームのために、朝起きられませんでしたか（過去12か月以上で30日以上）	2.3%	2.0%	2.1%
7	ゲームのために、昼夜逆転またはその傾向がありましたか（過去12か月以上で30日以上）	1.1%	4.9%	3.2%
8	ゲームのために、学業に悪影響が出たり、仕事を危うくしたり失ったりしても、ゲームを続けましたか	2.3%	0.0%	1.1%
9	ゲームをしていたために、登校、出勤、誰かとの約束といった大切なことができなくても、ゲームを続けましたか	1.1%	0.0%	0.5%
10	ゲームにより、睡眠障害（朝起きれない、眠れないなど）や憂うつ、不安などといった心の問題が起きていても、ゲームを続けましたか	3.4%	0.0%	1.6%
11	ゲーム機やゲームソフトを買う、またはゲーム課金などでお金を使いすぎ、それが重大な問題になっていても、ゲームを続けましたか	3.4%	0.0%	1.6%

注) 問1 1でゲームをしたことがある方を対象に集計

ゲーム利用と生活状況については、ゲームをする前に意図したよりもしばしばゲーム時間が伸びた（43.9%）は4割を超えている。



## 問 2 2 ゲームをすることで健康に害があると思いますか (表 2 2)

		かえて健康に 良いと思う	健康に良くも 悪くもないと思う	多少はあるだろうが、 たいしたことはないと思う	害があると思う
男性	回答数	7	27	33	20
	割合	8.0%	31.0%	37.9%	23.0%
女性	回答数	1	30	32	39
	割合	1.0%	19.6%	20.9%	25.5%
合計	回答数	8	57	65	59
	割合	4.2%	30.2%	34.4%	31.2%

注) 問 1 1 でゲームをしたことがある方を対象に集計

ゲームによる健康への影響は、多少はあるだろうが、たいしたことはないと思う (34.4%)、害があると思う (31.2%)、健康に良くも悪くもないと思う (30.2%) の順。6 割以上の方が、ゲームにより少なからず健康に影響があると思っている。

## 問 2 3 ご自身のゲームの仕方に問題があると思いますか (表 2 3)

		まったく問題がないと思う	すこし問題があると思う	かなり問題があると思う
男性	回答数	99	17	1
	割合	84.6%	14.5%	0.9%
女性	回答数	128	24	1
	割合	83.7%	15.7%	0.7%
合計	回答数	227	41	2
	割合	84.1%	15.2%	0.7%

自身のゲームの仕方の問題意識は、8 割以上が問題ない (84.1%) と認識している一方で、2 割弱が少なからず問題を感じている。

**問 2 4** ご自身のインターネット、スマートフォン、ゲーム使用またはそれにまつわる問題が生じた時に以下の機関に相談できることを知っていますか。（複数回答）（表 2 4）

	男性		女性		合計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
医療機関	28	23.9%	41	26.8%	69	25.6%
保健所	5	4.3%	12	7.8%	17	6.3%
精神保健福祉センター	11	9.4%	16	10.5%	27	10.0%
民間支援団体	8	6.8%	24	15.7%	32	11.9%
いずれの機関も相談できると知らなかった	83	70.9%	97	63.4%	180	66.7%

インターネットやゲーム使用にまつわる問題が生じたときの相談機関の把握は、いずれの機関も相談できると知らなかった（66.7%）が最も多い。

**問 2 5** ご自身のゲームの仕方に問題が生じた場合、以下のような支援があったら活用してみたいと思いますか（複数回答）（表 2 5）

	男性		女性		合計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
専門医療	28	23.9%	54	35.3%	82	30.4%
専門相談	48	41.0%	72	47.1%	120	44.4%
同じ問題に悩む当事者によるつどい	10	8.5%	22	14.4%	32	11.9%
対応方法等を学ぶ研修会	21	17.9%	32	20.9%	53	19.6%
ゲーム等の機器から離れるための時間の提供	21	17.9%	28	18.3%	49	18.1%

ゲームの仕方に問題が生じた場合の活用してみたい支援は、専門相談（44.4%）、専門医療（30.4%）、対応方法等を学ぶ研修会（19.6%）の順。