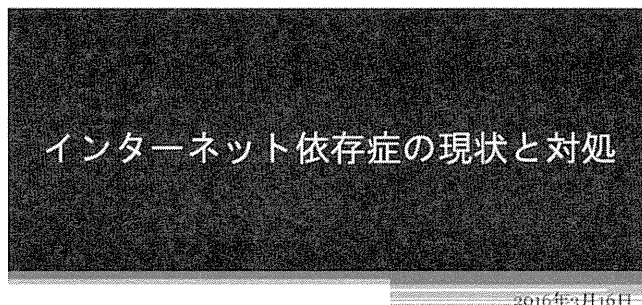


【基調講演③】インターネット依存症の現状と対処

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター精神科医長 中山秀紀

はじめに

私は、独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターでネット依存の外来と入院治療のほか、アルコール依存症の治療もやっている。今日は「インターネット依存症の現状と対処」ということで、医療的な視点からお話をしたい。



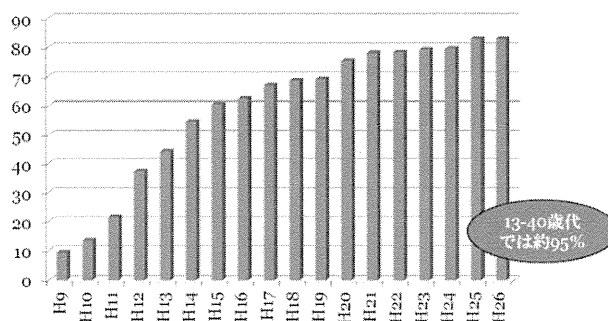
独立行政法人国立病院機構
久里浜医療センター
精神科医長 中山秀紀

1 我が国のインターネット使用状況

(1) 我が国のインターネット個人使用率

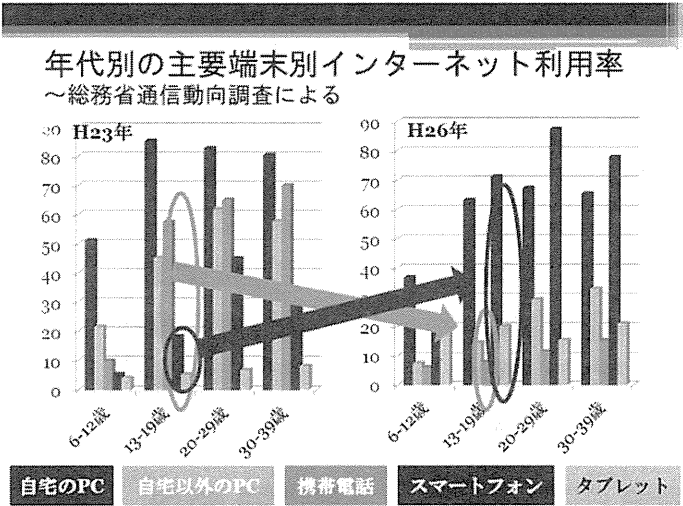
十数年ぐらい前には、我が国のインターネットの普及率は9.2%ぐらいだったが、最近では8割超と、この十数年で急速にインターネットの個人使用率が伸びている。特に13歳から40歳代の世代 — 中心となるような世代 — では約95%と、インターネットなしでは生活が難しくなっている。

わが国のインターネット個人使用率
～総務省通信動向調査による～



(2) 年代別の主要端末別インターネット利用率

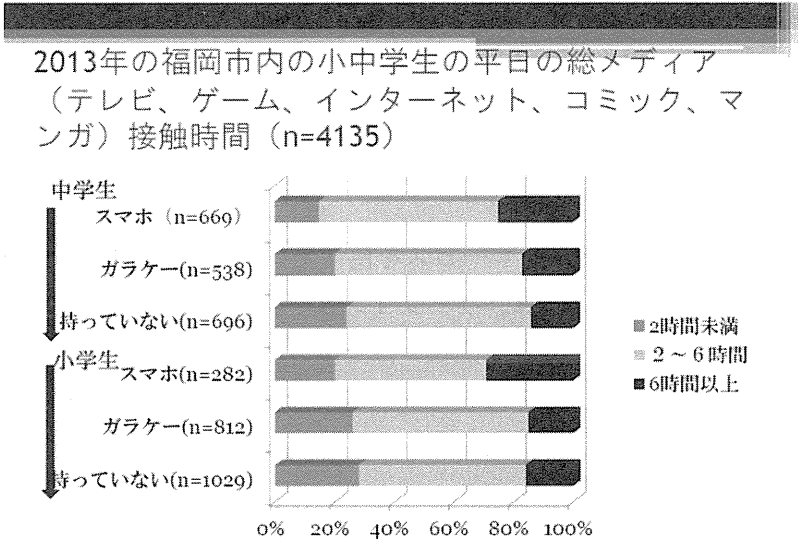
端末として何を使っているかという点、藤川先生の御講演でも詳しく御説明があったが、平成23年から26年の間にいわゆる「ガラケー」がかなり減少し、スマートフォンが増加した。



(3) 2013年の福岡市内の小中学生の平日の総メディア接触時間

これ（右図）は、2013年の福岡市の小中学生の平日のメディア — 「メディア」の定義は曖昧であるが — の接触時間である。

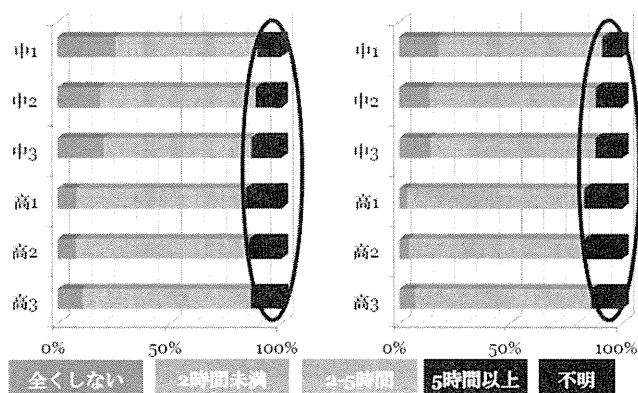
上から、中学生でスマートフォンを持っている人、ガラケーを持っている人、どちらも持っていない人、小学生でスマートフォンを持っている人、ガラケーを持っている人、どちらも持っていない人である。特にスマートフォンを持っている人が平日に6時間以上 — ほとんど半日程度 — ずっとメディア漬けになっていると言われている。



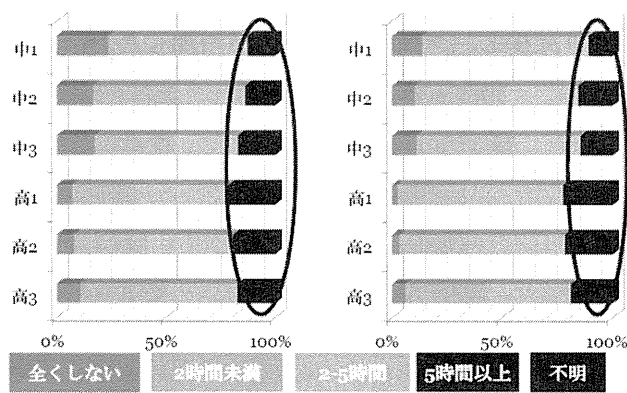
1. 馬場伸一：子どもとメディアの良い関係づくりのために、保健師ジャーナル70(8), 659-666, 2014

(4) 中高生学年別のインターネット使用時間

中高生学年別の平日インターネット使用時間
～2012年厚労省研究班研究結果（主任研究者大井田隆）



中高生学年別の休日インターネット使用時間
～2012年厚労省研究班研究結果（主任研究者大井田隆）



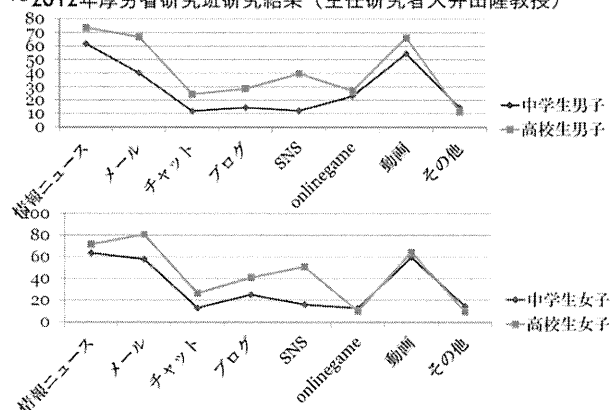
こちら（上図）は、厚生労働省の調査結果で、中高生のインターネットの使用時間である。10%近くの方が平日に5時間以上使用しており、学校から帰ってきたらほとんどネット漬けのような状況になっている。

休日になると、もっとパーセンテージが上がる。

(5) 中高生の年代別のインターネット利用目的

中高生たちがどんなサービスを使っているかというと、様々なコミュニケーションツールを使っていたりする。この図（右図）は上が男子で下が女子のグラフだが、やはり年が上って高校生になるにつれて、いろいろなサービスを使うようになっている。特に男女差があるとすれば、男子の方がオンラインゲームを使う人が多く、女子の方がコミュニケーションツールを使う人が多いと報告されている。

中高生の年代別のインターネット利用目的
～2012年厚労省研究班研究結果（主任研究者大井田隆教授）



2 なぜ青少年のインターネット使用が問題になるのか

次に、なぜ青少年のインターネット使用が問題になるのかをお話したい。

おそらく今もあると思うが、昔、『ドラゴンクエストII』というロールプレイングゲームがあった。要するに、ゲーム上でキャラクターを操作して世界を冒険していき、途中でモンスターを倒したりいろいろ

な謎を解いたりしていくという類いのゲームである。

多くの方が、このゲームを 50～60 時間ぐらいプレーをすると、 — もちろん個人差はかなりあるが — 「シドー」というドラゴンのボスが出てくる。結構強いが、これを倒すと世界が平和になったということでゲームオーバーになる。この類いのゲームはかなり時間がかかるものが多いが、だいたい 100 時間程度でクリアできる — 1 回終わる — という特徴があると思う。

昔から電子メディアはたくさんあったし、今でも現役なものもたくさんある。ゲーム依存やテレビの長時間視聴に関する問題はよく指摘されていたが、インターネットの問題ほど騒がれることはなかった。

(1) オンラインではない（電子）メディアやゲームの特徴は？

昔の電子メディアの場合、 — 今でももちろん現役であるが — 時間的・金銭的な制限があり、かつ、内容に限りがあった。先ほど御紹介したゲームでも、数十時間ぐらいプレーすればおしまいであり、そういう意味での制限があった。お金の面でも、 — ゲーム自体が今より高かったと思うが — 例えばゲームが大好きな人が、仮に 1 万円出してゲームを買うとしても、ゲームの数自体がそれほど多くはなかったので、短期間でゲームに 10 万円も 20 万円もつぎ込むということはなかなか難しかったと思う。

オンラインではない（電子）メディアやゲームの特徴は？

時間的・金銭的制限
(内容に限りがある)

コミュニケーションの制限
(相手に限りがある)

新聞社や雑誌社、テレビ局からの一方的配信
(必ずしも興味のあるもののみ選択できるわけではない)



制限の中で楽しむ分には、たとえやりすぎたとしても大きな問題にはなりにくかった

次に、コミュニケーションの制限という面も挙げられる。電話や手紙もコミュニケーションツールであるが、見ず知らずの人に電話する、手紙を書くということは難しい。つまり、相手に限りがあったということである。

さらに、一方的に配信され、一方的に情報を得るというものが多く、新聞社、雑誌社、テレビ局等が、自分たちが放送したいものを — もちろん彼らは彼らでいろいろ制約はあるが — 配信していた。子供であれば自分の好きなアニメをせいぜい 1 時間か 2 時間見れば、あとは大人向けのニュースやドラマになっていたのであり、必ずしも興味のあるものばかりを選択できるわけではなかった。

要するに、昔は非常に制限が大きかった。例えのめり込んだとしても大きな問題にはなりにくかったのである。

(2) インターネットによるメディアやゲームの特徴は？

ゲーム依存の人がよくやっている類いのゲームで、「マッシュブリー・マルチプレーヤー・オンライン・ファースト・パーソン・シューティング (MMOFPS)」という種類のものがある。銃と手が映し出され、もし自分がこの世界で戦争をしているとすると見えるであろう視界が画面になっている。こうしたゲームは、自分のチーム数人と敵のチーム数人が仮想フィールドの中で戦うという設定になっており、非常にのめり

込み度が高く、本当に自分が戦争しているような気分になるようなゲームである。

これらのゲームの中には大会があるものもあり、予選はオンライン上で行われるが、本選は実在する会場で行われる。勝ち抜くと賞金がもらえて山分けされたり、ポイントがたくさんもらえる。大会前になると、組んでいるチーム同士で一生懸命練習しているという方々もいる。

次に御紹介したいのは、インターネット電話で、知っている方も多いと思う。例えば「LINE」があるが、インターネット電話は「LINE」だけではない。学校単位でこのサービスを使っていて、学校からの連絡や情報網をインターネット電話で回している学校も多く、1人だけインターネットのことが心配だからスマートフォンを持ちたくないということはなかなか許されなくなりつつある。もちろん、スマートフォンを持っていない人もおり、そういう人は固定電話等を使って何とか連絡しているので、スマートフォンを持たなければどうしようもないということはないが、ほとんどの人がスマートフォンを持たざるを得なくなっている状況がある。

長谷部先生や藤川先生からも御紹介のあった、「Twitter」や「Facebook」といった、自分の日常を書き込むような SNS もある。

動画サイトなるものもあり、見ている方はお分かりと思うが、あらゆるアニメやドラマ、おもしろい画像等がたくさんあるので、見ていると切りがなく、何時間でも見られてしまう。また、非常にまれだが、時々自分で動画サイトに投稿してお金を稼いでいる方々もいる。

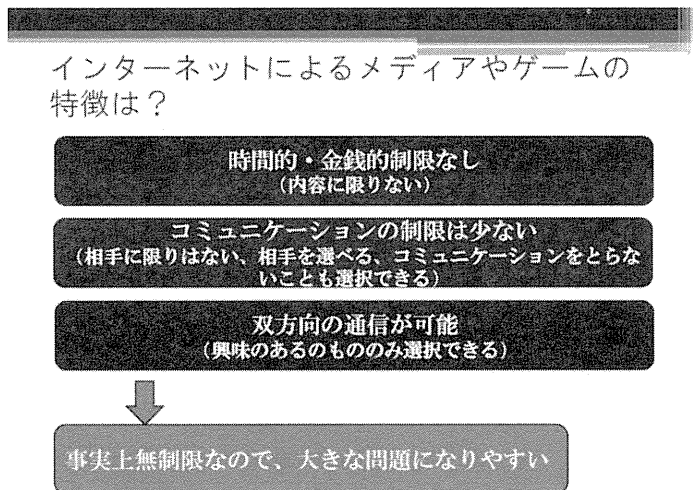
さらに、インターネットの中にはギャンブルまがいのコンテンツものもある。「ガチャ」と呼ばれるものは、ゲームセンターやスーパーに置いてある「ガチャガチャ」と同じで、レアなアイテムや強いアイテムが欲しければ、この「ガチャ」を、お金を払ってやることになる。欲しいアイテムが出るまで延々とやり続けてしまうので、場合によっては、数十万円、数百万円をつぎ込んでしまうという方々もいる。

こういったインターネットによるメディアやゲームの特徴をまとめてみた（右図）。

まず、時間的・金銭的な制限が非常に少なくなった。そして、内容に限りがなくなった。かつてのゲームは1回 — 例えば1万円で — 買ってしまえばそのゲームをとことんまで楽しむことができたが、最近のゲームでは、— 有料のものも無料でできるものもあるが — ゲームをしていて「強くなりたい」とか、「かっこよくなりたいたい」といった欲が湧いた頃にだんだんお金がかかるようになっていく。そして、何十万円も何百万円も使ってしまうということもあるようである。

次に、コミュニケーションの制限が少ないということも挙げられる。相手に限りはないし、相手を自分から選ぶことができる一方、相手とコミュニケーションを取らないことも選択できる。非常に幅が広がった。

さらに、双方向のやりとりが可能になるので、自分に興味のあるものだけ選択ができる。地球上にあらゆるインターネットサイトがあるので、その中から自分に興味があるもののみ選ぶということは、（一方的に配信される限りある情報を受け取るだけの場合とは異なり、）事実上、インターネットの世界は無制



限である。

だからこそ、非常に大きな問題になりやすいという特徴がある。

(3) インターネット使用障害・依存の4つの特徴

これ(右図)がよく言われているインターネット使用障害や依存の特徴である。「過剰使用」、「離脱症状」、「耐性」、「悪影響」の4つがあると言われている。「過剰使用」と「悪影響」は結果であり、依存の中核症状ではない。

依存とは何かを考えると、「離脱」と「耐性」は非常に大きな意味を持っている。「離脱」とは、インターネットやゲームができないときに怒りや緊張、抑鬱状態を生じることである。ありがちなのは、保護者が、子供があまりにも勉強しないからとネットやスマートフォンを取り上げたときに、子供が非常にいらいらして暴言を吐いたり暴力を振るったりし

てしまう。アルコールで言うと、大酒飲みだった人がある日お酒が飲めなくなったとすると、 — アルコールの場合は身体的な「離脱症状」も出てくるので — 大汗をかいたり手が震えてきたり、とてもお酒が欲しくて欲しくてひどくいらいらしてしまうなどの状況が「離脱症状」である。

「耐性」は、だんだんエスカレートしていくことである。特にインターネットの使用時間がどんどん長くなっていくことである。先ほど、平日5時間以上やっている中高生が10%ぐらいいるという話をしたが、彼らも最初から5時間やっていたわけではないと思う。恐らく、最初は30分とか1時間だったものが、次第にエスカレートしていった5時間になったという過程を踏んでいったのだろう。5時間以上やっているような方 — それ以下の方でも当てはまる方がいると思うが — 少なくとも依存の症状の1つである「耐性」に関しては、症状が「ある」と言って良いのではないかと思う。

インターネット使用障害・依存の4つの特徴

- 過剰使用 (しばしば時間の感覚を忘れ、基本的な活動の無視と関連している) ⇒ 長時間のインターネット使用
- 離脱 (インターネットができない時の怒り・緊張状態、抑うつ状態を含む) ⇒ ネットできないとき(取り上げられたとき)にイライラする
- 耐性 (より良いインターネット機器、ソフトウェア、より多くの時間を必要とすることを含む) ⇒ エスカレートしていくこと
- 悪影響 (口論やうそ、業績悪化、社会的孤立、疲労を含む) ⇒ 遅刻・欠席・不登校や成績低下など

Kimberly S Young: Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations, J Contemp Psychother 39: 241-246, 2009

(4) DSM5 によるインターネットゲーム障害の診断基準

これ(右図)は、「DSM5」という2015年に改訂になったアメリカ精神医学会の診断基準である。いろいろ書いてあるが、やはり「離脱症状」と「耐性」が取り上げられている。インターネットを使ったオンラインゲームの障害に関するものであるが、依存性疾患にはほとんどこの「離脱」と「耐性」があるので、この障害もやはり依存性疾患と言えるのではないかと考えられる。

この「離脱」や「耐性」は、何気なく捉えられがちであるが、実は非常に病的な症状である。

パソコンを取り上げられて激怒するA君という典型的な(特定の個人ではない)例で説明する。A君は14歳で、小学校2年生から「3DS」を始めていて、最初は1日1時間というルールを守っていた。ところが、小学校5年生ぐらいから次第に2～3時間とゲームに没頭するようになり、なかなか離れられなくなってきた。中学校2年生になってからは友達に教わってオンラインゲームである「シューティングゲーム」をするようになった。次第に夜遅くまでプレーするようになり、家族共用のパソコンを自分の部屋に持ち込むようになってきた。これも「耐性」である。エスカレートしていつている。

そして、家族が話しかけても無視したり、不機嫌そうに一言ぐらいしか返ってこないという状況になる。これも見逃しがちではあるのだが、特異な現象である。A君は、自分が大好きな「シューティングゲーム」を一生懸命やっている。つまり、好きなことをたくさんやっており、本当は幸せなはずなのだが、ここが依存症の悲しいところで、やればやるほどだんだん不幸になってくる。幸せな人は家族が話しかけたらにこにこと楽しそうに答えるはずだが、A君は実は不幸なので無視したり不機嫌な態度になってしまう。もちろん成績が落ちてくるといった二次的な影響もある。

ついには、夏休みに入ったときに昼夜逆転し、2学期になってからも学校に行かず、ゲーム漬けになってしまった。最後に見かねたお父さんが本人からパソコンを取り上げて職場に持っていかうとしたが、大暴れして、大声で暴言を吐き、手がつけられない。これは「離脱症状」である。そこで、学校にきちんと行くことを条件にパソコンを使ってもよいことにした。しかし、結局学校に行かないことが多い。

このような方は一番重症なインターネット依存の方である。

「耐性」や「離脱症状」は病的な症状だと申し上げた。「耐性」について御説明すると、例えばある人がラーメン好きだったとする。だからといってだんだんラーメンを食べるのがエスカレートし、朝も昼も夕方もおやつも全部ラーメンを食べるという人は、— 時々そういったことをやっている人のブログ等もあるが — 非常にまれだと思う。どんどんエスカレートしていくというのも非常に病的な症状なのである。たいていの場合は、おもしろいことでもやり過ぎると飽きてくるが、依存を形成しやすいものや依存

DSM5によるインターネットゲーム障害の診断基準

(今後の研究のための病態) 過去12か月間に5つ以上該当がどこかで該当

1. インターネットゲームへのとらわれ(過去のゲームに関する活動のことを考えるか、次のゲームを楽しみに待つ: インターネットゲームが日々の生活の中で主要な活動になる)
2. インターネットゲームを取り去られた際の離脱症状(これらの症状は、典型的には、いらいら、不安、または悲しさによって特徴づけられるが、薬理学的な離脱の生理学的徴候はない)
3. 耐性、すなわちインターネットゲームに費やす時間が増大していくことの必要性
4. インターネットゲームに関わることを制御する心にも不成功があること
5. インターネットゲームの結果として生じる、インターネットゲーム以外の過去の趣味や娯楽への興味の喪失
6. 心理社会的問題を知っているにもかかわらず、過度にインターネットゲームの使用を続ける。
7. 家族、治療者または他者に対して、インターネットゲームの使用の程度について嘘をついたことがある。
8. 否定的な気分(例: 無力感、罪責感、不安)を避けるため、あるいは和らげるためにインターネットゲームを使用する。
9. インターネットゲームの参加のために大事な交友関係、仕事、教育や雇用の機会を危うくした、または失ったことがある。

注: この障害にはギャンブルではないインターネットゲームのみ含まれる。ビジネスあるいは専門領域に関する必要性のある活動のためのインターネット使用は含まれないし、他の娯乐的あるいは社会的なインターネット使用を含めることを意図したものではない。同様に性的なインターネットサイトは除外される。

物は、やればやるほどエスカレートしていくという特徴がある。

次に、「離脱症状」について御説明する。「離脱症状」はなぜ出るのか。ゲームをするのが大好きだから、あるいは楽しいから「離脱症状」が出るのだろうか。しかし、楽しいから「離脱症状」が出るというのはうそである。

例えば、多くの子供は遊園地に行くのが大好きである。遊園地は閉園時間があり、10時とか8時になったらおしまいなので、楽しい時間は通り過ぎ、次の日からまた学校に行かなくてはならない。ところが、楽しい遊園地から出てくるとき、多くの子供たちは「ああ楽しかったね」と言って、次の日から — 渋々かどうかは分からないが — 学校に行く。楽しい遊園地から帰ってくるとき大暴れして暴言を吐くということは、— 2～3歳の子供だったらあるかもしれないが — ほとんどない。

だからこそ、この「離脱症状」も、やはり病的な症状ではないかと思う。

(5) インターネットとアルコール

私は、アルコール依存症の治療も行っている。インターネットとアルコールは似て非なるものに見えるが、実は依存物として似ている特徴があると考えられる。

まず、2つとも非常に安く手に入る、又は安くできるという特徴がある。インターネットは親が接続していればほとんど無料でできるし、お酒も100円、200円で買うことができる。

2つ目は、非常に手軽な点である。お酒は「ブシュッ」と缶を開けるだけでごくごく飲めるし、インターネットゲーム等も、何回かボタンを押すだけでできる

3つ目は依存の自覚が乏しいということである。よもや、スマートフォンを持ってゲームをやっている人で、自分が依存症になるかもしれないと考えるような人もいないと思う。アルコールの場合も、アルコールを飲み始め、多量飲酒するようになって、依存症になるまでだいたいの方が5年、10年、場合によっては20年、30年かかる。よもやその1杯のアルコールで依存症になると考える人は少ないと思う。

4つ目に、確実であるという特徴がある。インターネットやゲームはある一定の目標を確実に達成することができる。例えば先ほどの『ドラゴンクエストⅡ』というロールプレイングゲームは自分のキャラクターを動かして世界中を冒険するというゲームであるが、現実の世界で世界中を冒険するといったら何百万円も何千万円もかかるし、日本みたいに治安の良い国ばかりではないので、治安の悪い国で身ぐるみはがされてしまうかもしれないといった心配もある。その点、ゲームは確実に目標を達成することができる。お酒も、多少飲み慣れている方であれば、自分が何本又は何杯飲めばほどよく酔えるかが分かっており、非常に確実である。

最後に、合法であるという特徴がある。インターネットは合法かつ安全である。例えば1日15時間やったからといって警察にしょっ引かれるわけでもないし、ゲームの中で幾ら撃ち合っても自分に実際に弾



が当たってけがするということもない。お酒は — 飲んで安全かどうかは微妙なときもあるが — 成人であればお酒を10本飲んだから、あるいは20本飲んだからと言って警察にしょっ引かれるということもない。

このようにインターネットとアルコールは依存物として非常に似たような特徴がある。

(6) 構造化面接法によるインターネット使用障害者と合併精神疾患

インターネット依存の方は精神疾患を合併しやすい。よく言われている精神疾患は注意欠如多動性障害 (ADHD) である。他に、社会恐怖、外に出るのが緊張や不安になる、強迫性障害、何かに非常にとらわれやすくなる、そして鬱病といった疾患を合併しやすいと言われている。

構造化面接法によるインターネット使用障害者と合併精神疾患

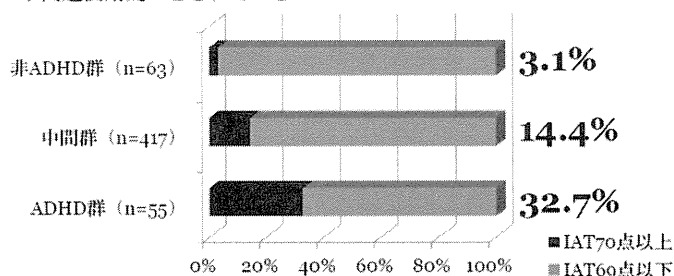
著者	H. Bozkurt	J. Tung	N.A. Shapira	J.H. Ha	J.H. Ha	S. Bernardi	C.H. Ko
対象数	60	136	20	12	12	15	87
国	トルコ	中国	米国	韓国	韓国	イタリア	台湾
対象者	患者	中高生	患者とその他	小学生	職業高校生	患者	大学生
年齢	10-18	—	18 or older	9-12	15-16	21-27	18-27
インターネット依存の基準	YIAT ≥ 80	10item YIAT ≥ 5	3item criteria	YIAT ≥ 50	YIAT ≥ 50	YIAT ≥ 70	9item criteria
1つ以上の精神疾患の合併	100%	14.7%	100%	58.3%	41.7%	86.7%	—
ADHD	83.3%	4.4%	—	58.3%	—	13.3%	32.2%
社会恐怖	35.0%	2.2%	40.0%	8.3%	—	13.3%	14.9%
強迫性障害	25.0%	0.7%	15.0%	—	8.3%	0%	—
うつ病	30.0%	1.5%	10.0%	—	25.0%	0%	12.6%
精神病的障害	0%	—	10.0%	—	8.3%	0%	—

(7) インターネット使用障害と ADHD 傾向の関連

これ (右図) はインターネット使用障害と注意欠如多動性障害 (ADHD) の傾向の関連の論文からの抜粋である。韓国の調査だが、一番上の非 ADHD 群 — 注意欠如多動性障害が比較的にない群 — では、インターネット依存の合併率が 3.1% なのに比べて、ADHD 群では 32.7% と、非常に有意に差がある。ADHD とインターネット使用障害は非常に密接な関連があると言われている。

インターネット使用障害と ADHD 傾向の関連

- ・ 韓国の小学4-6年生535名対象の調査
- ・ 両親・教師への調査である韓国版Du Paul's ADHD rating scale等と生徒Internet Addiction Test (IAT)等を質問紙調査した。
- ・ IAT70点以上でインターネット依存疑い、IAT40-69点でインターネット問題使用疑いとされている



Hee Jeong Yoo, Soo Churl Cho, Jihyun Ha, et al: Attention deficit hyperactivity symptoms and Internet addiction, Psychiatry and Clinical Neurosciences; 58, 487-494, 2004

(8) 注意欠如多動性障害とは？

注意欠如多動性障害の特徴を簡単にまとめてみた。まず、「不注意傾向」とは、物をなくしたりミスが多い、注意力がないなどの特徴を指す。2番目の「多動性」とは、そわそわしている、落ち着きがない、しゃべり過ぎるなどの特徴を指す。3番目の「衝動性」は、順番が待てない、他の人のところに首を突っ込んでいくなどの特徴を指すとされている。これらの特徴が幼少の頃から続いているときにこの診断がつくことになる。

イメージとしては、「ドラえもん」という漫画の「のび太」である。のび太はよく物を忘れて行ったり、なくしたりするし、落ち着きがない。衝動的に物を考えたり短絡的だったりするところもある。そのような調子なのでドラえもんが助けなければならぬのだが、そのようなイメージで捉えていただければ良いと思う。

注意欠如多動性障害とは？

DSM-IV-TRによる

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

- ・不注意（物をなくす、不注意な過ち、話しかけられても聞いていない、外部からの刺激によって容易に注意がそらされるなど）
- ・多動性（そわそわしている、席を離れる、しゃべりすぎる、静かに遊べないなど）
- ・衝動性（順番が待てない、他人を妨害する、質問が終わる前にだしぬけに答えるなど）
- ・これら（不注意、多動性、衝動性）の症状が半年以上続き、不適応的で発達水準に相応しない。
- ・7歳未満に存在し、障害をおこしている。
- ・2つ以上の状況において（学校と家庭など）存在する。
- ・臨牀的に著しい障害をおこしている。
- ・その他の疾患では説明できない。

(9) インターネット使用障害の主な悪影響

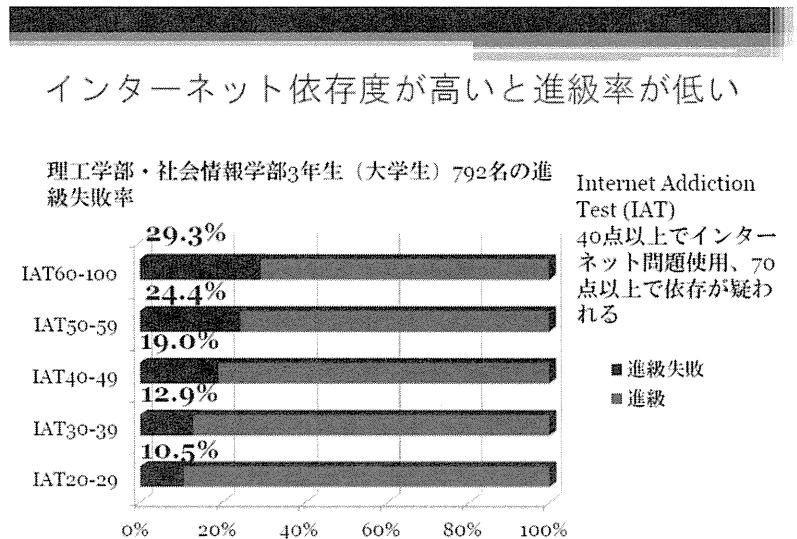
インターネット使用障害は、社会的な影響が注目されているが、その他にも、食事がいい加減になってしまったり、ひどく運動しなくなったりするほか、精神的な影響もよく指摘される。この図（右図）の「その他」の欄にあるように、インターネットが使用できなくなると、— 家族が見るに見かねて取り上げる場合等 — 「離脱症状」が出てひどくいらいらし、家出、暴言、暴力、警察沙汰等につながってしまうことがある。ふだんはおとなしくゲームをしているが、ゲームができなくなると人が変わったようになってしまうというのが「離脱症状」である。

インターネット使用障害の主な悪影響

学業・仕事 金銭面	精神面	身体面	人間関係	その他
遅刻 欠席 留年 退学 転校 成績低下 就労不能 失職 収入減 作業能力低下 浪費（課金等） 詐欺にあう 家事育児困難	イライラ うつ 不安 ひきこもり 昼夜逆転 過眠	やせ 肥満 少食、過食 運動不足 運動機能低下 骨密度低下 栄養障害 エコノミークラス症候群（静脈血栓症）	親との不和 兄弟との不和 親戚との不和 配偶者との不和 友人の減少 孤立 家族のうつ 家族のストレス 家族の不眠	家出 暴言 暴力 警察沙汰

(10) インターネット依存度が高いと進級率が低い

学生が一番の興味は進級だと思うが、これ(右図)は理工学部・社会情報学部3年生の進級失敗率のグラフである。IAT (Internet Addiction Test) とは、自記式のインターネット依存度を測るテストで、得点が高ければ高いほど依存度が高いことを示す。IAT の 20 点台では進級失敗率は 10.5%であったのに対して、60 点以上では 29.3%と、3 倍近くの方が進級に失敗してしまっている。この内容は論文にもなっている。



1. 松本さゆりら：大学生の進級失敗リスクとインターネット依存、Campus health 52(1), p356-58, 2015

(11) インターネット使用障害の罹病率の国際比較

続いて、インターネット使用障害への罹患率について紹介する。この図(右図)の左側は、アジア6か国の学生約5,000人に対する調査結果である。6か国の調査なので1か国当たり800人程度だが、日本は、IAT70点以上 — インターネット依存が疑われるような方が3%、40点以上 — 問題使用が疑われるような方が47.5%という結果になっている。大体アジア諸国では似たり寄ったりの結果ではないかと思う。この調査結果では韓国がやや低めに出ているが、韓国ではインターネット依存が深刻な問題となって様々な対策を打っているのも、もしかしたらその効果が出ているのかもしれない。

インターネット使用障害の罹病率の国際比較

- ・アジア6か国の12-18歳の学生(計5366名)への調査
- ・ヨーロッパ7か国の14-17歳の学生(計13284名)への調査
- ・2012-13年にかけて行われた

	IAT 70点以上	IAT 40点以上
中国	2.2%	19.3%
香港	3.0%	34.6%
日本	3.1%	47.5%
韓国	1.2%	13.7%
マレーシア	2.4%	37.5%
フィリピン	4.0%	50.9%
スペイン	1.5%	22.8%
ルーマニア	1.7%	17.7%
ポーランド	1.3%	13.3%
ギリシア	1.7%	12.7%
オランダ	0.8%	12.2%
ドイツ	0.9%	10.6%
アイスランド	0.8%	8.0%

Ekwo-Kei Mak, Ching-Man Lai, Hiroko Watanabe, et al: Epidemiology of Internet Behaviors and Addiction Among Adolescents in Six Asian Countries: CyberPsychology Behavior and Social networking; 17(11): p720-725, 2014

Artemis Tsitsika, Mari Janikian, Tim M Schoenmakers, et al: Internet Addictive behavior in Adolescence: A Cross Sectional Study in Seven European Countries: CyberPsychology Behavior and Social networking; 17(6): p528-535, 2014

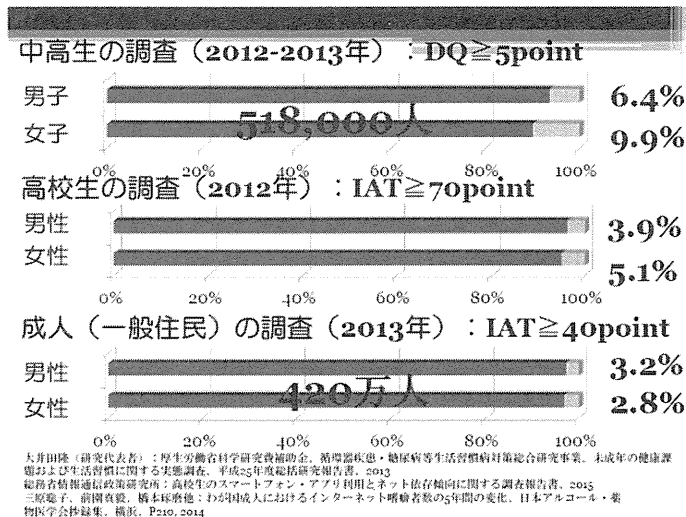
右側は同様の調査をヨーロッパで行ったものである。ヨーロッパ諸国の場合は、IAT70点以上の方が1~2%弱となっており、恐らくアジア諸国の方がインターネット依存の問題は深刻なのではないか。原因についてはよく分かっていないが、そのようなことが指摘されている。

(12) 中高生の調査

これ(右図)は日本での調査の結果である。一番上は、2012～2013年に厚生労働省が行った10万人を対象とする調査で、中高生については、男子の6.4%、女子の9.9%について、インターネット依存が疑われるという結果となった。日本全国で考えると51.8万人ぐらいがインターネット依存の疑われる状態に相当するのではないかと考えられる。

真ん中の調査は高校生を対象とする調査で、大体4～5%ぐらいがインターネット依存の疑われる状態に相当するのではないかとされている。

一番下の成人の調査では、IAT40点以上 — 問題使用のレベルの方 — が大体3%ぐらいと言われている。多くの報告でも、インターネット依存が指摘されるのは、中学生から大学生ぐらいの世代が多いのではないかとされている。



(13) インターネット使用障害(依存)は不治の病か?

では、インターネット依存になるともう治らないのだろうか。この図(右図)についてまとめてお話をすると、1年前に「非使用障害群」 — インターネットの使用に問題なかった人 — が、1年後にはそのうち10%が「使用障害群」 — インターネットを依存的に使用するような人 — になっている。他方、依存的な使用をする「使用障害群」だった人が、特に介入をしなくても約半数が改善し、残りの半数がそのままだったという報告内容である。

「インターネット依存」や「使用障害」

自体は、決して不治の病ではないが、少なくとも半数は1年以上続いてしまうという結果である。しかし、それも、かなり流動的な側面もあるようだ。

インターネット使用障害(依存)は不治の病か?

著者	C.H Ko	C.H Ko	C.H Ko
国	台湾	台湾	台湾
対象	中学生	中学生	ADHD
対象	1年で非使用障害群の10%が使用障害群へ	12.4	12.4
男性の割合	49.4%	51.1%	家族関係の悪さ
インターネット使用障害者の基準	CIAS $\geq$ 64point	CIAS $\geq$ 64point	CIAS $\geq$ 64point
調査期間	1 year	1 year	精神状態の悪さ
非使用障害群の約半数が改善、約半数はそのまま	1267	356	276
使用障害群	115	29	幼少時からのゲーム?
使用障害→使用障害	71	41	
使用障害→非使用障害	67	42	

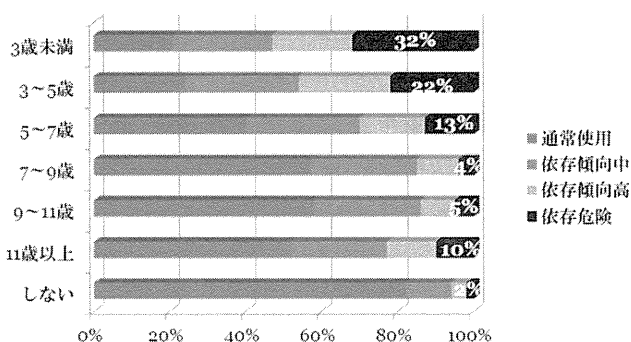
Chih-Hung Ko, et al: The exacerbation of depression, hostility, and social anxiety in the course of Internet addiction among adolescents: A prospective study, Comprehensive Psychiatry, 55, 1377-84, 2014
Chih-Hung Ko, et al: Factor Predictive for Incidence and Remission of Internet Addiction in Young Adolescents A Prospective Study, Cyber Psychology and Behavior, 20(4), 545-551, 2007
Chih-Hung Ko, et al: Predictive values of Psychiatric Symptoms for Internet Addiction in Adolescents, Arch Pediatr Adolesc Med, 163(10), 937-943, 2009

インターネット使用障害のリスク因子は、よく言われているのが ADHD（注意欠如多動性障害）で、その他に家族関係の悪さも指摘されている。こちらの因果関係はよく分かっていないが、家族関係が悪いとインターネット依存になりやすい。— インターネット依存になってから、家族関係が悪くなるという側面もあるが — と言われている。また、精神状態の悪さもリスク因子として指摘されている。

(14) 2013 年の福岡市内の小中学生のメディア依存度とゲーム開始年齢

この調査（右図）は、メディア依存度とゲーム開始年齢に関する福岡の調査結果である。3歳未満から電子ゲームを始めているような方は、その後、小・中学生になったときに 32%が依存的なメディア使用に陥っている。開始年齢がおおよそ7歳以上であればそれほど変わりはないと考えられている。アルコールやたばこでもそうだが、依存を形成しやすいものは幼少時からやると、その後、より依存になりやすくなると言われている。

2013年の福岡市内の小中学生のメディア依存度とゲーム開始年齢（n=4135）
JC尺度（NPO子どもとメディア作成）による



馬場伸一：子どもとメディアの良い関係づくりのために、保健師ジャーナル70(8), 659-666, 2014

3 インターネット依存症の対策

(1) インターネット問題使用・依存のある人は本当はいろいろ悩んでいる

最後に、依存症の対策についてお話をしたい。

依存症の人は、ゲーム依存の人もインターネット依存の人も悩んでいない人はいない。一方ではゲームをしたい、インターネットをしたいと考えているが、彼らもやはり、学校ぐらい卒業しなければいけないとか、良い成績を取りたい、大学に行きたいなど、相反するような考えを持っていることがほとんどである。しかし、結局、楽なインターネットをやる方に流れてしまうということが多いようである。

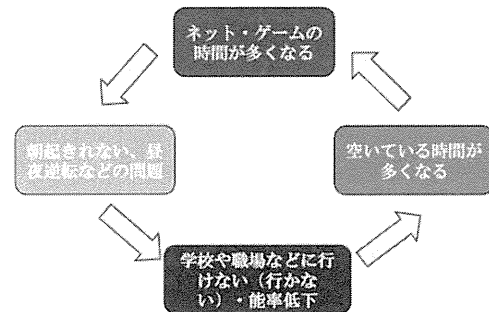
インターネット問題使用・依存のある人は本当はいろいろ悩んでいる（悩みのない人はいない！）



(2) よくありがちなインターネット・ゲーム依存・問題使用と社会的後退の悪循環の例と回復

アルコールでもドラッグでも、依存を呈すると悪循環を呈してくる。ネット・ゲームの時間が多くなると、朝起きられなくなったりして、昼夜が逆転する。それが悪化すると学校や職場に行けなくなったり、行かなくなったりしてしまう。学校に行かないとその分が空き時間になってしまい、暇になるので、またネットやゲームをしてしまうというように、どんどん泥沼にはまり込んでいくということがしばしば見られる。

よくありがちなインターネット・ゲーム依存・問題使用と社会的後退の悪循環の例と回復

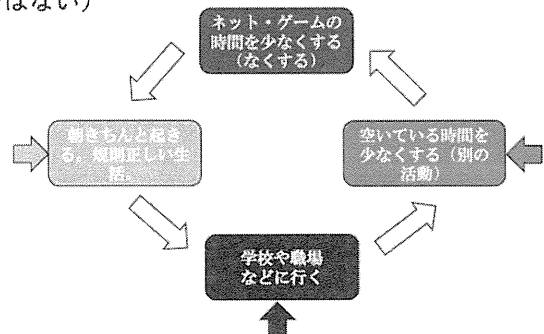


(3) アプローチするときは、あまりネット・ゲームに固執しないほうがよいのか？

介入するときは、ゲームやネットの時間を少なくする、あるいはなくすというアプローチも良いのだが、ネット依存・ゲーム依存の方は基本的にゲームやネットをすることが大好きであるから、これらの時間を少なくしようとする直接的なアプローチはあまり有効ではない。仮に、ネットやゲームの時間をそれで減らせたとしても、空き時間が多くなってしまうばやはり、ネットやゲームをしたいなと思うようになる。

彼らも、規則正しい生活をしないといけない、学校には行かないといけない、成績を上げたいなどの希望は持っているので、そちら側の、「周り」の方から攻めていった方が、受け入れられやすいかと思う。結果として、ネットやゲームの時間が少なくなった、なくなったという結果になれば良いのである。

アプローチするときは、あまりネット・ゲームに固執しないほうがよいのか？ (ゲームやネットを減らすことは手段であり、目標ではない)



(4) 直面化的アプローチをするとすぐ受診しなくなる

昔は、直面化的なアプローチをよくやっており、例えばゲーム依存の子供の場合であれば、保護者の方がその子に、「ゲームばかりやっているから成績が落ちるんでしょう、学校に行けないんでしょう」と、本人が分かっているのではないかと考えて言っていたものである。しかし、そのようなことを言っても、本人は全然聞き入れないし、逆切れすることもある。

ゲームばかりしていて成績が落ちているというのは本人も百も承知なのである。知っていることをわざわざ指摘されると非常に嫌な気分になる。

そこで、最近よく言われているのが「動機付け面接法」である。本人はインターネットをやりたいという気持ちと勉強しなくてはという気持ちを両方持っているのであるから、インターネットをやってはいけない、勉強しなくてはいけないという気持ちに傾けていくという方法である。

この話は始めると1日かかってしまうので割愛させていただくが、簡単に言うと、本人に直面化させるのではなく、自己洞察を促していくように援助をするようなアプローチである。

直面化的アプローチをするとすぐ受診しなくなる。

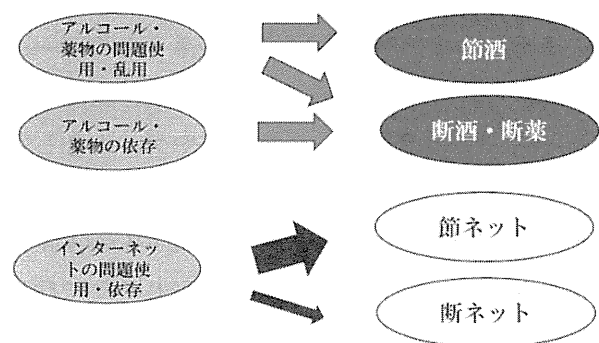
動機付け面接法：

- ・両価的感情（インターネットをやりたい気持ちとインターネットをやっているはいけないという気持ち）に働きかけて、インターネットをやっているはいけないという気持ちにかたむける方法。
- ・問題を直面化させることで動機を形成するのではなく、本人が自分の問題を分析して理解を深め、回復にむかうように援助する。

(5) インターネット問題使用・依存の治療目標

治療目標は、インターネット依存の場合は「節ネット」が目標になる場合が多い。依存物なので「断ネット」した方が効果的かとは思うが、なかなかうまくいかない事情がある。

インターネット問題使用・依存の治療目標



(6) インターネット問題使用・依存に対して節度のある使用が治療目標になる場合が多いのは？

今やインターネットはほとんど生活必需品になっており、なかなか生活から切り離せない。また、アルコールや薬物の場合は断酒・断薬しなければ社会復帰はほとんど不可能であるが、インターネットの場合は「節ネット」できれば社会復帰が十分可能である。さらに、若年者の場合、インターネットを取り上げたときの抵抗が非常に強く、家庭内でうまくいかないことも多い。

このほか、自己責任能力が損なわれるような病気ではないし、法律違反をしているわけでもないのに、他の人から「断ネット」しろという治療目標を押しつけるというのもなかなか難しい。このような事情から、「断ネット」ではなく、依存者に対して「節ネット」を勧めることが多いようである。

インターネット問題使用・依存に対して節度のある使用が治療目標になる場合が多いのは？

- ・アルコール・薬物は生活になくてもよいものであるが、インターネットはほとんど生活必需品になっているため。
- ・アルコール・薬物依存の場合は、断酒・断薬しないと社会復帰はほとんど不可能だが（その強い依存や身体的・精神的障害のため）、インターネット依存の場合は節度のある使用をしながら社会復帰が可能であることが多い。
- ・特に若年者の場合、インターネットを取り上げた時の抵抗（離脱症状、暴力など）が強く、家庭内でうまくいかないことが多い。
- ・自己責任能力が損なわれるような病気ではなく、法律違反をしているわけでもないのに、他者が治療目標を押し付けることはできるのだろうか（本人は大抵節度のある使用を希望している）？

(7) インターネット問題使用・依存に対する一般的な治療

治療は、心理療法を行うことが多い。

「認知行動療法」を行った群と何もしなかったコントロール群で比較すると、両方とも6か月後には回復しているという研究結果もある。差があったのは、時間の有効性や時間の制御についてであり、コントロール群よりは「認知行動療法」をやった群の方が、より有効に時間を使えるようになったと報告されている。

インターネット使用障害や依存に関する一般的な治療法は、「認知行動療法」を初めとした心理療法が行われることが多い。

他方、「薬物療法」もあり、合併する精神疾患がある場合にはこの治療も有効である。「薬物療法」を行うことによって、合併する精神疾患も改善し、ネット依存度も改善するとされている。

ただし、インターネット依存単独 — 合併精神疾患がない — の場合に薬物療法が有効であったという報告は、非常に少ない。

インターネット問題使用・依存に対する一般的な治療

◆心理・精神療法

主なものでは、認知行動療法、現実療法、動機付け面接法、Acceptance & Commitment Therapy (ACT) やこれらを組み合わせた治療での有効性の報告がある。グループ療法や家族療法と組み合わせた報告もある。

メタ解析では、心理療法と薬物療法の間にネット依存の改善効果に有意差は示さなかった。認知行動療法と他の心理療法ではネット依存状態に改善には有意差は示さなかったが、認知行動療法は他の心理療法と比較してネット使用時間の有意な改善が認められたと報告されている。

心理・精神療法の報告では、明らかな合併精神疾患を有する人を除外項目に挙げていることが多い

◆薬物療法

Escitalopram（レクサプロ[®]）、Methylphenidate（コンサータ[®]）、Bupropionの研究では、うつ状態や注意欠陥多動症状等の合併精神症状の軽減とともにネット依存状態の改善が報告されている。しかしインターネット依存単独に薬物療法が有効であったという報告は少ない。

(8) インターネット依存の認知行動療法の例

これ(右図)は、「認知行動療法」の例である。
できれば集団の中で自己洞察をしていただく。

最初は、「どのぐらいネットをしていたか」、「それによってどのような影響があったか」などを考えていただき、後半では、実際にネット依存状態から抜け出すためにどういうことをしていくかという計画を立てていただくというプログラムになっている。

インターネット依存の認知行動療法の例

SESSION	内 容	印
1	ネット依存とは?	
2	入院中の目標を設定しよう	
3	今までのネット使用歴をふりかえてみよう	
4	将来の生活を考えてみよう	
5	私のネット使用の良い点・悪い点	
6	なぜネットにはまったのか理由を考えてみよう	
7	抜け出すためにはどうしたらいいか考えてみよう	
8	危険な状況への対応方法	
9	ネット以外の楽しい活動を見つけよう	
10	外泊中の過ごし方の計画を立てよう	
11	退院後の目標を立てよう	
12	退院後の生活チェックシート	

(9) 久里浜医療センターネット依存治療研究部門での治療

久里浜医療センターでは、カウンセリングを行ったり、生活指導をしたり、週2回のペースでデイケアを行ったり、といった治療を行っている。一部入院治療をしている方もいるが、原則として任意的で、開放病棟という出入り自由の病棟で治療している。

久里浜医療センター
ネット依存治療研究部門での診療

- ◆初診時には診療心理士がインテークをとり、続く医師診察で治療方向性を決め、本人および家族にアドバイスもする。
- ◆採血、心電図、骨密度、脳波、頭部MRI、体力測定などの身体的検査や各種心理検査も行う。
- ◆再来時には患者に日記をつけてきてもらい、それらをもとに生活指導をすることも多い。
- ◆個人認知行動療法も行っている。
- ◆生活習慣を整え、一時的にでもネットと離れる目的で、週2回のペースのネット依存者専門デイケア(集団認知行動療法)や月2回のペースで家族会を開催している。
- ◆一部入院治療(原則として任意的)も行っている(合併精神疾患を抱えている人の入院が多い)。



(10) 医療機関での考えられるネット依存への対処

医療機関で考えられるネット依存への対処についてまとめたものがこの図（右図）である。合併精神疾患の有無の確認やその治療は医療機関では必須であろう。可能であれば精神療法的なアプローチもなされると非常に良いと思う。引きこもりや不登校が顕著な場合には、デイケア等への参加を促しても良い。また、学校にほとんど行けていない、引きこもり傾向が顕著で家に引きこもってゲームばかりしているというような場合には、入院していた方が前向きかもしれない。

医療機関での考えられるネット依存への対処

- ・ 合併精神疾患の有無の確認
- ・ ⇒多分ネット依存が重症であるほど、生活の障害が重症であるほど合併率は高い
- ・ 日記などをつけてきてもらって、生活状態の確認や生活指導、精神療法的アプローチ（認知行動療法、動機付け面接法、支持的療法など）。
- ・ 受診するだけでも外出のチャンスになる。
- ・ 可能であれば、引きこもり傾向や不登校が顕著な場合はデイケアなどへの参加を促す。
- ・ 学校にほとんど行けない場合や引きこもり傾向が顕著な場合には、合併精神疾患の治療や生活を整える目的などで入院加療もありえるか？

(11) H27 年夏のセルフディスカバリーキャンプの概要

この図（右図）は、久里浜医療センターでも関わったセルフディスカバリーキャンプ — ネット依存の治療キャンプ — の試みである。12名の方が参加して昨年の夏にキャンプを行った。大体3分の1ぐらいがネット依存の治療的なこと — 「認知行動療法」、レクチャー、カウンセリング等 — で、残りの3分の2ぐらいがキャンプらしいことをした。

結果は、キャンプの参加者の平均ゲーム時間が 57.4 時間から

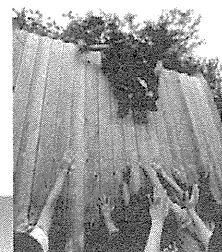
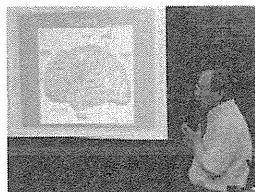
35.5 時間に減った。ネット依存度も数字だけ見ると減っているのだが、これについては人数が少ないこともあって有意差は出なかった。

H27年夏のセルフディスカバリーキャンプの概要
(ネット依存治療キャンプの試み)

- ・ 赤城青少年交流の家（前橋・文部科学省）主催、久里浜医療センターは医療的援助等と参加者のリクルートで協力
- ・ 参加者は中高生男子（一部大学生/予備校生）12名
- ・ 日程は2015/8/17-8/25(8泊9日)とその後11月にフォローアップキャンプ（2泊3日）を行った。

- ・ 主な内容
 - ✓ 集団認知行動療法
 - ✓ 個人カウンセリング
 - ✓ 講義
 - ✓ 家族教育
 - ✓ 野外調理
 - ✓ 赤城山のトレッキング
 - ✓ アスレチック活動

- ・ 結果
 - ✓ キャンプ3か月後の参加者の平均ゲーム時間は57.4時間/週⇒35.5時間/週に減った（ $p=0.042$ ）。
 - ✓ IAT平均得点（ネット依存度）は、57.6±13.0点⇒48.6±17.2点に減少した（有意差なし）。



(12) 2014/3/18 Yahoo Japan ニュース

これ（右図）は、愛知県刈谷市において先進的に、学校としてスマートフォン等に関するルールを決めるといった取組をされているというニュースである。こういった取組は現在いろいろな小・中学校でも進んでいるようである。

愛知県刈谷市の全21校の小中学校が保護者に以下のような呼びかけをする。

1. 必要のないスマホや携帯電話を持たせない。
2. 契約時に約束を決め、「フィルタリング」を設定する。
3. 午後9時以降は親が預かる。

保護者と連携し、刈谷市児童生徒愛護会（市教委、小中高校、警察など）で発案し、各学校から保護者に要請される。すでに過半数の学校で要請がなされているが、4月からは全校で行われるという。

5月、雁が音中で全生徒約850人の反応を調べると「睡眠時間が増えた」「精神的に楽」などと約半数が賛成、反対は約1割にとどまった。時間制限の呼び掛けは仙台市や岐阜市に広がる。

2014/3/18 Yahoo Japan ニュース 竹内和雄
2014/9/5 東奥日報 特集

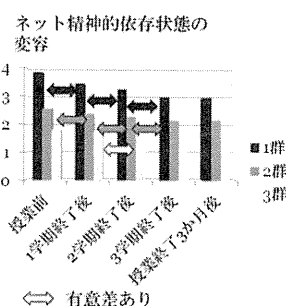
(13) 私立高校におけるインターネット依存教育の実践

これ（右図）は、私立高校におけるインターネット依存教育の取組である。9回ほどグループディスカッションやレクチャーを行ったところ、ネット依存度が少なくなったと報告されている。

私立高校におけるインターネット依存教育の実践

- ある私立高校で1年間にわたって、合計9回の講義、実習、グループ討論を行った（他に計5回の調査）。

- 内容はメールや情報モラル、メールやSNSを利用するときにイライラや不安を感じずに使えるようになる方法、自分自身のネット利用の問題点の把握や改善目標の検討、インターネット依存のもたらす悪影響など。



1. 鶴田利郎ら：1年間を通じたインターネット依存改善のための教育実践による生徒の依存傾向の継続的変容、日本教育工学会論文誌30(3):p53-63, 2013

(14) 教育機関での考えられうる予防・対策

今は、教育機関においてもかなり一生懸命取り組まれていると思うが、教育機関における予防・対策としては、啓発活動やルール作りが考えられる。また、暇になるとゲーム・インターネットをしてしまうので、あまり暇を作らないようにすることも必要である。

もし、生活の乱れがひどいような方であればカウンセリングの導入や医療機関への紹介が有効かと思う。

教育機関での考えられうる予防・対策

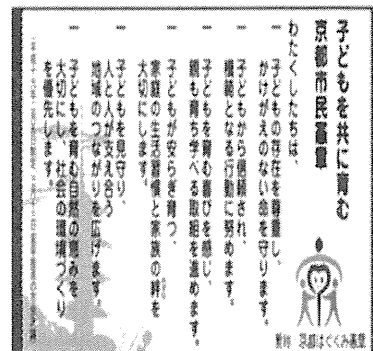
- ・ ネット依存の実態調査（スクリーニングテストや使用時間に関するものなど）
- ・ ネット依存の啓発
- ・ 学校としてのインターネット、ゲーム使用などに関するルール作り
- ・ 部活などへの参加の促し、長期休み中の補修授業、登校日の設定など（生活の乱れを整える目的）
- ・ 生活の乱れなどがより重症な人へのカウンセリング導入や医療機関への紹介

(15) 京都市の取り組み

これ(右図)は、京都市の取組である。こちらも市民憲章を生かして様々な啓発活動をしているようである。

京都市の取り組み

- ・2007年2月に「京都はぐくみ憲章」の設定、2011年には「子どもと共に育む京都市民憲章」の実践の推進に関する条例の施行
- ・2007年よりPTA、学校、市民団体、行政機関、携帯電話会社も参画して「子どもの「携帯」利用に関する連絡会議」の設置
- ・2008年度から毎月16日を「ノーテレビ・ノーゲームデー・ノーケータイデー」の設定
- ・「携帯電話市民インストラクター」を63名養成し、①インターネットの危険性、②フィルタリングの必要性、③ペアレンタルコントロールの重要性、④メディアの不適切利用に関する危険性などの啓発活動の実施。
- ・「親支援」プログラムの実施、親としての心構えや必要な知識、技術等を子どもの発達段階に応じて学べるプログラムを作成し、各所で実施。



1. 三輪邦明：子どもたちの今と未来のために、インターネット、ソーシャルメディア対策に含む京都市の取り組み、保健師ジャーナル70(8)、673-676、2014

(16) 成人には許されているけど未成年者には規制のあるもの

御説明してきたとおり、インターネットやゲームは依存を形成しやすい「依存物」ということで間違いのないと思う。依存しやすいものについては、未成年者に対して一定の制約が設けられていることが多いが、インターネットやゲームについて、現在のところほとんど制約はなく、非常に危険な状況と考えられる。

成人は許されているけど未成年者には規制のあるもの

- ・アルコール：未成年者飲酒禁止法
- ・タバコ：未成年者喫煙禁止法
- ・競馬：競馬法
- ・競輪：自転車競技法
- ・パチンコ・パチスロ：営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律（18歳未満を対象）
- ・インターネットやゲームは...？

(17) 行政での考えられうる対策

行政においても、未成年者が深夜にインターネットにアクセスするのを制限するようなシステム作りや、関係機関が連携し、教育機関に通っていないネット依存者の相談窓口を設けるなどの対策が考えられると思う。

行政での考えられうる対策

- ・未成年者の深夜のインターネットアクセスの制限システムの構築やその他何らかの規制？
- ・関係諸機関の連携
- ・教育機関に通っていない（高校に通っていない人や成人）ネット依存者の相談窓口

(18) 家庭での考えられうる予防・対策

家庭における対策は、特に発達障害の傾向があるような方は要注意だと思う。また、日記をつけたり家族の中でルールを決めるなどの取組も有効である。

最後に、— やはりここだけは崩れると大変なので、— 寝る時間と起きる時間は最後のとりでであるということは申し上げておきたい。

まとめ

インターネットの問題使用・依存については、「過剰使用」、「離脱症状」、「耐性」及び「悪影響」が構成要素である。特に病的なものとしては「離脱症状」と「耐性」が挙げられる。治療は「節ネット」を目標にすることがほとんどであり、その際、合併している問題の発見や治療は非常に重要になる。

今後は、教育・行政・医療・家庭が連携してこの問題に当たっていく必要があると考えられる。

家庭での考えられうる予防・対策

- ・ 若年のうちはなるべく高性能なインターネット機器やスマートフォンの本人所有を避ける
- ・ パソコンやゲーム機は居間などの共有スペースのみに置く
- ・ あらかじめインターネット使用時間に関するルールを作り遵守させる
- ・ 社会的活動（部活、塾、趣味・特技など）に参加する機会を多く持つ
- ・ 以前よりゲームにのめりこみがちの人やADHDなどの発達障害傾向の人は要注意
- ・ インターネット、ゲームの使用時間等に関する日記などをつけて、現状を正確に把握する
- ・ 本人自身で制御の計画を立てて実行するよう援助する
- ・ 家族以外の第三者（教師、医療関係者、カウンセラーなど）の力を借りてインターネットの使用について相談する
- ・ 金銭面に関して（課金問題）家族が確実に制御する（クレジットカードの管理など）
- ・ 生活のリズムを崩さないように援助する～特に寝る時間と起きる時間は死守！

まとめ

- ・ 過剰使用、離脱（インターネットができない時の怒り・イライラなど）、耐性（より良いコンピューター設備、ソフトウェア、より多くの時間を必要とする）、悪影響（遅刻、欠席、成績低下など）がインターネット問題使用・依存を構成する要素
- ・ 治療は節度のあるインターネット使用を目標とすることが多い。
- ・ 合併している問題（合併精神疾患や発達障害、学校職場での不適応など）の発見・治療はインターネット使用障害の治療において非常に重要となります。
- ・ バランスの良い生活に戻ることが目標となります。
- ・ 今後は教育・行政・医療・家庭が連携してこの問題にあたる必要があると考えられます。

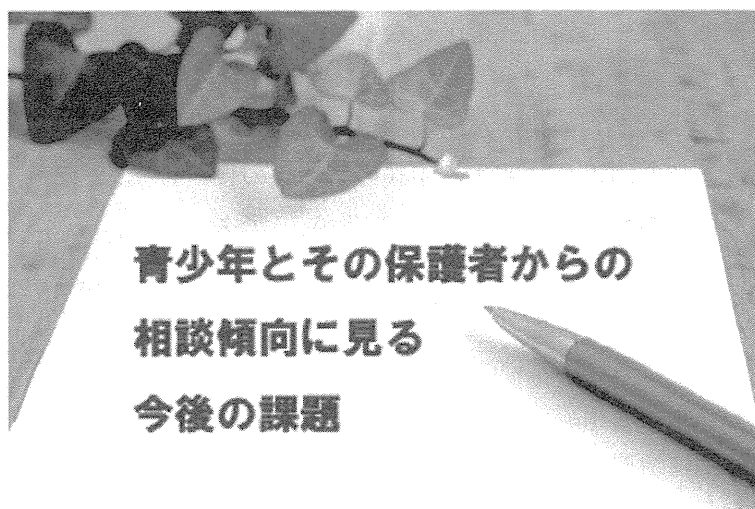
【パネリスト発表①】青少年とその保護者からの相談傾向に見る今後の課題

WEB110 主宰 吉川誠司

はじめに

私からは、東京都の委託事業である「こたエール」という青少年向けの相談サイトに寄せられた相談の年次報告から、私なりに相談傾向や今後注意が必要な点などを分析したことをお話ししたい。

たまたま私が今いるインターネット・ホットラインセンターの隣の部屋に「こたエール」があり、時間をいただいて年次報告からだけでは見えない部分も詳しくお話を聞けたので、その情報をシェアしたいと思った次第である。

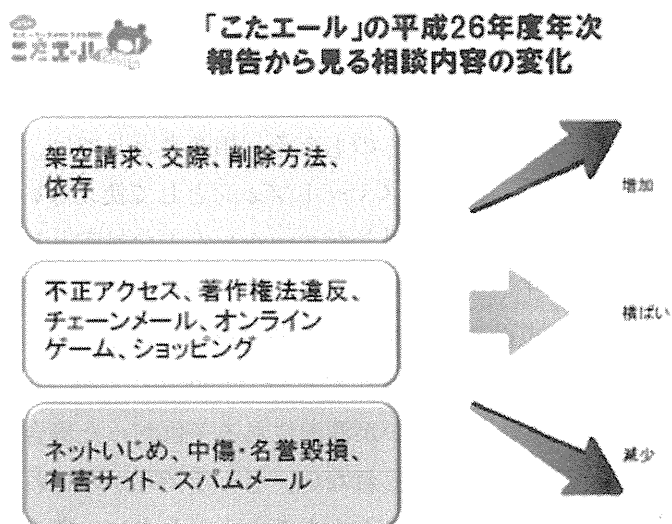


1 「こたエール」の平成26年度年次報告から見る相談内容の変化

このスライド（右図）は、平成26年度と25年度を比較して相談件数の増減がどのようになったかを示したものである。大きく3つに分けた結果、増加したのは一番上の囲みの4つであったので、本日は、その4つについて少し深掘りをしていこうと思う。

ちなみに、ここには含まれていないものの、「自撮り」の問題や「リベンジポルノ」、「児童ポルノ」等は、実は深刻な問題である。しかし、「こたエール」の年次報告にはこれらのキーワードでの相談は含まれていない。

「削除方法」や「交際」等のキーワードの部分にこれらの問題も内包されているのかもしれないが、そもそも、例えば「自撮り」は被害者意識が生じない場合もあるなど、客観的に見ると青少年の問題行動ではあるものの、相談としては計上されず、なかなか実態がつかみづらいところもあるのではないかと考えている。



(1) 件数の多い相談の考察 「架空請求」

一番相談が多かったのが「架空請求」である。これは子供からの相談に限らず、大人からの相談としても、各地の消費生活センターで例年一番多くなっているものでもある。

本人からの相談が圧倒的に多いのが、「架空請求」に関する相談の1つ目の特徴であり、言わずもがなであるが、「アダルトサイトを見ていてうっかりクリックしてしまった」というパターンなので、なかなか親には言いづらい。「こたエール」

のような相談サイトが、匿名で相談を受けてくれる窓口として存在しているということは、このような局面に遭遇してしまった青少年にとっては非常に心強い存在だろう。

2つ目の特徴として、トラブルの対象の中には未就学児も含まれているとあるが、どうやら親のスマートフォンを貸し与えて遊ばせていたところ、いつの間にかアダルトサイトの画面をクリックして料金を請求されたということのようである。言い訳としては苦しい気もする。昔からアダルトサイトに関する相談者の言い訳として、猫がキーボードのエンターキーを勝手に踏んで登録してしまったなど、いちいち前置きがある。別に私たちとしてはどういう経緯であったとしても関係なく、法律的に支払義務があるか、請求画面が貼り付いてしまった場合に解除できるかなどが問題なのだが、やはりどうしても恥ずかしさが伴うのだろう。

最近、スマートフォンを狙った「架空請求」の中には、業者に電話をかける発信画面が繰り返し表示されて消えない、というものもある。相談者としては、法律上支払義務がないことは分かっている、発信画面が次々出てきて、スマートフォンとして使えないことが困る、という相談もあるようだ。

こういった相談への「こたエール」の主な対応としては、当該サイトが相談の時点でも確認できる場合には当該サイトを確認しながら相談者が行ったのと同じように実際に操作をしてみた上で、法的な観点と技術的な観点から検証を行い、助言をしている。

いずれにしても、青少年が自分の判断だけで解決しようとする事態を悪化させてしまう恐れがある。例えば、たまたま小遣いが潤沢にある子供だった場合には、7万円ぐらいなら何とか自分の小遣いで払おうと考えてしまうかもしれない。もし手持ちがなければ、友達を恐喝してでも支払おうとして、更なる非行につながってしまうこともあるかもしれない。青少年が正しい情報を簡単に調べられるような環境を提供していくことが必要である。

件数の多い相談の考察

■ 架空請求 1,046件(42%)

(特徴)

- 小中高いずれの学年でも本人からの相談が圧倒的多数。
- 文字を読めない未就学児でもボタン操作で接触する事例あり。
- スマホでは、登録完了画面でOKボタンしか押せない、あるいは電話発信画面が繰り返し表示される等、新しい手口に関する相談が目立った。

(こたエールの主な対応)

サイトが分かる場合には、実際にサイトを確認しながら、相談者の状況に沿った具体的なアドバイスを行う。

相談者には、本当に有料契約が成立していると言えるのか、法律に基づいた説明をすることで、相談者自身が正しく判断し、自信を持って対処できるように努める。

(2) 件数の多い相談の考察 「削除方法」

次に多い相談が、「削除方法」に関するもので、337件ある。削除したい内容には様々なものがある。保護者からの相談としては、たまたま子供の名前を Google 等の検索エンジンで検索してみたら、本人が載せた名前や写真が見つかり、将来的にトラブルになるのではないかと心配してトラブルになる前に削除したいというものが多かった。

一方、青少年本人からの相談としては、まさか自分が投稿した情報が、世界中から見る状態になっているとは知らなかったのも、慌てて何とかしたいというものが多かった。

「こたエール」としては、代わりに削除依頼をするのではなくて、削除方法を調べた上で本人に教示し、本人が自力で削除するための手助けを行っている。併せて、啓発的な観点から、情報の発信についての注意喚起も行っている。

インターネット・ホットラインセンターにも、時々保護者から、娘の裸の画像を削除してほしいなどの通報などが来たりするが、画像だけ見ても児童と判断することが難しいケースもある。児童と判断できなければ児童ポルノとしての対応は取れないので、プロバイダー側の扱いもずいぶんと変わってくる。そのような場合でも、通報者がメールアドレス等の連絡先を書いてくれていると、保護者に詳細を伺うなどして児童ポルノとしての対応が可能となるケースもあるのだが、匿名での通報の場合にはそれができない。もし相談サイトに削除等を希望して通報するのであれば、連絡先は書いておいた方がよいと思う。

特にリベンジポルノの削除の場合は、原則として本人又はその保護者からの削除申し立てが必要となる。これらの点については、一般の方にももっと周知していく必要があるだろう。

件数の多い相談の考察

■ 削除方法337件(14%)

(特徴)

削除したい内容は、動画や画像、個人情報、悪口等が目立った。保護者からの相談では、子供の名前を検索したら、本人が載せた名前や写真が見つかり、トラブル予防のために削除したいという相談が多い。青少年本人からの相談では、自分が投稿した情報が世界中に発信されていることを知らなかった等が多かった。

(こたエールの主な対応)

インターネット上に投稿されている情報を消せるのは、投稿した本人や投稿されている場所の管理者に限られていることを説明した上で、削除方法をわかりやすく具体的に教示することを心がけた。

(3) 件数の多い相談の考察 「交際」

3つ目に多い相談が「交際」に関するもので、228件ある。

「こたエール」の年次報告の寸評には、「実際に会ったケースは22件、11%と少ない」という記載があったが、私自身は、個人的に、10人に1人は実際に会っているわけだから意外と多いという印象を抱いた。

知り合ったきっかけはSNSが半分超と

件数の多い相談の考察

■ 交際228件(9%)

(特徴)

- 実際に会ったケースは22件、11%と少ない
- 知り合ったきっかけはSNSが53%。出会い系サイトが増加(2件→14件)
- 見知らぬ人への自身の画像送信に対する不安、個人情報を送ってしまった後から不安を感じて相談してくる事例が増加。

(こたエールの主な対応)

青少年には、相手に渡した画像や情報は取り戻すことが困難であることを説明し、保護者をはじめ周囲の大人の力を借りながら対処するように促した。画像の悪用を心配する相談者には、悪用が発覚した時点で削除依頼を出す等の対処法があることを説明し、同じ失敗を繰り返さないことが大事だと助言する。

圧倒的に多く、これは想像のとおりであった。意外だったのは、出会い系サイトがきっかけとなっているケースが増えた点である。先ほど来の報告の中でも、出会い系サイトについては、福祉犯罪の被害はほぼ問題ないレベルまで来ているとされている。そのような中で、なぜここで「こたエール」に寄せられる相談だけ、出会い系サイトに起因するものが増えているのか気になったので確認したところ、「こたエール」の年次報告の中で「出会い系サイト」に起因するものとして分類しているのは、出会い系サイト規制法において定義される「出会い系サイト」のみならず、サイトの主たる目的に広く交際が含まれるという意味で、いわゆる「コミュニティサイト」に起因するものも含まれているということであったので合点がいった次第である。

3つ目の特徴として、見知らぬ人への自身の画像送信に対する不安というのもあった。リベンジポルノに発展しそうな相談もあったのではないかとかがえる。

私がかつて間接的に受けた相談の中には、高1の娘の裸の画像を高1の元彼が「LINE」で友達に流したという事案で、娘は大ごとにしたくないと言っているのだが、母親としては許し難いので娘の意に反してでも刑事告訴したいができるかという相談もあった。御存知の方も多いと思うが、保護者には法定代理人として独立した告訴権があるので、娘が嫌がっても告訴は可能なのだが、そもそもリベンジポルノとして対処する前に、18歳未満の裸の画像は児童ポルノに該当するものであるから、告訴がなくても処罰の対象である。したがって、いずれにしても捜査はできるのだが、やはりこの問題は、被害者である娘さんの意思を尊重し、よく親子で話し合っどう解決するのかを考えた方がよいだろうと助言した。

(4) 件数の多い相談の考察 「依存」

4つ目に多い相談が依存に関する問題である。「こたエール」への相談は、中学生の保護者からのものが圧倒的に多い。この中には、ネット依存やゲーム依存も含まれているようだが、依存する年齢層として中学生が多いことが分かる。

対応としては、基本的には生活習慣の見直しを提案するが、そのレベルを超えている場合には、医療的な対応の必要性も示唆し、専門の機関を紹介している。

件数の多い相談の考察

■ 依存 41件(2%)

(特徴)

- 中学生の保護者からの相談が圧倒的に多い。
- 依存にかかる端末はPC12件とスマホ15件だが、携帯ゲーム機が増加(0件→6件)
- 朝起きられない、勉強に集中できずに学力が落ちた、不登校になってしまった等、日常生活に支障をきたし、家族から精神的な苦しみを訴える相談が多い。

(対応)

- 保護者が自力で対処できない場合は専門機関を紹介
- 単に不安に感じている保護者には、生活習慣の見直しを提案



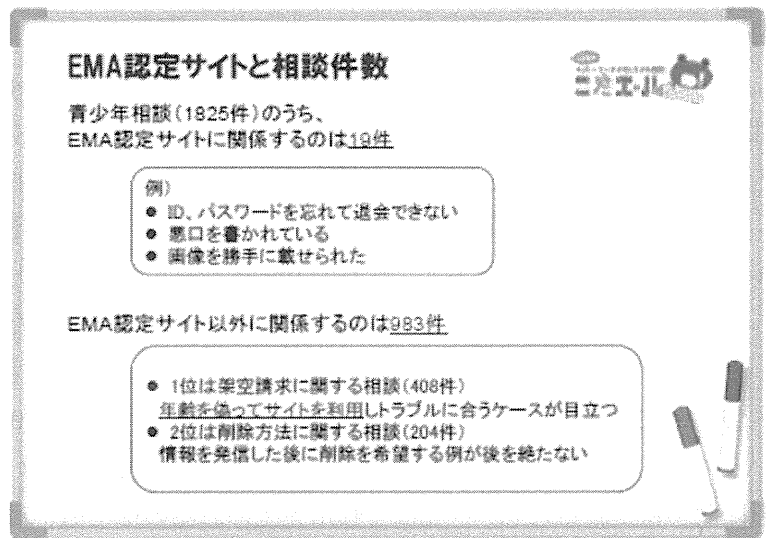


2 EMA 認定サイトと相談件数

続いて、年次報告の中に EMA が認定しているサイトと相談件数との相関について触れているところがあったので、概要を御紹介する。

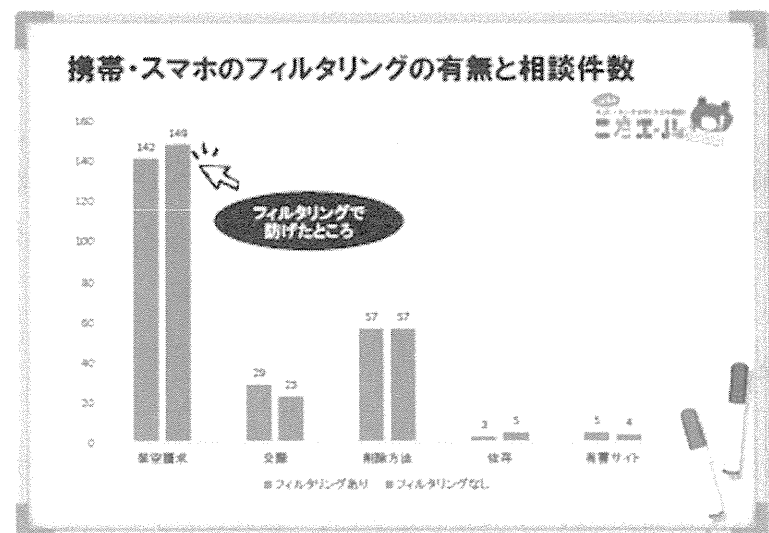
青少年に関する相談全体のうち、EMA 認定サイトに関係するものは 19 件と極めて少ない。逆に、認定サイト以外のもに関係するものは 938 件となっており、ここには歴然とした差が見て取れた。

とは言え、EMA 認定サイトでもトラブルがあるというのはどういうことか気になったので詳しく聞いたところ、例えばそのサイトを利用する上での ID・パスワードを忘れて退会できないなど、トラブルの性質としては、特段当該サイトに問題があるわけではない相談も含まれている。必ずしも EMA の認定基準に問題があるということではないと言えるだろう。特に「架空請求」については、EMA 認定サイト以外での相談がほとんどということであった。



3 携帯・スマホのフィルタリングの有無と相談件数

このグラフ(右図)は、携帯電話・スマートフォンのフィルタリングの利用状況と相談件数との相関を見ている。増加傾向にある主たる相談内容ごとに、相談者がフィルタリングを使っていた数と使っていなかった数を並べてみた。「架空請求」の場合は半々くらいであったが、中にはフィルタリングを使っているにもかかわらず架空請求の相談に来たという例があったのは意外であった。なぜなら、フィルタリングというのはまさに有害サイトの閲覧を防ぐためのものなので、なぜフィルタリングをかけているにもかかわらず、そのような有害なサイトにアクセスできてしまったかが疑問だったからである。



とは言え、フィルタリングの利用の有無はあくまで自己申告であり、客観的に「こたエール」において検証したわけではないから、かけているつもりでもかかっていたいなかったという場合もあるかもしれない。また、通常のフィルタリングは、URL データベースに登録されている問題のサイトを閲覧できなくする

わけなので、URL データベースに登録されていないサイトは閲覧できてしまう。架空請求サイトは次から次へと消えては新しいものが出てくるので、作られたばかりのサイトであれば、まだフィルタリングデータベースに登録されておらず、フィルタリングはかけているけれども当該サイトは閲覧できるという状況も考えられる。

これはセキュリティ業界で言うところのいわゆる「ゼロデイ攻撃」のようなものである。OS 等の脆弱性が公表されてから対応が取られるまでの間隙を突いて仕掛けられる攻撃を「ゼロデイ攻撃」と言うが、それに近いものであり、フィルタリングでは 100%は防ぎきれない。

もう 1 つ考えられる可能性は接続環境の問題である。携帯電話事業者の回線を使った接続に対するフィルタリングはかかっているが、自宅で Wi-Fi を経由して接続していたからフィルタリングが効いていなかったということもあるだろう。また、アプリを使って接続した結果フィルタリングが効いていなかったということもあるだろう。ここは詳しく分析してみないと何とも言えないところだと思う。

警察の広報を見ていると、福祉犯罪の被害に遭った児童の 9 割以上がフィルタリング未加入であったというのをよく聞く。それを聞くと、フィルタリングをかけていないから、被害に遭ったのではないかという印象を持たれると思う。先ほど藤川先生のお話の中でも、21%ぐらいの子供はアプリの起動制限まできちんとできるフィルタリングをかけていないのではないかとの推察もあった。フィルタリングをかけていても「Twitter」や「LINE」といったアプリの機能制限はかけていない児童も恐らくいるわけだが、その子供たち全員が福祉犯罪の被害に遭っているわけではない。では、なぜ同じように「LINE」や「Twitter」のアプリを使っているのに、被害に遭う子供と被害に遭わない子供が出てくるのか。それはフィルタリングをかけているかどうかではなくて、親子の関わりによるところが大きいのではないかと思う。

つまり、親が子供の行動に関心があると、結果的にはきちんとフィルタリングをかけていたりするので、比較的被害にも遭いにくい。他方、子供に無関心な親や、共働きで忙しく、子供に関わる時間がない親の場合には、結果的にフィルタリングをきちんとかけていなかったということもある。そのような親子関係だからこそ、子供たちは、家庭内で居場所がなく、外で出会いを求めたり、愛情が欲しくて大人との出会いを求めたりし、結果的に援助交際につながっていくというケースもあるのではないかと思う。

フィルタリングをかけていれば子供が守れるということではない。正しい親子の関わりがあることが大前提であり、フィルタリングは子供を守る手段の 1 つでしかない。個人的には、フィルタリング自体を目的にしていくのは誤った方向性に進んでしまうような気がする。

4 事例紹介

ここからは事例について説明する。警察庁から、コミュニティサイトの中で被害児童の多かったものがいくつか発表されていたが、その中で一番被害が多かったものが「友達作り Talk」で被害児童数は 101 人であった。

このアプリでまず気になったのが、「Google Play」の中のレーティングが 12 歳以上ということである。

「App Store」の場合だと「17+」になっているので 18 歳未満は使えないということになるが、「Google Play」と「App Store」とでレーティングが異なっているのが気にかかった。

レーティングが間違っていると、フィルタリングソフトを子供のスマートフォンに導入されている方の

中には、一定のアプリを使わせるか使わせないかは年齢のレーティングを基準にして個別に設定している保護者の方もいらっしゃるのですが、18歳未満でも推奨しているアプリなら安心と考えて使えるように設定していたところ、本来は児童が使うべきではないアプリがプラットフォーム事業者の間違ったレーティングによって子供の利用が許可されているという実態につながりかねない。したがって、レーティングはきちんと忠実に実態を反映させるべく見直しを行うことが必要だと思う。

「友達作り Talk」アプリについては、非常に被害が多いと注目された結果、事業者がアプリ内で「LINE」のIDの交換ができないように制限をかけたようである。それに対してアプリをダウンロードするページのレビューに児童から多くのクレームが書き込まれている。「出会い系なのに「LINE」IDの交換ができないなんて意味わからん」というようなクレームもあった。恐らくこれまで使っていた児童は制限がきつくなり、使いづらくなったことにより、より制限の緩い別のアプリを見つけてそちらに移行していくだろう。

もう1つ、被害が多いとされたのが「ぎゃるる」というアプリで、このアプリに起因する被害児童数は第2位の96人であった。少し前まではAndroid版しかなかったが、今はiOS版も登場している。レーティングは「Google Play」が12+、「App Store」が17+と、ここでもやはり年齢の評価に違いが出てきている。しかし、実際にこのアプリをダウンロードして使用しようとする、最初の登録画面で「18歳未満の方はご利用いただけません」と表示されるので、「Google Play」のレーティングは中身を見ていないなという気がした。このアプリは、GPSの機能を使って、自分が今いる場所に近いところにいる同じアプリの利用者のプロフィールを画像で表示するもので、すぐにリアルで会う仲間を探しやすいのが特徴である。必然的に、実際に会って援助交際等に発展する可能性が極めて高くなる。

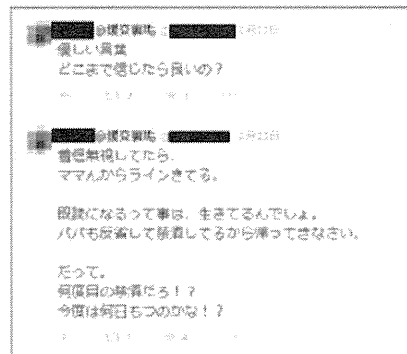
続いて、「Twitter」を使った援助交際の実態の事例を紹介する。投稿していたのは15歳の女の子である。「朝っぱらから両親が夫婦げんかしていて気が滅入る」、「お父さんの稼ぎが少ないのは自分のせいじゃないし、お兄さんが引きこもりなのも自分のせいじゃないのに、何だか知らないけれども自分に八つ当たりする。ミニスカ履いたぐらいで一々うるさい」と、この年頃の子供によくありそうな反抗的な態度ではあるが、それがきっかけで家出をし、東京から大阪のUSJに遊びに来たと言う。お金はほとんど持っていない中で、遊ぶお金と泊まる場所も確保しなければならないので、着くなり早速、自分がいる場所を写真で撮り、「この場所が分かる人だけメールください」と書き込んで援助交際の相手を募集していた。「iPhoneを充電させてくれる人」という条件がついているところが、今時どこでも充電はできるので、子供らしいなと感じた。

次のツイートを見ると、「やり逃げされた」と書いてある。そればかりか財布の中にあった現金の1万円も取られたしパンツも盗まれたとのことであり、警察に行ったらどうなるか、フォロワーの人に相談している。フォロワーからは、警察に行けば間違いなく強制送還されるだろうとコメントがなされ、結局泣き寝入りしたそうである。

家出少女の脆く切ない現実

ここまで見ていると、「何をやっているんだ」という感じもするが、更に続くツイートを見ていると少し気の毒だなと思えてきた。「優しい言葉どこまで信じたらいいの?」、「着信無視してたらママからラインきてる」といったものが投稿されており、やはり親に構ってほしい、自分を見てほしいという気持ちがあるのだなということが分かる。

援助交際というあたかも自分の意志でお金目的でしているという印象が強くなりますが、視点を変えれば児童買春という犯罪です。好きでやっているように見えても、実は家庭内に問題を抱えており、家に帰りたくない、構れないということもあります。そして、そのことを相談できる大人が周りにいないとき、一晩だけでも家に帰らずに済むようにと、援助交際にたどり着くケースがあります。



援助交際というと、「自分の意思で、お金目的で売春している悪い子」という印象が強くなるが、視点を変えれば児童買春という犯罪でもある。好きでやっているように見えても、実は家庭内で性的虐待を受けているなど家庭環境が複雑な子供もおり、家が安心できる安全な場所ではないために家に帰りたくない、そのことを相談できる大人が周りにいないときに結局一晩だけ泊めてくれる相手を探して援助交際につながっていく、ということもあると思う。このような子供たちの心情をよく踏まえた上での対応が必要だと思う。

5 サイバー補導の実施状況

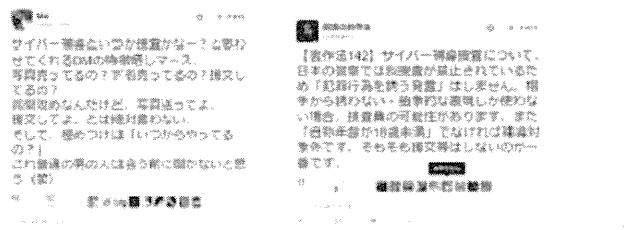
このような実態を踏まえ、警察では、サイバー補導を強化して、深刻な被害に遭う前に児童を保護している。警察庁の発表でもかなりの数の児童が保護されているのが見て取れる。

それはそれで非常に良いことだと思うので今後もやっていただきたいが、敵もさる者で、サイバー補導を受ける側の少女たちもそう簡単に補導員に引っかかるものかと、「Twitter」で警察対策を募集していたりする。これ(右図)もそうだ。何かアイデアがないかと募集したところ、「相手に顔写真を要求したらどうか」と

サイバー補導の実施状況

警察庁発表
平成25年から26年までのサイバー補導による補導児童は597人。
補導した児童の目的は援助交際が366人、下着売買が223人、両方が8人。補導児童の6割は非行・補導歴なし。
警察が現場で接触できなかった件数は11,955件

うまく補導に至った場合はよいが、彼女らの、サイバー補導に引っかからないための情報リテラシー能力は侮れない。



いうアドバイスがなされている。要するに、「まず実際に会う前の段階で写メを送ってくれ」ということである。普通に買春しようとする大人はどこかから拾ってきたイケメンの写真を送ったりするが、さすがに補導員がそういうことはできない。だからといって自分の写真は、よほど自信がない限りは相手は応じてくれないだろうから、このような対抗手段をとられるとなかなか難しいのではないかと思う。

また、「サイバー警察のアカウントを分かっていたら、それを教えてくれ」という投稿もある。「このアカウントはサイバー補導をやっている捜査員だよ」と、見抜かれてしまうと、それらが要注意アカウントとしてリスト化されて流通してしまうということもあり得る。このような実態も現実にあるということ

をわきまえた上で、相手の上を行く補導の手法を考えなければならない。

以前にインターネット・ホットラインセンターで見たゲイの掲示板サイトは、無料で見られるエリアにはわいせつな違法画像はないのだが、メンバーエリアに入ると無修正のものがあるのだろうとかがえた。しかし、メンバーエリアに入るためのパスをもらうためには、相手が指定した銘柄のボックスティッシュを背景に自分の裸を自撮りして画像を何枚か送れというルールがあり、さすがに私たちが自分の裸の写真を撮って送るわけにはいかないので遠慮したということもあった。

サイバー補導への警戒にも対応を強めていく必要があると思う。

他にも、「サイバー補導というか捜査かなー？と思わせてくれる DM の特徴晒しマース」として、「よくありがちなのが、写真売ってるの？とか下着売ってるの？とか援交してるの？とかとにかく質問攻め、これが怪しい。写真送ってよとか。でも、決して援交してとはみずからは言わない。」というサイバー補導の補導員の書き込みの特徴が掲載されている。これはおとり捜査になってしまうからということであろうか。このような特徴を相手は把握しているので、これに合致するようなアプローチをしていたら相手はその書き込みをサイバー補導であると見抜いてしまう。

もう1つ、【裏作法 142】として、「日本の警察ではおとり捜査は禁止されているため犯意誘発型の発言はしない、だから相手からは決して誘ってこない、抽象的な表現しか使わない場合には捜査員の可能性がある」、また、「自称年齢が 18 歳未満でなければ補導対象外なので年齢を偽っておけばいい」などの助言も掲載されていた。

こういったところを補導する側が把握しておく必要があるだろう。

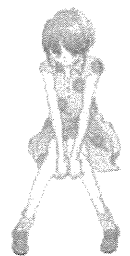
6 相談者が、家族に知られたくない理由

あるリベンジポルノの相談で、14 歳の女の子から、「相手から性的画像を送れと言われているが、どうしていいか分からない」という相談が相談機関に寄せられた。両親には知られたくないというところがポイントである。なぜかたくなに家族に知られたくないと言い張るのか、その理由を聞いたところ 3 つあった。まず 1 つ目が、自分が児童ポルノ法で罰せられるのではないかという不安であり、主に警察に行きたくないという意味である。2 つ目は、親に知られると怒られる。3 つ目は、せっかく買ってもらったスマホやタブレットを没収されてしまうのは、それはそれで困るということであった。その結果、親への相談をためらうことになる。

相談機関において相談に当たる人は、このことを念頭に置いて初期アプローチを慎重にやらなければならない。軽々に「これはまず親に相談ですよ」などと言ってしまうと、そこで連絡を絶たれてしまう可能性がある。

相談者が、家族に知られたくない理由

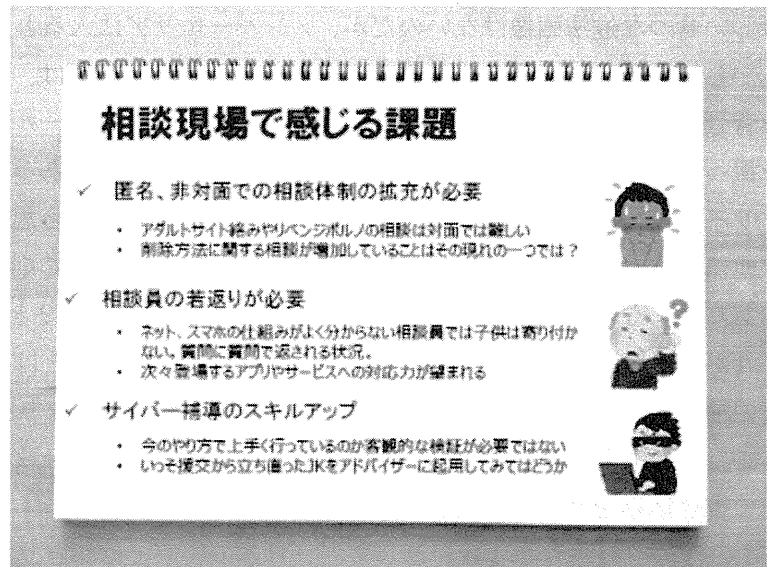
1. 相談者自身が罰せられるのではないかという不安。
2. 親から怒られるのが怖い。
3. 親からスマホ、タブレットを没収されることへの不安。



まとめ

まとめとして、相談現場で感じる課題を3つ挙げた。

1つ目が、匿名・非対面での相談体制の更なる拡充が必要ではないかということだ。その理由は、アダルトサイトに関連する相談やリベンジポルノの相談は、なかなか対面では言いづらいということがある。例えば100%被害者だったとしても、自分の裸の写真の問題で男性に相談するというのは女性としては難しいだろう。したがって、オンラインで、しかも匿名で相談できる仕組みが必要だと思う。削除方法に関する相談が増加していることはその現れの一つでは？



う。削除方法に関する相談が増加していることはこうした傾向の現れだと思う。

2つ目は、相談員の若返りが必要だということである。人権侵害があった場合等には、最寄りの人権相談所に行くようにアドバイスするが、人権相談所の相談員の方は学校の校長先生だった方が引退後にやっていたりするので、必ずしもネットの問題には精通していない。人生相談には乗れるかもしれないが、特に技術的な回答が求められるものについてはなかなか対応が難しい。

したがって、このような相談現場に若い人も参画していくことが必要だと思う。また、様々なサービスやアプリが登場する中で、個々のサービスごとに具体的な対応方法に関する知識が必要となってくるので、勉強も欠かせない。

3つ目は、サイバー補導のスキルアップである。先ほど申し上げたように、相手も相手でそれなりに補導をいかくぐる勉強をしているので、今までのやり方でうまくいっているのかどうか客観的に検証が必要ではないかと思う。サイバー補導で何人補導したかということは分かるが、取り逃がした暗数は分からない。取り逃がしたかどうかは、恐らく、補導している側では見えてこない。児童の側から見ると、怪しい書き込みが来たからうまく交わしたという感覚で、「この書き込みはサイバー補導だったのだろう」ということが分かるのだろうが、それを何とか客観的に検証する必要があるのではないかと考えている。

どうすればそのような知恵のついた児童をうまくおびき出して補導できるかという部分は、過去に援助交際をやっていた子供で今は立ち直った人から助言をもらうなどして、知恵を借りてやっていくということも必要だと思う。

【パネリスト発表②】インターネットに起因する福祉犯について

警視庁生活安全部少年育成課福祉犯担当管理官 木原茂

私からはインターネットに起因する福祉犯についてお話をさせていただきます。

インターネットに起因する 福祉犯について



警視庁生活安全部少年育成課
福祉犯担当管理官 木原 茂

1 警視庁における福祉犯の実態

(1) 福祉犯とは

「福祉犯」とは、少年の福祉を害する犯罪のことで、少年の健全育成を著しく阻害し、看過してはならない犯罪である。近年、インターネットに起因する福祉犯被害が増加傾向にあり、いわゆる援助交際をしていた児童が売春組織で売春を強要されたり、無料アプリのID交換掲示板を利用して不特定の者と知り合った児童が児童買春等の犯罪に巻き込まれたりするなど、極めて憂慮すべき状況にある。福祉犯を担当する私たちは、有害な環境に置かれ、その福祉を害されている少年を早期に救出・保護するため、児童福祉法等の法令を使って取締りを行っている。

福祉犯とは

【福祉犯】

「少年の福祉を害する犯罪」のこと

【取締法令】

児童福祉法、児童買春・児童ポルノ禁止法、出会い系サイト規制法、未成年者飲酒禁止法、未成年者喫煙禁止法、青少年健全育成条例、風営適正化法、労働基準法、職業安定法、覚せい剤取締法、大麻取締法……など

児童福祉法等の法令を使って取締りを行っている。

(2) 警視庁における福祉犯取締状況

この表（右図）は、平成 27 年中の警視庁における福祉犯取締状況をまとめたものである。被害少年数の欄を御覧いただくと、被害少年の多くが児童買春・児童ポルノ禁止法や青少年健全育成条例の被害少年であることが分かる。また、出会い系サイト規制法の検挙人員が 122 人となっているが、そのうち半数近くの 55 人が少年の被疑者であった。このように、少年が福祉犯の被害に遭う事案のほか、インターネット上への不適切な書き込みや画像等の投稿により少年が検挙される事案も発生している。

警視庁における福祉犯取締状況（平成27年中）															
	総 数	児童福祉法	児童買春・児童ポルノ禁止法		職業安定法	労働基準法	風営適正化法	売春防止法	未成年者飲酒禁止法	未成年者喫煙禁止法	大麻取締法	覚せい剤取締法	青少年健全育成条例	出会い系サイト規制法	その他
			児童買春	児童ポルノ											
検挙件数	619	20	93	163	1	5	15	1	10	31	6	2	143	126	3
検挙人員	582	18	88	137	2	9	15	0	13	32	6	2	136	122	2
被害少年数	369	20	75	45	1	5	35	1	15	32	6	2	129	0	3

(3) 福祉犯の被害少年

福祉犯の被害少年 369 人のうち、出会い系サイト及びコミュニティサイトに起因する事犯の被害少年は 192 人で約半数を占めている。近年、出会い系サイトに起因する福祉犯の被害少年数が減少し、コミュニティサイトに起因する福祉犯の被害少年数が増加していることから、児童買春等の前提となる「出会い」はコミュニティサイトへ移行していると考えられる。そこから個別に相手を探してやりとりをする ID 交換掲示板へ移行しているというのが実態である。

法令別に見てみると、児童買春・児童ポルノ禁止法が 96 人、青少年健全育成条例が 91 人、児童福祉法が 5 人となっている。

なお、この児童福祉法 5 人のうち 4 人は、被疑者が児童を装って援助交際の書き込みをして児童に売春をさせる、いわゆる「援デリ事犯」の被害少年であった。援デリ事犯の検挙事例については後ほど紹介させていただく。

コミュニティサイトに起因する福祉犯の被害少年数は高水準で推移しており、被害事例を見てみると、多くの少年がインターネット上で知り合った者と接触することに抵抗を感じていないほか、コミュニティ

福祉犯の被害少年	
被害少年数（人）	369
うち 出会い系サイトに起因する事犯	4
うち コミュニティサイトに起因する事犯	188
出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する福祉犯の被害少年数（人）	
児童買春・児童ポルノ禁止法	96
児童買春	67
児童ポルノ	29
青少年健全育成条例	91
反倫理的な性交等	81
着用済み下着等の貰受け	5
深夜外出の制限	5
児童福祉法	5

サイト上における個人情報の公開や不正なアプリのダウンロードによる端末利用者情報等の外部送信の危険性に対する認識が希薄であることがうかがえる。

また、アクセス手段の多くがスマートフォンであるが、被害少年の保護者の中には携帯ゲーム機や携帯音楽プレーヤーでもインターネットに接続できることをご存じない方もいる。

(4) 検挙事例 児童買春・児童ポルノ禁止法違反（児童買春）

ここで児童買春事犯の検挙事例を紹介する。本件は、被疑者が、SNS で知り合った当時 15 歳の中学 3 年生の女子児童に対し、現金 3 万円をあげると約束してラブホテルで性交したという事案である。

なお、この被害児童は、自宅にあった弟の通信教育用タブレットを使用して被疑者と出会い、被害に遭っている。

検挙事例

児童買春・児童ポルノ禁止法違反（児童買春）

甲男（34歳）は、平成〇年〇月〇日、埼玉県比企郡に所在するラブホテルにおいて、A女（当時15歳）が18歳に満たない児童であることを知りながら、同児童に対し、現金3万円の対償を供与することを約束し、同児童にわいせつな行為をし、もって児童買春をしたもの。

(5) 検挙事例 児童福祉法違反（児童に淫行させる行為）及び売春防止法違反（売春の周旋）

次に、いわゆる「援デリ事犯」の検挙事例を紹介する。本件は、児童を装って援助交際を求める書き込みを行い、当時 16 歳の女子児童に売春をさせた事案である。被害児童は、親とけんかをして家出中に漫画喫茶でコミュニティサイトに「仕事を紹介してくれる人」と書き込みをして被疑者と出会い、売春婦として稼働させられていた。被疑者は出会い系サイトによって遊客を募っていた。

援助交際を求める児童に巧みに近づき、援助交際していることをばらすと脅すなどして、児童を売春地獄に陥れる悪質な事案が発生している。

検挙事例

児童福祉法違反（児童に淫行させる行為） 及び売春防止法違反（売春の周旋）

甲男（33歳）、乙男（20歳）は共謀の上、A女（当時16歳）が18歳に満たない児童であることを知りながら、同児童に対し、コミュニティサイトを利用して募った遊客を相手に売春をさせようと企て、平成〇年〇月〇日、甲男が募った不特定多数の遊客から現金3万円の対償を受ける約束の下、同人との待ち合わせ場所である東京都豊島区西池袋〇丁目〇番付近に児童を赴かせ、同所で同児童に遊客を売春の相手方として引き合わせた上、同日、東京都豊島区内の遊客方居室において、同児童に遊客を相手に性交させ、もって売春の周旋をするともに、児童に淫行させたもの。

(6) 児童買春事犯の実態

児童買春事犯の被害少年 75 人のうち、出会い系サイト及びコミュニティサイトに起因する事犯の被害少年は 67 人で、全体の約 9 割を占めている。67 人のアクセス手段は、— あくまで手集計であるが — 携帯電話が 62 人、うちスマートフォンが 58 人、iPod が 3 人、タブレットが 2 人である。また、過去にはアクセス手段が携帯ゲーム機という事案も発生している。

アクセス手段が携帯電話であった 62 人のフィルタリングの設定状況について確認したところ、残念ながらフィルタリングの設定が確認できた者はいなかった。

最近の傾向としては、中学生・高校生を始めとする少年がスマートフォン等を使用してインターネット上のサイト等を介して援助交際を行っている事案、少年が自ら進んで被害者と出会うきっかけを作っている事案が多く発生している。

児童買春事犯	
児童買春の被害少年数 (人)	75
うち 出会い系サイトに起因する事犯	1
うち コミュニティサイトに起因する事犯	66
出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する児童買春事犯の被害少年数 (人)	67
アクセス手段 ～ 携帯電話	62
スマートフォン	58
従来型携帯電話	2
不明	2
アクセス手段 ～ iPod	3
アクセス手段 ～ タブレット	2
フィルタリング	
あり ～	0
なし ～	45
不明 ～	17

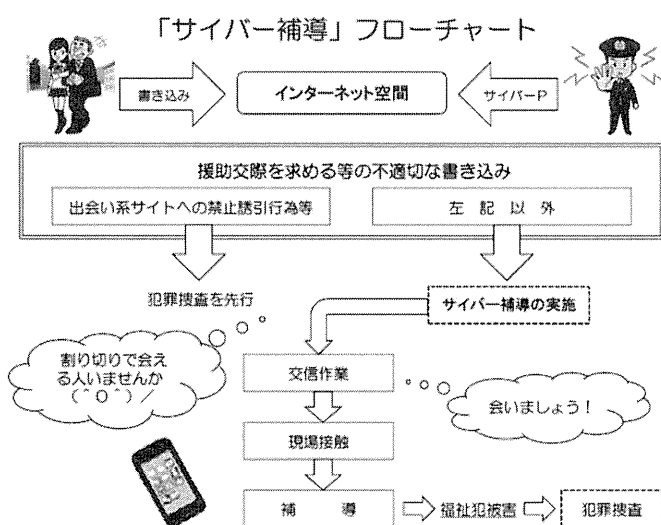
2 サイバー補導の実施状況

(1) 「サイバー補導」フローチャート

中学生・高校生を始めとする少年がスマートフォン等を使用してインターネット上のサイトを介して援助交際を行うものに対しては、従来のような街頭補導では福祉犯被害の防止を図ることは困難であることから、警察庁の通達に基づき、試行実施を経て、平成 25 年 10 月から全国の都道府県警察においてサイバー補導を実施している。

警察職員がサイバーパトロールによって、援助交際を求める等のインターネット上の不適切な書き込みを発見し、書き込みを行った少年と接触して直接注意・指導している。ほとんどの事例において、補導した少年自身に反省を促し、また、保護者からも感謝の言葉をいただいているところである。

なお、警視庁では、平成 27 年中、サイバー補導を端緒として児童買春等の福祉犯を 63 件、59 人検挙



している。

(2) 書き込み事例

これ(右図)は実際の書き込み事例である。書き込みについては女子高校生を「jk」、援助交際を「援」、ホテル代を「ホ別」と表現するなど、隠語・略語を使って書かれている。

書き込み事例

【援助交際】

援 東京/17/jk2/ホ別、ゴム有、キス・フェラ
無し、3.5~/撮影NG

(高校2年生 17歳)

鶯谷付近、キスフェラ有、ゴムホベツ2.5で

(中学2年生 14歳)

【下着売買】

使用済み下着売ります。フェラ、手コキはなしです。

(高校3年生 17歳)

(3) サイバー補導した少年の状況等

警視庁では、平成27年中、サイバー補導で446人の少年を補導している。非行歴・補導歴のない少年が337人で全体の約8割を占めている反面、福祉犯被害歴のある少年が約3割に当たる150人もいた。

なお、福祉犯被害歴のある少年のすべてが女子であった。

サイバー補導の対象となる書き込みを発見し、警察からメール等を送信した後、少年と思われる者から返信が来たが現場で接触できなかった件数が実は約1万3000件もあった。こ

うしたことからも、福祉犯の被害少年数の暗数がかかなりあると推認される。

なお、少年が使用した機器のほとんどがスマートフォンだった。

サイバー補導した少年の状況等

目的	合計	中学生	高校生	専門 学校生	無職 少年	有職 少年	非行・補導歴		福祉犯被害歴	
							有	無	有	無
援助交際	314	39	253	3	19	0	73	241	114	200
	213	26	166	2	19	0	61	152	114	99
下着売買	123	10	97	2	12	2	31	92	29	94
	119	10	93	2	12	2	31	88	29	90
両方	9	2	6	0	1	0	5	4	7	2
	9	2	6	0	1	0	5	4	7	2
合計	446	51	356	5	32	2	109	337	150	296
	341	38	265	4	32	2	97	244	150	191

少年が使用した機器 スマートフォン ～ 439
従来型携帯電話 ～ 1
その他(iPod・iPad・パソコン) ～ 6

※下段は女子の内数

3 児童ポルノ事犯

(1) 児童ポルノ事犯の態様別検挙状況

児童ポルノ事犯の態様別検挙状況は御覧のとおり（右図）である。被害少年数を見ると、単純製造罪が 39 人で全体の約 9 割を占めている。また、児童ポルノ事犯の検挙人員 137 人のうち、約 1 割に当たる 17 人が少年の被疑者であった。中高校生による児童ポルノ単純製造罪の事案が散見されるところである。

児童ポルノ事犯							
	総 数	特定少数に対する児童ポルノ提供	特定少数に対する提供目的の児童ポルノ製造	単 純 製 造	盗 撮 製 造	不特定多数に対する児童ポルノ提供・公然陳列	不特定多数に対する提供目的の児童ポルノ所持
検挙件数	163	1	1	61	4	95	1
検挙人員	137	1	1	40	1	93	1
被害少年数	45	0	1	39	3	2	0

(2) 児童ポルノ単純製造事犯の検挙件数

児童ポルノ単純製造罪の検挙件数 61 件のうち、出会い系サイト及びコミュニティサイトに起因する事犯は 43 件で、全体の約 7 割を占めている。

さらに詳細を見てみると、つき合っている彼氏やインターネット上で知り合った者に心を許し、また、言葉巧みにだまされたり脅されたりして、自分の裸をスマートフォン等で撮影させられ、その画像を送信させられた事案が 24 件あった。こうした被害少年の中には、インターネットの向こう側にいる人がどんな人なのかを推し量る想像力や、悪いことを企んでいる人ではないのかと感じ取る危機意識が希薄な少年が認められる。

その他、児童買春等の際に性交等の場면을撮影されてしまった事案が 19 件あった。

この中で特異なものとして「Skype」を利用した事案があった。この事案は、32 歳の被疑者がパソコン、17 歳の被害児童が「iPod touch」を使い、「Skype」のテレビ電話機能による通話をしていた際に被疑者が被害児童に対して「iPod touch」の前で陰部等が露出した姿勢を取らせ、その様子を被疑者のパソコンに内蔵されている動画保存ソフトを使ってデータ保存し、児童ポルノを製造したというものである。2 人はオンラインゲーム仲間であった。

児童ポルノ事犯	
児童ポルノ単純製造事犯の検挙件数（件）	61
うち 出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する事犯	43
児童に自画撮りさせた上メール送信させるなど	24
児童買春等の行為を撮影するなど	19

言うまでもなく、児童ポルノ画像等のデータを一旦インターネット上に情報発信してしまうと回収することはほぼ不可能に近いが、このことを理解・認識している少年は少ないように感じられる。

(3) 検挙事例 児童買春・児童ポルノ禁止法違反（児童ポルノ単純製造）

次に、児童ポルノ単純製造罪の検挙事例を紹介する。被疑者がコミュニティサイトで知り合った当時 13 歳の中学 2 年生の女子児童に対し、自分の裸をスマートフォンで自画撮りさせた上、画像データをメールで送信させた事案である。この被害児童は、被疑者から送りつけられてきた「俺は刑務所にも行ったことがあるぞ」といった脅迫メールを見て、要求に応じなければ何をされるか分からないと思い、言われるがまま自分の裸を撮影し、送信してしまった。

検挙事例
児童買春・児童ポルノ禁止法違反（児童ポルノ単純製造）

甲男（23歳）は、A女（当時13歳）が18歳に満たない児童であることを知りながら、平成〇年〇月〇日、同児童の自宅において、同児童に乳房などを露出させる姿態をとらせ、これを同児童の携帯電話で撮影させた上、その画像データを甲男の携帯電話に送信させて受信し、同児童に係る児童ポルノを製造したもの。

4 青少年健全育成条例違反

(1) 青少年健全育成条例違反の検挙状況

青少年健全育成条例違反の検挙状況は御覧のとおり（右図）である。被害少年は 129 人であった。

なお、児童買春・児童ポルノ禁止法では児童に対して対償を供与し、又は対償の供与を約束して性交等をするを禁止しているが、青少年健全育成条例の反倫理的な性交等禁止違反についてはみだらな性交等を禁止している。

青少年健全育成条例違反

	総 数	反倫理的な 性交等禁止違反	着用品み下着等の 買受違反	深夜外出の 制限違反
検挙件数	143	123	5	15
検挙人員	136	113	5	18
被害少年数	129	107	5	17

(2) 青少年健全育成条例違反の被害少年

青少年健全育成条例違反の被害少年 129 人のうち、出会い系サイト及びコミュニティサイトに起因する事犯の被害少年は 91 人で、全体の約 7 割を占めている。これら少年の中には無防備に見知らぬ大人と会って被害に遭っている者が数多く見受けられる。

青少年健全育成条例違反

青少年健全育成条例違反の被害児童 (人)		129
反倫理的な性交等禁止違反		107
うち 出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する事犯		81
着用済み下着等の買受け違反		5
うち 出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する事犯		5
深夜外出の制限違反		17
うち 出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する事犯		5

(3) 出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する事犯の被害少年が被疑者と会った主な理由

この表(右図)は、出会い系サイト及びコミュニティサイトに起因する事犯の被害少年が被疑者と会った主な理由である。これは手集計、複数回答になっているが、「お金・品物をくれるから」が最も多く、「優しい人又は相談に乗ってくれる人だから」「遊ぶため」が続いている。

出会い系サイト・コミュニティサイトに起因する事犯の被害少年が被疑者と会った主な理由

理 由	(人)
お金・品物をくれるから	66
優しい人又は相談に乗ってくれる人だから	48
遊ぶため	26
性交するため	19
しつこく「会おう」と誘われたから	9
友達・彼氏を募集するため	8
家出中で泊めてくれるから	7
「好きだ」「付き合っ」と言われたから	5
寂しかったから	4

(手集計・複数回答)

5 その他の検挙事例 ～脅迫及び売春防止法違反(売春の周旋)～

最後に、19歳の大学生による脅迫及び売春防止法違反の検挙事例を紹介する。被疑者はいわゆる援デリによって小遣い稼ぎをしようと企て犯行に及んだ。手口について説明すると、まず被疑者は売春婦を見つけるため、若い女性をターゲットに SNS のフォロー申請を手当たり次第に行い、そこで知り合った女子高校生らを言葉巧みにだまし、援助交際を装った売春をすることを承諾させる。そして、被疑者自身が新たに SNS に援助交際を募集するアカウントを作り、女子高校生になりすまして書き込みを行い、遊客を募り、被疑者が募った遊客と女子高校生を引き合わせて売春をさせる。その後、売春をした女子高校生から仲介料と称して稼いだ現金の一部を指定した口座に振り込ませるというものであった。

本件発覚の端緒は、サイバー補導された A 女の保護者からの相談である。A 女はサイバー補導により補導されたが、被疑者はそのことを知る由もなく、連絡が取れなくなった A 女のことを「ばっくれた」と勘違いをして憤慨し、A 女に対し「お前が援助交際しようとしたことをばらすぞ」と脅迫メッセージを送りつけた。そこで脅迫罪で逮捕した。

B 女に係る事案については、被疑者の年齢知情が乏しいことから児童福祉法の児童に淫行させる行為等の立件を見送り、売春の周旋で逮捕した。

女子高校生らはインターネットで知り合った被疑者に一度も会ったことがないにもかかわらず、被害に遭ったということである。

おわりに

以上、平成 27 年中の検挙事例に基づき、インターネットに起因する福祉犯についてお話をさせていただいた。本年に入ってからインターネットに起因する福祉犯として、援デリ事犯のほか、「モデルにしてあげる」、「アイドル事務所に紹介してあげる」、「ビジュアル系バンドのメンバーに会わせてあげる」等の甘言を用いて児童をだまし、性的暴行を加えた児童福祉法違反事件等を検挙している。

こうした福祉犯の被害少年たちを見ていると、インターネットの向こう側には様々な考えを持った人がいて、優しい言葉・うれしい言葉をかけてくる人の中には悪意を持った人もいるということを想像することができない少年や、また、自己肯定感に乏しい少年が多く見受けられる。少年たちに対してこうした危険に気づかせる活動も更に進めていく必要があると考えている。

検挙事例

脅迫及び売春防止法違反（売春の周旋）

甲男（19歳）は、

【脅迫】

A 女（当時17歳）の同意の下、SNSを利用して募った不特定の遊客に同女を引き合わせ、援助交際をさせようとしたものであるが、同女からの連絡が途絶えたことに対し、平成〇年〇月〇日、SNSを利用して脅迫メッセージを送信し、同女を脅迫したものである。

【売春の周旋】

平成〇年〇月〇日、甲男が募った不特定多数の遊客から現金3万円の対価を受ける約束の下、同人との待ち合わせ場所である東京都渋谷区渋谷〇丁目〇番先路上にB女（当時17歳）を赴かせ、同所で同女に遊客を売春の相手方として引き合わせ、もって売春の周旋をしたものである。

【パネルディスカッション】

1 フロアからの質問への回答

(1) フィルタリングの設定に関する販売店・量販店への周知徹底について

名和 ここからはフロアの皆様からいただいた質問に答えていただきたい。

最初に藤川先生をお願いしたい。フィルタリングの設定に関して、現実にはスマートフォン等を販売する販売店・量販店等への周知徹底はどのようにされているのかという質問である。

藤川 先ほど少しデータもお示ししたが、量販店と系列店・直営店とで説明の仕方に大きな違いはない。これは恐らく周知徹底の仕方にも大きな違いがないということであり、書面上 ― 一部電子書類のようなもので契約するが ― 必要なチェックをしなければ契約はできないことになっている。当然、その中に利用者の年齢確認や、利用者が 18 歳未満である場合にはフィルタリングを利用するという原則についての説明を行い、そのことについての保護者の意思確認をするといった項目がどの会社でも入っているはずである。量販店であれ、それ以外の店であれ、そういった説明はしているはずである。このような書面による確認であれば、既に徹底されているということだろう。

恐らく、徹底されていない部分があるとすると、個々の店員の説明の中でフィルタリングをつける「Twitter」等が使えず、不便であるという説明がなされることがある。個人の見解なのか、あるいは、もしかすると後から利便性を損ねられたという苦情が来ることを事前に避けたいという心理が働くのかもしれない。これは量販店であれ、それ以外の直営店等であれ、一定の割合でそういうことが起こっているようだと思察される。

このことは、携帯電話事業者の方々も重々御承知であり、そういったことのないようにという指導が繰り返されていると思う。しかしながら、手続全体が複雑である中でフィルタリングについても時間を取って説明することがなかなか困難である場合もあるのだろう。特にこれから春休みになると非常に多くの方がスマートフォンを契約し、手続は 3 時間待ち、4 時間待ちが当たり前という状況になるので、そうした中で時間を取って説明することの困難さも背景にあるのではないかと思う。

もちろん改善を求めたいところではある。本来、事業者の方に伺うべきところだとは思いますが、私の理解では以上である。

名和 この点に関して、長谷部先生から補足があればお願いしたい。

長谷部 私もフィルタリングの研究者として携帯会社の御担当の方とお話しすることがあるが、藤川先生がおっしゃったとおりである。

携帯電話事業者としては、法律で定められているとおりのフィルタリングを提供しなければならないという部分の周知徹底はなされてはいるのだが、重要なのは、やはり個々の現場において、担当者がどのような対応をしているかということである。

特に、事務的に手続の最後になって、例えば保護者の方から「〇〇が使えないと聞いたのでフィルタリングを外してほしい」と言われ、危険性について特に説明することもなく、「これにサインして

いただければ結構です」と、書類を1枚作成して手続を終わってしまうということもあるのかもしれない。そこは何とも言えない。

(2) インターネット依存の定義について

名和 次に中山先生に、定義としてどこからインターネット依存なのか、予防的には依存になる前に対策を講じたいのだがという質問である。

中山 インターネットの使用障害・依存には一応3つのレベルがある。一番問題ないのは通常使用の方。その次に、インターネット使用障害というレベルがあり、こちらはインターネット依存も包括されるが、インターネットの使用によって何らかの問題が出ている方々のことを指す。一番トップにあるのがインターネット依存で、インターネットの依存的な使用 — 一言で言うとインターネットを制御して使用できないこと — を指す。

ところが、インターネット使用障害とインターネット依存の境界はかなり曖昧で、本人に聞くと、「俺は制御できている。例えば友達と遊びに行くときは制御できている。勉強するときは制御していないが、それはたまたまだ」、「ネットをやりたいからやっているだけだ」と言うなど、客観的に見ると明らかに制御できていないなというようなところもあるが、その境目はかなり曖昧である。

例えばアルコールの場合もそうだが、アメリカ精神医学会の診断基準では依存と使用障害は境界がよく分からないので、使用障害という捉え方をするようになってきている。インターネットに関しても同様で、依存と使用障害は分類が難しく、問題となるのはインターネットの使用によって何らかの悪影響が出ているということなので、使用障害という捉え方をしようということになってきている。

この人は依存だなと保護者の方などが客観的に思ったら、大抵その人は依存だということでもいいかと思うが、その境目はかなり曖昧なところがあるので、どこからどこまでが依存であると言うのは難しい。

さらに言えば、どうやら依存というのは非常に人聞きの悪い言葉のようである。依存と言うと、例えばお酒を飲んで暴れている人やクスリをやって幻覚に左右されて訳の分からないことを言っている人、などといった非常に悪いイメージがあるようである。したがって、依存なのか使用障害なのかは（私たちは）あまり区別しない。インターネット依存の患者に「あなたはインターネットの使用によって何らかの悪影響が出ていますね」と言うのと渋々認めることが多いので、インターネット使用障害という捉え方でいいかと思う。

悪影響のレベルは、例えば皆さんもネットを使用している方であれば遅くまで起きていた次の日に眠くなったということはあると思うが、（そうではなくて）明らかに社会生活に影響が出てきたりするような場合には、悪影響と捉えていいかと思う。

予防的な観点から言うと、使用障害にならない、依存にならないレベルの段階から啓発教育等をすべきである。約10%の方が5時間以上インターネットを使用し、その大半は依存的な使用だと思うので、予防的な観点からは全員の方に予防的な働き掛けを行うことが必要だと思う。

(3) 保護者による情報モラル教育について

名和 次に藤川先生にお願いしたい。子供が忙しいことと同様に親も忙しい。また、家庭ごとの状況や親の知識・関心が異なる中で、どうやって親が子供と一緒に情報モラルを考え、伝えていくようにするのが良いかという質問である。

藤川 これは教育研究者としては大変悩ましい問題である。子育てというのは親だけでできるものではないと考えるべきであるにもかかわらず、今、日本の社会は親が孤立しがちである。古今東西こんなに親だけが孤立して子供に向き合う社会は恐らくない。多くの社会では様々な人が協力して子供を支えている。

模範解答を言うならば多くの人で支えるしかないということだろう。現実的な対応を考えても、(どのような啓発活動をして)熱心な親しか来ないという実態があり、課題を抱えた保護者に何か伝えていくとか、その方々を変えていくということは非常に難しい。これは忙しさが理由の部分もあるだろうし、能力や素養や様々なことが関わってくると思う。私たちの社会ではどうも親に任せ過ぎているのではないかという問題意識を持ち、地域で支え合う仕組みをもう1回考えていくことが必要だろう。

例えば昔ながらの地域のコミュニティみたいなものもあるだろうし、今であれば、同じような趣味や同じような嗜好を持った方がつながるコミュニティもある。例えば以前に、ギャルママのコミュニティのお話も伺ったことがあるが、いわゆる「ギャル」と言われているような嗜好を持った女性が親になる中で孤立しがちであるので、そういう方々に、少し地域の枠を超えて駆け込み寺のような場所を作り、何かあったらそこに行って先輩のギャルママに相談するという取組もなされている。

そのようなことも含めて、地域や地域以外の何かでつながっていくことにより、親同士がつながれるコミュニティを作るということが大切である。学校等の取組においても、それぞれの親が自分の子供を見るのは当たり前だが、それに頼り過ぎずに、みんなでみんなを見る、親全体がつながって子供たちみんなを支えていくという発想を持てるようにするしかないだろうと思う。

これも空理空論に思われると嫌だが、千葉縣市川市で私どもがやっている取組では、地域の児童委員や民生委員の方が中心となり、地域の方に、いじめ問題を ― ネットいじめも含めて ― 社会教育として学習をしていただく。その学習をされた方が地元の小学校や中学校の出前授業に行く。グループに1人地域の方が入り、子供たちがいじめの問題について議論するのを聞いていただく取組をしている。そういう中で子供たちが抱えている課題も出てくるし、先生だけでは見切れない、親も把握できないような問題に気付くことも期待できる。さらに、地域には親・教師以外にもこのような「関わってくれる大人」がいるということを知ってもらえることもできる。

このような取組を地道にやっていくしかないと思う。つまり、大人というのは変わりにくいので、変わりにくい人を無理に変えようという発想ではなく、変わりにくい人がいるのであれば近くにいる人で支えていくしかないと考えて、みんなが支え合える社会を作るのが現実的ではないだろうか。

答えになったかどうか分からないが、以上である。

(4) 保護者への啓発について

名和 次に、長谷部先生にお願いしたい。子供のネット利用には保護者の見守り指導が必要であることを、学校等を回って保護者向けプレゼンをしている。スマートフォンは子供たちが手にしたその日からインスピレーションで次々触っているうちに使えるようになる道具である。保護者の中には、「スマートフォンの危険性は子供に言ってくれ」、「フィルタリングは難しくて分からないから子供に説明してほしい」とおっしゃる方が少なからずおられる。このような方々に保護者による見守りの必要性を訴えるにはどのようにしたら良いかという質問である。

長谷部 なかなか難題だが、良い質問をいただいた。

スマートフォンの危険性を子供に言うということは、もちろん大切なことだと思う。実際にインターネットに接続してサービスを使っている子供自身が、どのような危険があるかを知るということはもちろん重要であり、それはそのとおりである。

他方、「俺は分からないから子供に言っておいてくれればいい」と言う保護者の方に果たしてどこまでどういうふうにアプローチすれば良いかというのは非常に難しい問題だと思う。今日の私の話の繰り返しになるが、子供が大きくなって社会に出るときにきちんとインターネットが使えるようになっていなくて良いのか、また、きちんとインターネットが使えるようになるまでの過程においてつまづいてしまい、重大な問題が起きたりする可能性があるという点について保護者の方の理解を求められるかどうか重要である。

「難しいから任せる」という方にお話する場合には、保護者の方自身も関係者であるということをお話することが必要かと思う。今日もたくさんお話に出たが、子供がインターネットを利用する中で知らないうちに犯罪者になってしまうケースが年々増えてきている。いわゆる違法音楽ファイルのダウンロードによる著作権の話や威力業務妨害等、いろいろとある。そういった問題に関して、保護者にも責任があるということをまず理解していただくことが一つ重要な点になるのではないかと思う。

また、本質的に「見守り」という観点から言えば、保護者の方に難しいことを考えていただくのではなく、「子供のインターネット利用は、そうは言っても心配でしょう？」という問いかけをしてから、そうであれば子供に「インターネットの中でけんかなどしていないのか、大丈夫なのか」というちょっとした声掛けをしてあげるだけでもそれが「見守り」になるという話をし、そういったところから始めていただくようお願いするというやり方はあるかもしれない。

(5) ルール作りについて

名和 次はフロアからの最後の御質問になる。これは藤川先生にお願いしたい。子供がスマートフォンを利用する上で、あるいはウェブを利用する上で、最低限守るべきルールや注意事項があれば、諸先生方の立場から見解をお教えいただきたい。また、告知しているサイト等があれば御教示いただきたいという質問である。

藤川 この質問への答えはなかなか大変である。つまり、「端的に」言えるほど単純な話ではないというのがまず前提である。

しかし、御質問なので私なりに整理すると、少しずるいかもしれないが2つある。1つは「ルールを守りましょう」ということだ。どういうルールを守るべきかと聞かれてこの答えはまずいのだが、「ルールを守りましょう」ということが1つである。もう1つは、「慎重に立ち止まって考える習慣をつけましょう」ということである。

これは恐らく一般社会でネット以外の場面で過ごすときにも同じである。交通ルールを守る、校則を守るなど、そういうことに近いのかもしれないし、何かあったときに慌てずに、よく確認して行動しようということと一緒だと思う。

守るべきルールは多い。法律でも、児童ポルノを作ってはいけない、リベンジポルノをやってはいけない、援助交際をしてはいけない、あるいは犯行予告をいわずらで書いてはいけないとか、こういったルールは法律で決まってい守らなければいけない。どれも知らなくて良いという話ではないが、一つ一つのことにについては子供たちにはあまり知られていないかもしれない。しかしながら、知らなくて良いということにはならないので、やはり「ルールを守りましょう」と言うしかない。

あるいは、「18歳未満の人は使わないで」とされているサービスを子供が使うということも、ルール違反である。吉川さんのお話にもあったように、そのルールを破って使ってしまうと大きなトラブルになる。やはりルールを守ってくれとしか言いようがない。迷うのであれば、あるいは、そのルールが分からないのであれば、それは慎重に立ち止まって考える。こう言うしかないのかなと思う。

また、まとまっているものはないのかということだが、端的には言い切れないのであまりまとまっているものはないかもしれないが、私もいろいろ本を書いているのでそういうのも読んでいただければと思う。4月6日に『スマホ時代の親たちへ』という親向けの新しい本を出す。端的にまとめているつもりではあるので、活用していただけるとありがたい。

2 情報モラル教育について

名和 私からも幾つかパネリストの皆様に質問させていただきたい。

吉川先生からはいろいろな相談事例に対応してきた事例のお話をいただいた。今日フロアにおいての皆さん方の中には、実際に少年や保護者からの相談に対応されている方々も多くいらっしゃると思う。ネットトラブルに遭っている少年や保護者からの相談を受けるに当たって注意すべきこと、あるいは心掛けるべきことについてお話をいただければありがたい。

吉川 まず、相談をしてきた子供たちに頭ごなしに説教しないことだと思う。特に匿名での相談をやっているような相談サイトの場合には、子供たちは自分がしでかしたことについては重々反省した上で、でも何とか助けてほしいと思ってすがってきていると思うので、そこで追い打ちをかけるように説教しても始まらない。

これは先ほど中山先生の依存の対応のところでも、直面化的アプローチはいけないとおっしゃっていたのと同じである。自覚している人に当たり前のことを言っても仕方ないというのは相談現場でも同じだと思う。

また、親への相談を無理強いしない方が良い。子供は親に相談できないから相談サイト等に相談してきているのだから、その気持ちを尊重してあげて、同時に、長い説得の中では、やはり最終的には力になるのは親だということにつなげていけば良いのではないかなと思う。

問題は、子供に無関心な親など、親自体に問題があって子供がトラブルを抱えているという家庭環境も配慮しなければならないので、十把一からげで「まず親に相談」という対応は子供を突き放してしまうことになるかなと思う。

非行少年たちの多くは、表に出す行動と裏腹に心に大きな傷や悩みを抱えていて、簡単に素人が深層にある問題を引き出せるようなものではないと思うので、本来は相談を受けた機関がそれらの問題に専門で当たれるような機関に取り次ぐ仕組みも必要だと思う。例えば教育や心理の専門知識を有するような機関にきちんとつなぎ、立ち直りにつなげるような仕組みが必要である。表面に出てきた問題行動だけを捉えてそれへの対症療法を行うだけでは根本的な解決にはならないと思っている。

それと同時に、これも人から聞いた話であるが、非行があつて少年院に入っていた子供が仮退院して家に帰ったところ、自分はそれなりに考えが改まって更生しようと思っていたのに、親が相変わらずの状態であり、「自分が変わったのに親は全然変わっていない」ということに失望し、その日からまた不良仲間のところに戻ってしまったということもあったそうだ。そう考えると、問題のある家庭の親の子供との関わり方自体を誰かが教えていくような支援も必要かなと思う。

そういう意味では、先ほど藤川先生が地域の人が一丸となって親を支えていくような取組が必要だとおっしゃっていたのは、まさにそのとおりだと思う。

3 フィルタリングをめぐる問題について

名和 今日の議論の中ではフィルタリングの重要性が指摘されると同時に、近年、フィルタリングを利用している割合が下がっているというお話もあった。これに関連して長谷部先生に2点ほど伺いたい。

最近、親にしてみると料金を節約するために子供には格安スマホを持たせるということもよくあると思う。格安スマホのフィルタリングに関しては何か課題があるのかどうか1点。フィルタリングを普及させるに当たって事業者の努力が重要だという御指摘もあったが、事業者にそういった取組を進めさせるためにインセンティブを高めるためにはどのようなことが必要か。その2点について長谷部先生からお話しいただければと思う。

長谷部 まず、格安スマホについてだが、なぜ格安スマホなのかといえば料金が安いからである。（親の思いを）想像するに、恐らく、連絡手段として最低限のものにしたいということなのだろう。一般の携帯電話会社に行っても従来型の携帯電話はなくなってきており、かといってジュニアスマホのようなものは中高生だと持ちたがらない。そこで、格安スマホならいいか、といったところだと思う。

この間調べたところによれば、格安スマホの会社は、MVNO系で30社以上ある。しかし、そのうち、安全安心が確保されたものが提供されているところは実は本当に数えられるほどである。もちろん、中には安全安心を売り物にしているところもあった。しかし、料金優先のところが多く、なかなか安全安心には触れていないところが多い。

保護者の方たちはコスト優先で考えているので、どうしてもコストのために格安スマホに走ること

になる。ところが大手の携帯電話事業者のように無償のフィルタリングがほとんど用意されていない中で、どのように対応するかというと、格安スマホでも青少年にとっての危険な問題は同じようにあるので、有償のフィルタリングサービスを入れるということになる。無償のサービスもなくはないが、使い方が難しかったり設定が難しかったりする。簡単なのは有償のサービスを入れることだが、そのコストまできちんと見越しているかどうかは非常に大きな課題があると思う。

（2つ目の御質問について）フィルタリングの普及のための事業者へのインセンティブに関しては2つあると思う。1つは実質的な部分でのインセンティブとして、保護者にある程度御負担いただくということである。今日の私の話の中でも申し上げたが、フィルタリング利用者は誰かと言えば保護者の方なのである。だからこそ、保護者の方の御負担もある程度あつてしかりなのかなと思う。一部の携帯電話事業者ではフィルタリングサービスのオプションの部分の有償にするという動きもある。無償提供で、しかもバックヤードで導入されるようなサービスではなく、きちんと有償のサービスとしてのポジションを取っていけるようになれば良いのではないかなと思う。しかし、有償にするとますます普及率が下がるのではないかなという心配もあり、そこが難しい。

もう1つはアワード的なやり方である。実際に今あるのは東京都の推奨携帯のマークである。特にMVNO 各社に対し、きちんと対応しているところと、何となく対応しているが本当に安全安心が確保されているのか不明なところがあるとしたら、前者に対してはマークを付けてもらえるというような形で、外部からはっきり分かるような差別化を認めるというようなインセンティブもあっても良いかと思う。

4 学校・家庭におけるルール作りについて

名和 次は中山先生に1つ伺いたい。中山先生の御講演の中で、学校でのルール作りが1つの予防策として重要ではないかという御指摘があった。具体的に学校でのルール作りに当たってどのようなところをポイントにしてルールを作っていけば良いとお考えかをお聞かせいただきたい。

中山 最近、各教育機関や学校単位で様々なルール作りが行われている。それぞれの学校の校風があり、生徒の質があるので、なかなか一概に言うのは難しいが、特に小学校高学年や中学生・高校生ぐらいになると反抗期になってきて、大人の言うことは守りたくないという、反発をするような意識が強くなる。そこで、ルールを作るとき、自主的に生徒自身が考えて生徒自身の話し合いで決めていく、大人たちはそれを援助するといった形の方が守りやすいのではないかなと思う。

ただし、ルールを作っても破る人は必ず出てくると思うし、どこまで実効性があるかも疑問だったりもするが、ルールを作るのはそんなにお金もかからないし、ルールがあれば7割、8割ぐらいの生徒がそれを意識して守っていただければそれは大成功と言えると思うので、生徒自身の話し合いなどで決めるような形が望ましいと思う。

名和 学校でのルール作りとか家庭でのルール作り、いろいろとそういったことが指摘されているが、これに関して最後に藤川先生から、ルール作りのポイントや重要な点についてお話をいただきたい。

藤川 やり出すと切りがない、ルールを何のために作っているか分からなくなってしまうところがある。どういふ問題を解決するためにルールを作るのかを明確にして、その目的に応じたルールを作っていくことが重要である。

中山先生もおっしゃったように、大人が押しつけるというのは良くない。守りにくいということもあろうし、そもそも自分で判断できるように成長してもらわなければ困る。いつまでも大人が決めたことだけ守らせるというのでは、大人になってから誰も守ってくれなくなると更に問題が大きくなる可能性が高い。

そういう意味では、目的をはっきりさせて、児童会・生徒会等で取り組んでいるケースは非常に多い。自分たちの問題として、きちんと自分たちの状況のデータも取ったりして、こんなに夜更かししている人が多い、使用時間を少し短くしたいと思っている人がこんなに多い、などということを確認しながら、合意できるところで合意していくことが必要だと思う。

ただ、一方で多様性の尊重が損なわれても良くない。インターネットに非常に可能性を感じて、単に娯楽とか暇つぶしではなく、プログラムを作ってそれを広げてみようとか、社会的に関心のあることについて様々な大人とディスカッションしようとか、— 数は少ないかもしれないが — そういった意味のある利用をしようと考えて長時間利用している青少年もいる。一律に問題だということにして多様性をつぶしていくのは、これまたいじめなどにつながる発想であり、よろしくない。

この辺りになると、中山先生がおっしゃっていたように発達障害等も含めて多様性をどう考えるかということが大変大きな問題になってくる。子供たちが議論をするときに、少数者に対して無理強いをするようなことは良くないということを、教員等が教えていかなければならない。

いずれにしても、ルールというのはそれ自体が目的ではなく、手段であるはずである。何の目的のためにルールを作るかという意識を持ってルールを作っていく。これは学校でも家庭でも、そういう意識になれば恐らくうまくいくだろう。そういう意識でないと、作ったは良いが守られないということになりかねないので、目的を意識してルールを決めていくことをお勧めしたい。

18歳選挙権になり主権者教育が重視されている。近く主権者になる子供たちが、自分たちで自分たちのことを決めていく練習だというような意識で取り組んでいただけると良いのではないかと考える。

【総括・閉会】

名和 まだまだいろいろお話を伺いたいところであるが、予定された時間が来たので、パネルディスカッションを終わりにしたい。

今日の一連のお話を聞いていただいておりますように、スマートフォンや Wi-Fi の普及により、インターネットの利用環境が大きく変わってきている。こうした状況の下で、青少年の健全な発達を阻害するインターネット上のリスクについても実に多様なものになっていることが御理解いただけたのではないかと思います。特に本日のフォーラムでは福祉犯による被害の実態やネット依存のリスクの実態について理解を深めていただくことができたものと考えている。

今後、更に時間や場所に関わらない多様なインターネット利用が一層青少年に普及・浸透するであろうことが予想されている。こうしたリスクを低減させる取組はますます重要なものとなってくると

思う。

藤川先生からは御講演の中で、都道府県レベルの地域コンソーシアムなど、インターネット環境整備の組織作りが必要であるという御指摘があった。まさに、サイバーリスクから子供たちを守るためには多様なステークホルダーがそれぞれの役割をしっかりと果たしていくことが重要であると思う。

また、複数の方から、残念ながらフィルタリングの利用率が低下してきていることが指摘された。フィルタリングを提供する事業者の努力も必要であるし、保護者や教育関係者が子供たちのさらされているサイバーリスクへの認識を深めることがより一層大事になってくると思う。

他方で、フィルタリングは非常に重要なものではあるが、それだけでは子供の被害を防ぐのに完全ではない。情報モラル教育の取組は活発になってきているようには思うが、更にその充実を図ることが大事であろう。子供たちが犯罪やいじめの被害者にも加害者にもならないようにする取組がますます重要になってきていることが御理解いただけたものと思う。

そのほか、吉川先生が取り組んでおられるようなトラブルに巻き込まれた子供たちや保護者への支援、あるいは中山先生が取り組んでおられるようなネット依存の予防や治療といった取組もその重要性を再認識させられた。

また、警察としても木原管理官からお話があったように悪意のある大人による犯罪の取締りや被害を受けた少年の立ち直り支援にしっかり取り組んでいくことが重要であると思う。

このフォーラムを通じてそれぞれのステークホルダーが担う役割について理解を深めていただくことができたものと思う。本日このフォーラムに御参加いただいた皆様には、今日の内容を参考にしただき、それぞれのお立場でサイバーリスクから子供を守るための取組を進めていただくようお願い申し上げます。

最後に、パネリストの皆様方にいま一度拍手をお願いしたい。

(終了)