

令和2年度ネット・ゲーム使用と生活習慣に関する実態調査 概要
10歳～80歳対象者に対する追跡調査

令和7年3月6日

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター

I. 調査の目的・概要

1. 2019年11月から12月にかけて、わが国の10歳から79歳の男女に対して、インターネット使用およびゲーム行動と関連する問題に関する実態調査を実施した。本調査は、上記調査の回答者に対して、2020年7月にフォローアップ調査を実施したものである。本調査は、厚生労働省補助事業である依存症に関する調査研究事業である依存症に関する調査研究事業により、実施主体の独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターが行った。
2. 調査方法としては、前回調査（2019年10～11月実施）の回答者のうち、追跡調査に承諾した対象者に対して、2020年7月に同様の自記式質問紙調査を実施した。調査内容は、前回同様ゲームやインターネットの使用状況、使用時間、ゲーム関連問題等に関する質問が含まれていた。さらに、2020年2月1日に指定感染症となった新型コロナウイルス感染症（COVID-19）パンデミックの影響に関する項目も含まれていた。
3. 調査対象者は追跡同意者2,416名で、2,068名から回答が得られた（回答率76.7%）。その後、前回調査時の回答との間に矛盾があるもの、十分な回答がなされていないものを除いた1,829名（男性817名、女性1012名）の回答を分析に用いた。なお、本調査は久里浜医療センターの倫理審査委員会の承認を得て実施した。

II. 調査結果の概要（別添資料2参照）

1. ゲームの使用状況
 - 今までにゲームをしたことがある者の割合は、男性67.3%、女性64.4%であった。【問15、表15】
 - ゲーム機器（複数回答可）では、男女ともに、スマートフォン（以後スマホ）（76.4%）が最も多く、次いで据え置き型ゲーム機（40.2%）が多かった。【問16、表16】
 - ゲームジャンル（複数回答可）では、男女ともにパズルを好むものが最も多かったが（男性30.6%、女性52.6%）、次点では、男性はアクション（28.5%）、RPG系（27.1%）を多く、女性は育成系（30.7%）、ソーシャル（21.4%）を多く選択していた。【問17、表17】
 - ゲームへの課金額（過去30日間）は、「500円未満」が90.1%と最も多く、次いで、

「2,000 円以上 5,000 円未満 (2.9%)」、「10,000 円以上 (2.7%)」の回答が多かった。
【問 19、表 19】

2. ゲーム使用時間

- 1日の平均ゲーム使用時間を、平日と休日に分けて、また、オフラインゲームオンラインゲームに分けて尋ねた。平日における1日当たりのオフラインゲーム時間は、男性では「1時間未満」が71.8%、「1時間以上2時間未満」が18.6%、「2時間以上3時間未満」が5.9%、「3時間以上4時間未満」が2.0%、「4時間以上6時間未満」が1.1%、「6時間以上」が0.6%であった。女性では「1時間未満」が77.3%、「1時間以上2時間未満」が16.0%、「2時間以上3時間未満」が4.5%、「3時間以上4時間未満」が1.2%、「4時間以上6時間未満」が0.8%、「6時間以上」が0.2%であった。【問 18、表 18】

3. 新型コロナウイルス感染症の影響

- 2月以前(コロナパンデミック前)と比べた3~5月のゲーム使用時間の変化について、「大幅に増えた」と回答した者の割合は8.5% (男性8.9%、女性8.2%)であり、「ある程度増えた」と回答したのは25.0% (男性23.6%、女性26.1%)であった。【問 20、表 20】
- 2月以前(コロナパンデミック前)と比べた回答時(7月)のゲーム使用時間の変化について、「大幅に増えた」と回答した者の割合は4.4% (男性4.7%、女性4.1%)であり、「ある程度増えた」と回答したのは19.0% (男性18.1%、女性19.7%)であった。【問 21、表 21】
- ゲーム使用時間が増えた理由(複数回答可)については、男性では「自宅にいる時間が増えたため(88.2%)」、「外出制限のストレス発散のため(23.6%)」、「ゲームのフレンドからの誘いが増えたため(17.4%)」などの回答が多かった。女性では「自宅にいる時間が増えたため(89.7%)」、「外出制限のストレス発散のため(30.8%)」などの回答が多かった。【問 23、表 23】

4. インターネット、スマホ、ゲーム使用関連の問題

- 過去6カ月間で、インターネット、スマホ、ゲーム使用に関する問題で誰かに相談した経験がある者の割合は男性の3.4%、女性の3.7%だった。【問 27、表 27】
- 相談対象(複数選択可)については、男性は「友達(33.3%)」、「母(29.6%)」、「父(14.8%)」が多く、女性は「その他親戚(32.4%)」、「友達(29.7%)」、「母(24.3%)」、「父(13.5%)」が多かった。【問 27-1、表 27-1】

照会先

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター

TEL: 046-848-1550