

インターネット依存に関する研究 —大学生への質問紙調査を中心に—

Research on Internet Addiction
- Focusing on Questionnaire Survey for University Students -

◎大嶋啓太郎¹, 小田哲久²
Keitaro Oshima, Tetsuhisa Oda

¹愛知工業大学経営情報学研究科 ²愛知工業大学経営学科 Aichi Institute of Technology

Abstract Nowadays, the Internet has developed to one of indispensable facilities in our daily life. It has not only useful aspects but also undesirable aspects. One of the problems is the Internet addiction. In this paper, various situations surrounding Internet addiction were considered. Furthermore, a questionnaire survey was conducted for university students. The result of the survey is showing the current state of the Internet addiction in Japan. We would like to contribute to reduce the Internet addiction even a little.

キーワード インターネット依存 スマホ依存 ネット依存 依存症 現状

1. はじめに

我が国において、1995年の「インターネット元年」以降、インターネットは急速に発展、普及している。個人用のパソコンが普及し、今や持ち歩けるパソコンとまで言われているスマートフォンが登場している。また、総務省が中心となって国策として「公衆無線LANの整備の促進[1]」を掲げている。このような事情により、概ね場所や状況に関係なくインターネットに接続可能なのが時代の潮流である。

インターネットは今やビジネスの分野のみならず、経済活動全般に革新的な影響を及ぼしている。その一方で、全世界的に普及していく中において、プラス面と比例するように、マイナス面も表面化ようになってきた。マイナス面のうちの1つにインターネット依存の問題がある。この問題を、本稿としては無視することが出来ない重大な社会問題として考え、出来るだけ軽微なものにしていくべきだと主張する。

2. 研究目的

近年、インターネット依存について書籍等で取り上げられる機会が増加しているように見受けられる。いわゆる「ネットゲル人[2]」といったような極端な例を取り上げたものから、インターネット依存についての解説書[3]まで内容は非常に多岐に渡る。

しかしながら、我が国においてインターネット依存がどの程度広がっているのかについては部分的な報告しかなく、社会問題としての認知度は低い。本稿では、インターネット依存についての現状を周辺事情も含めて調査することにした。このため、インターネット依存者の具体的な割合を知るため、質問紙調査を実施する。また、近年運転中の利用による死亡事故が起きる等、社会問題になっているスマートフォンの利用実態についても、質問紙調査を実施する。

文献調査と質問紙調査により、インターネット依存をめぐる実態を把握し、インターネットの負の影響を社会全体として軽微なものにすることに少しでも寄与したい。

3. インターネット依存とは

インターネット依存とは、大まかに言えば、インターネットの使用状況が単なる好きの域を超えてしまい、プレイ時間を制限したり、実生活に支障を及ぼさないようにコントロールしたりすることが難しくなっている状態のことを指す[4][5]。

インターネットにおいて、依存しやすいコンテンツは主にオンラインゲームやSNSであると言える[6]。したがって、この問題は、ゲーム依存や繋がり依存とも複雑に絡み合っている。

依存症と「症」を付けなかったのは、インターネット依存を病気とみなすべきかどうか、医師の意見が分かれているからである。

4. 診断基準

依存症そのものは、明確に病気だと定義されている。

現在の医療的な依存症の診断ガイドラインとしては、WHO（世界保健機関）にて1990年の第43回世界保健総会で採択、作成された世界的によく知られたICD-10（国際疾病分類第10版）の6項目がある[7]。過去1年間に1ヶ月以上、もしくは1ヶ月未満であれば繰り返して3項目以上が該当すれば依存症と診断される。以下の(1)から(6)にその基準を示す。

- (1) 物質を摂取したいという強い欲望あるいは強迫感。
- (2) 物質使用の開始、終了、あるいは使用量に関して、その物質の摂取行動を統制することが困難。
- (3) 物質使用を中止もしくは減量したときの生理学的離脱状態。その物質に特徴的な死脱症状群の出現や、離脱症状を軽減するか避ける意図で同じ物質（もしくは近縁の物質）を使用することが証拠となる。
- (4) はじめはより少数で得られたその精神作用物質の効果をj得るために、使用量を増やさなければならないような耐性の証拠。
- (5) 精神作用物質使用のために、それにかわる楽しみや興味を次第に無視するようになり、その物質を摂取せざるをえない時間や、その効果からの回復に要する

時間が延長する。

(6) 明らかに有害な結果が起きているにもかかわらず、いぜんとして物質を使用する。たとえば、過度の飲酒による肝臓障害、ある期間物質を大量使用した結果としての抑うつ気分状態、薬物に関連した認知機能の障害などの害、使用者がその害の性質と大きさに実際気づいていることを（予測にしろ）確定するよう努力しなければならない。

依存症そのものが病気だと定義されているのに対して、インターネット依存が依存症という病気の範疇なのかは現在医師の間でも意見が分かれており、曖昧である。

近年の動きとして、2013年5月にAmerican Psychiatric Association（アメリカ精神医学会）から精神疾患の診断と統計の手引き第5版（DSM-5）[9]が出版された。アルコールや覚醒剤等の何らかの物質による「物質関連障害」と並び、ギャンブルに対する依存として「ギャンブル障害」が精神疾患として正式に採用された[8]。そして、インターネットゲームに対する依存として「インターネットゲーム障害」が今後検討されるべき疾患としてDSM-5ではじめて提案された[8]。この基準は、5つ（またはそれ以上）が、12カ月の期間内に起こっていると依存と判定される[10]。このように、世界の趨勢としては、インターネット依存も依存症の中に含まれるという考えが主流になっていくと考えられる。DSM-5での診断基準を表1に示す。日本語訳は[10]（北海道立精神保険福祉センター訳）を参考に著者が作成した。

表1 DSM-5での診断基準

1	インターネットゲームに精通している。個人は以前のゲーム活動について考えるか、次のゲームをすることを予期する。インターネットゲームは日常生活において支配的な活動となる。
2	インターネットゲームが取り去られたときの離脱症状。これらの症状は、典型的には、過敏症、不安、または悲しみとして説明されるが、薬理的離脱の物理的兆候はない。
3	耐性 - インターネットゲームに携わる時間を増やす必要がある。
4	インターネットゲームへの参加を制御する試みが失敗した。
5	インターネットゲームを除いた、以前の趣味や娯楽の利益の喪失。
6	心理的、社会的な問題があることが判明しても、インターネットゲームの過度の使用を継続した。
7	インターネットゲームの使用に関して、家族、セラピスト、または他の人を欺いた。
8	否定的な気分（無力感、罪悪感、不安感）から逃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へのために、重要な人間関係、職業、教育または就職の機会を危険にさらしたり、失ったりした。

5. オンラインゲームについて

5.1 オンラインゲームとは

オンラインゲームとは「コンピュータネットワークを介して専用のサーバやユーザーのクライアントマシ

ン（PC、ゲーム機など）と接続し、同じゲーム進行を共有することができるソフトウェアを含むサービス」[11]であり、オンラインゲームの定義は「同じゲーム進行を共有する」[12]ことである。

5.2 オンラインゲームの種類

オンラインゲームには主に以下の3種類が存在する。

1. MMORPG (Massively Multiplayer Online Role-Playing Game)

多人数でプレイするオンラインゲームであり、プレイヤーは何らかのキャラクターになりきって仮想世界を冒険する。その中で、敵キャラクターを倒して自分のキャラクターを成長させていくのがメインとなる。また、チャットでの会話や他のキャラクターとの協力プレイ、アイテムの取引等仮想世界での冒険を楽しむ要素がふんだんに用意されている。

2. FPS (First Person Shooting)

ゲームの中の世界を一人称視点で眺め、主人公になりきってガンバトルを繰り返すゲームである。まるで自分が戦場にいるかのような臨場感を味わうことが出来る。

3. ソーシャルゲーム (Social Game)

主にスマートフォン等の携帯機器で行うゲームである。SNSをゲームの中核に組み込んで、ゲームのプレイだけでなく他者との交流を楽しむことが出来る。上記2種類より操作が簡単なものが多く、気軽にはじめられるのが大きな特徴である。スマートフォンでプレイするため、場所を選ばずにプレイ出来るのも特徴として挙げられる。

6. ゲームにおける現状

6.1 日本のゲーム産業の現状

我が国の2015年における家庭用ゲーム市場規模はハードウェアが1,353億円、ソフトウェア（パッケージ）が1,949億円、合計で3,302億円（2014年：3,734億円）である[13]。スマートフォン向けゲームアプリの市場規模は、9,453億円となっている[13]。

従来型のゲーム専用機を使用して据え置きでプレイするゲームや、パソコン用ゲームは、急速に売上げが減少している。その背景には国際競争力の低下や、開発費の高騰等が挙げられる。

一方、スマートフォン等のモバイル端末上で動作するソーシャルゲーム（ゲームアプリ）の売上げが爆発的に増加している。世界中が市場であり、利益率が極めて高いソーシャルゲームの隆盛はこれからも暫くは継続すると考えられる。

6.2 日本におけるゲーム依存の現状

我が国において、インターネット依存がどの程度広まっていて、深刻さがどの程度なのかについては、部分的な報告しかない。「ネトゲ廃人[2]」と呼ばれるような、極端な例は書籍にもなっている。このような例は目を引くが、インターネット依存がどの程度広がっているかについてはあまり表面には出て来ない。この点については、いくつかの部分的な報告が行われているだけである。

最も大規模な調査は 2010 年に久里浜アルコール症センターネット依存治療部門が行ったもの[4]で、20 歳以上の男女 7,500 人に対し 68.9%の回答率を得た。評価には Kimberly Young の Internet Addiction Test を日本語訳して使用し、40-69 点を問題ユーザー、70 点以上を重篤問題ユーザーとしている。調査結果は、問題ユーザー、重篤問題ユーザー両者を合わせて 2.0%であった。これから、我が国の成人におけるネット依存傾向にある者は、271 万人であると推計している。20 歳未満は調査対象に入っていないが、私見では未成年者の割合は 2.0%よりも多いと考えられる。

橋元らが行った調査[14]は、パソコン版ハンゲムのユーザーから回答者を募集したものである。有効回答数は 5,861 である。Kimberly Young のインターネット依存尺度と、それを改良した Beard & Wolf のインターネット依存尺度を参考にして作成した 8 項目の質問を使用し、5 項目以上に当てはまると、オンラインゲーム依存と判定される。結果は、全体の 14.5%がオンラインゲーム依存と判定された。

インターネット依存の治療期間としては、久里浜医療センターネット依存治療部門 (TIAR) [15]等が挙げられる。久里浜医療センターでは、治療の一環として、6 週間から 8 週間の入院をすることが可能である。しかしながら、インターネット依存者の推計に対して、インターネット依存治療施設は不足していると言えるだろう。

6.3 韓国・中国におけるゲーム依存の現状とそれへの対策の現状

我が国よりもインターネット依存が深刻な社会問題になっている韓国や中国では、インターネットの長期に渡る継続的な利用による死亡例[16][17] (死因は急性肺血栓塞栓症) も見受けられる。韓国においては、青少年の 7 人に 1 人はネット依存傾向という報道[18]もある。それ故に、青少年の発達に関わる重大な社会問題として、国家を挙げて解決に取り組んでいる。

韓国では、2009 年からは全ての小学 4 年生、2010 年から中学 1 年生、2011 年からは高校 1 年生も対象に韓国独自のインターネット依存の自己診断尺度である「K 尺度」を使った調査を実施し、インターネット依存がみられる子どもには親と一緒にカウンセリングを実施している。必要に応じて外来・入院治療も行われている[19]。

また、K 尺度で高リスク群や潜在リスク群に入った中高生を対象に 11 泊 12 日の断ネットキャンプである「レスキュースクール」が 16 都市で年 2 回、男女別に開催されている。費用のほとんどは国費で賄われている[19]。2011 年 11 月からは、韓国全体で午前 0 時から 6 時までは 16 歳未満がオンラインゲームにアクセスできない「青少年夜間ゲームシャットダウン制」を導入している[20]。また、2011 年に提出された「青少年保護法」により、18 歳未満のインターネットカフェ (PC 房) への 23 時から朝 7 時までの立ち入り制限を行っている[21]。

中国では、インターネット依存者が推計 2400 万人いるとみられている[22]。2007 年から、中国政府はインターネット依存を病気として扱うことにしている

[23]。

中国政府主導で、厳しいトレーニングを取り入れた「インターネット依存症更生施設」が国内に 400 程度存在している[24]。数ヶ月、薬物治療やカウンセリング、軍隊式のトレーニング等が行われる[25]。

このように、韓国・中国が青少年の成長を阻害する重要な原因として捉えて、国を挙げてインターネット依存対策に取り組んでいるのに対して、我が国の現状は消極的と言えるだろう。我が国では、韓国・中国のようにインターネット依存が深刻ではないのかもしれない。しかしその一方で、インターネット依存が社会に影響を及ぼすほど深刻なのに、その実態や危険性が一般的に知られていない可能性も考えられる。

7. ソーシャルゲームの特色

6.1 で述べたように、現在では、我が国のゲーム産業は、ソーシャルゲームが中心になっている。本章ではその特色について述べる[5]。

- (1) パソコンや専用のゲーム機を必要とせず、主にスマートフォンの上で動く。
- (2) 無料で始められるので非常に入りやすい。
- (3) プレイは単純で、操作も概ね簡単である。
- (4) 1 回のプレイは短時間 (数分) である。スキマ時間でも遊べる。
- (5) 単純なプレイを飽きさせないようにするために、次々と新しい仕組みやイベント、アイテムが提供される。
- (6) いったん入ると、より上手く (強く) なるとういう心が働く。他の人と競争したり、チーム対戦をしたりする中で、能力を高めたいくなる。能力を高めるには、有料アイテムを購入するのがてっとり早い。無料で始めたユーザーのうちのある割合が、少額の有料アイテムを購入して有利になろうとするとところから、しだいに深みにはまっていく。
- (7) 多数の無料ユーザーのプレイを少数の深入りしたユーザーからのアイテム課金で支えていることになる。これはフリーミアム[26]というビジネスモデルに相当する。
- (8) レアアイテムを入手する方法として、「ガチャ」という機能が提供される。「ガチャ」は 1 回 100 円程度である。

8. 質問紙調査

8.1 被験者

愛知工業大学の学生を対象とした。内訳は経営学科経営情報システム専攻 77 名、情報科学科コンピュータシステム専攻 130 名、情報科学科メディア情報専攻 104 名、経営情報科学研究科修士課程 1 名、研究生 1 名の合計 315 名。(男性 263 名、女性 49 名、不明 3 名)

8.2 調査日時

経営学科の学生に対しては 2017 年 5 月 22 日に、情報科学科の学生に対しては 2017 年 5 月 29 日に講義中の課題という形で実施した。

8.3 調査方法

Kimberly Young の「Internet Addiction Test[27]」（1998）を日本語に訳した JIAT を使用。（訳：久里浜医療センターネット依存治療部門）さらに、著者が作成したスマートフォンに関する質問紙調査も実施した。なお、学籍番号のみ記名する方式で行った。

8.4 調査結果

8.4.1 依存度の集計と分類

図1に、Kimberly Young の「Internet Addiction Test」の合計スコアを示す。ここでは、「Internet Addiction Test」の判定基準をそのまま採用した。20-39 点を問題なし、40-69 点を問題ユーザー、70 点以上を重篤問題ユーザーとする。以下、この基準を依存度の分類として使う。

問題なし 123 名 (39.2%)，問題ユーザー 173 名 (55.0%)，重篤問題ユーザー 18 名 (5.8%)。

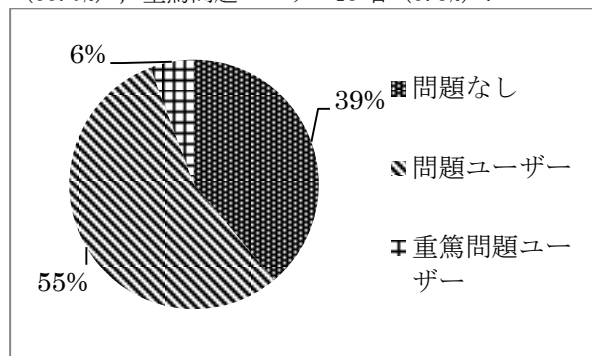


図1 JIATの合計スコア

8.4.2 スマートフォンの利用時間

調査結果を図2に示す。(1) 1時間未満 (2) 3時間未満 (3) 5時間未満 (4) 7時間未満 (5) それ以上

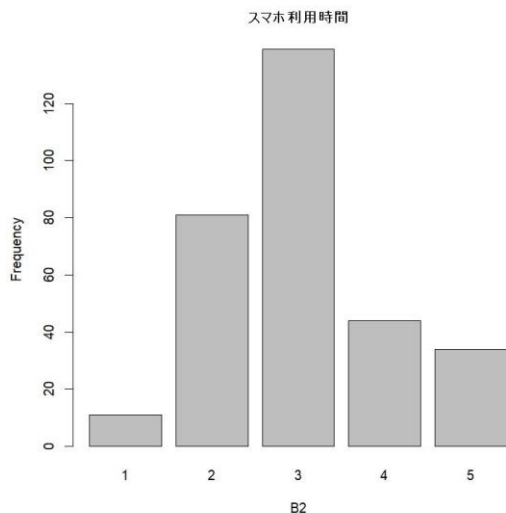


図2 スマートフォンの利用時間

8.4.3 依存度と他の項目との関連性

表2に、スマホ依存についての設問「スマートフォンを1日何時間程度利用しますか?」との関連性を示す。

表2 JIATスコアとスマホ利用時間

	-1h	1-3h	3-5h	5-7h	7h-
問題なし	7	43	50	14	7
問題ユーザー	4	35	83	26	22
重篤問題ユーザー	0	3	6	4	5

8.4.4 依存度とソーシャルゲームの利用時間との関連性

集計結果を表3に示す。

表3 JIATスコアとソーシャルゲームの利用時間

	10min	-1h	-2h	-4h	-6h	6h-
問題なし	18	19	26	21	4	1
問題ユーザー	23	21	32	39	9	2
重篤問題ユーザー	0	2	6	3	1	3

8.4.5 依存度と被験者自身の依存度の関連性

JIATのスコアと回答者自身がどの程度スマートフォンに依存していると思うかの関連性を調査した。表4に示す。

表4 JIATスコアと被験者のスマホ依存度

	思わない	少し依存	かなり依存	強度に依存
問題なし	28	68	22	3
問題ユーザー	9	76	69	16
重篤問題ユーザー	1	2	9	6

8.4.6 歩きスマホに関する調査

「歩きスマホ」についての調査を示す。調査結果を図3と図4に示す。図3は1. ない 2. たまにある 3. よくある 4. かなりある 5. 殆ど常にしているである。

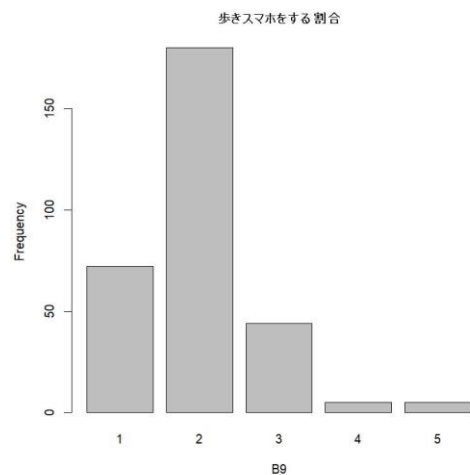


図3 歩きスマホをする人の割合

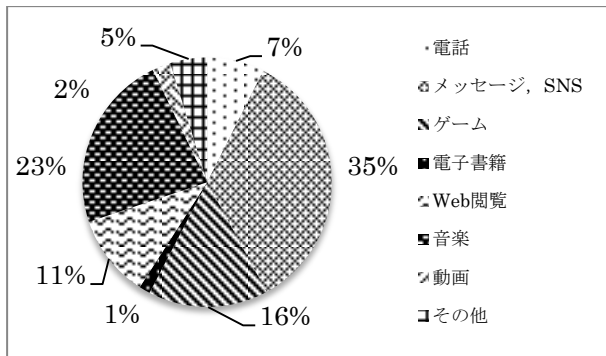


図4 歩きスマホでしていること

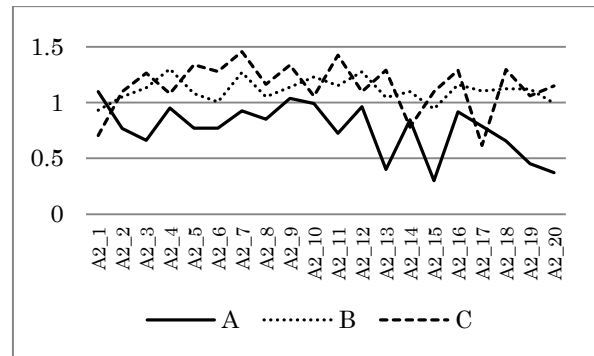


図7 JIATの設問ごとの標準偏差

8.4.7 スマートフォンの利用による悪影響

スマートフォンの使用において生じた悪影響について調査した。結果を図5に示す。

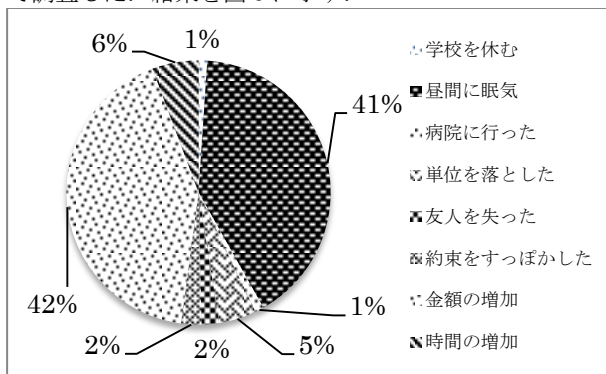


図5 スマホの利用によって生じた悪影響

8.4.8 JIATの設問ごとの平均と標準偏差

JIATにおける、設問ごとの平均値と標準偏差を算出した。平均を図6、標準偏差を図7に示す。

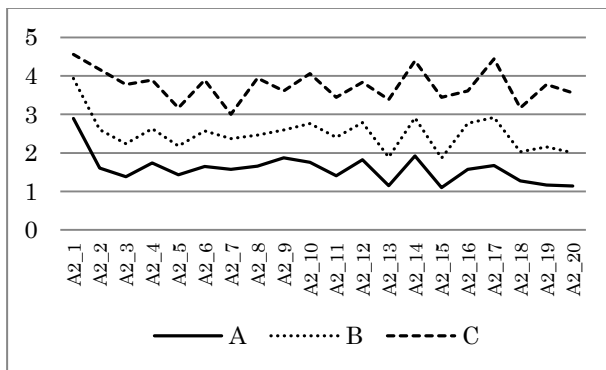


図6 JIATの設問ごとの平均値

8.5 調査結果の考察

今回の調査では、JIATのスコアで20点から39点の値を示した「問題なし」の人数が314名中123名、割合にすると39.2%であった。問題ユーザーは173名であり、割合にすると過半数の55.0%、重篤問題ユーザーは18名で、割合にすると5.8%である。問題ユーザーと重篤問題ユーザーを合計すると、191名(60.8%)にも及ぶ。中程度の依存者が非常に多い理由は、スマートフォンでプレイするソーシャルゲームの普及が影響していると推測される。ソーシャルゲームの特性については7章で述べたように、無料で簡単にプレイ出来て、操作性も概ね簡単であり、電車の待ち時間といったスキマ時間でもプレイが可能である。そのため、ソーシャルゲームにのめり込んだとしても、中程度の依存で収まっているユーザーが多いと見受けられる。

スマートフォンの利用時間の調査では、その普及度の高さや、長時間スマートフォンを利用している人の多さが理解出来る。

JIATでのスコアとスマートフォンの利用時間の関連性としては、JIATのスコアで重篤問題ユーザーに分類された人が必ずしもスマートフォンを長時間利用しているとは言えないことが分かる。1時間から3時間から6時間以上に重篤問題ユーザーがほぼ均等に分布している。JIATで高得点のユーザーは、スマートフォンの利用時間はそれほどなくても、パソコンの利用時間は長いというケースが考えられる。

JIATのスコアとソーシャルゲームの利用時間との関連性を見ても、同じような傾向が言える。JIATでの重篤問題ユーザーのソーシャルゲームの利用時間として一番多いのは1時間から2時間の6人である。その他は、数十分以外にはほぼ均等に分布している。このデータからも、JIATの高スコア者はパソコンメインの人が多くのではないかと推察される。

JIATのスコアと回答者自身がスマートフォンに依存している度合いの関連性から、JIATで高得点でもスマートフォン依存であるとの自覚が必ずしもないことが分かる。また、多くの人が、少なからずスマートフォンに依存しているのではと考えていることも明らかになった。重篤問題ユーザーにおいては、自覚しているのか「かなり依存している」と「物凄く依存している」と答えた人が多かった。

歩きスマホに関する項目では、約7割の人が歩きスマホをしたことがあると回答をした。一番割合が多いのはメッセージ(SNS)であった。メッセージ系アプ

りは相手がいるので、早く返信したいという心理が働くためと思われる。

スマートフォンの利用によって生じた悪影響は、「昼間の眠気」と「金額の増加」が拮抗して多かった。必ずしもスマートフォンの影響ではない可能性もあるが、夜遅くまでの利用で昼間に眠気を感じるのだと思われる。金額の増加については、ゲームアプリへの課金と、スマートフォン利用料金の要素があると考えられる。

JIATにおけるスコアの分類において、問題があると判定された被験者は全ての設問において、平均値が高い値を示す傾向にある(図6)。

標準偏差は、「問題なし」の被験者においては、設問ごとの値にばらつきが少なく、低い値を選んでいる傾向が強いが、「問題ユーザー」、「重篤問題ユーザー」においては、設問ごとのばらつきが大きく、設問によって様々な選択肢を選んでいる傾向が強い(図7)。「重篤問題ユーザー」においても、全ての設問で高い値を選択しているのではない。

9. おわりに

今回の大学生を被験者に実施した調査では、JIATにおける「問題ユーザー」と「重篤問題ユーザー」を合計した割合が60.8%にも及んだ。インターネット依存の主な種類であるゲーム依存の対象がMMORPGからソーシャルゲームへと移行して、家にいなくてもスキマ時間で十分なプレイが可能となった。家に引きこもってゲームをプレイし続けているのではないので、外面程には普通に社会生活を送っているように見えても、実はインターネットに依存しているというケースが増加していると考えられる。また、操作の簡単なソーシャルゲームに主軸が移ったことにより、インターネット依存者が低年齢化していると考えられる。

これらから、インターネット依存に陥ると個人的な問題だけでなく、社会に対して有用な貢献が出来なくなることから、全国的且つ大規模なインターネット依存の調査を実施して、周知と実態の把握をすることが急務だと考える。

参考文献

- [1] 総務省 | 電気通信政策の推進 | 公衆無線 LAN の整備の促進
http://www.soumu.go.jp/menu_seisaku/ictseisaku/public_wi-fi/
- [2] 芦崎治 (2012) : 『ネトゲ廃人』, 新潮文庫.
- [3] 樋口進 (2013) : 『ネット依存症のことがよくわかる本』, 講談社.
- [4] 三原聡子他 (2012) : インターネット依存に関するわが国の現状, 第 1 回インターネット依存国際ワークショップ, 2012. 3. 16
http://www.kurihama-med.jp/tiar/pdf/20120403_no1_works_hop_report1.pdf
- [5] 阿部圭一, 大嶋啓太郎, 小田哲久 (2012) : ゲーム依存の現状と対策——個人的視点と社会的視点から, 『2012 年 社会情報学会 (SSI) 学会大会研究発表論文集』, pp. 189-194.
- [6] 橋本琢磨他 (2014) : 依存しやすいネットサービス『精神科治療学』, Vol29, No3, pp. 419-424.
- [7] 樋口進 (2013) : 『ネット依存症』, PHP 新書, pp. 44-48.

[8] ペトロス・ルヴォーニス, アビゲイル・J・ヘロン, 松本俊彦 (翻訳) (2015) : 『アディクション・ケースブック - 「物質関連障害および嗜癖性障害群」症例集』, 星和書店, pp. 249-250.

[9] American Psychiatric Association (2013) : “Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®), Fifth Edition”, pp. 795-796.

[10] インターネット依存症について [1] DSM-5 の中での取り扱い (1) 「インターネットゲーム障害」

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/grp/Internet.pdf>

[11] 中嶋謙互 (2011) : 『オンラインゲームを支える技術——壮大なプレイ空間の舞台裏』, 技術評論社.

[12] オンラインゲームとは - IT用語辞典 Weblio 辞書

<http://www.weblio.jp/content/%E3%82%AA%E3%83%B3%E3%83%A9%E3%82%A4%E3%83%B3%E3%82%B2%E3%83%BC%E3%83%A0>

[13] 「2016CESA ゲーム白書 (2016CESA Games White Paper)」発刊!

<http://report.cesa.or.jp/pressrelease/press20160725.html>

[14] 橋元良明編 (2011) : ネット依存の現状—2010 年調査, 『平成 23 年版 情報通信白書』, pp. 143-208.

[15] 久里浜医療センター | ネット依存治療部門 (TIAR)

<http://www.kurihama-med.jp/tiar/index.html>

[16] [죽음부른 '게임폐인'들] 30 대, 닷새동안게임만하다졸도사망 :: 네이버뉴스

<http://news.naver.com/main/read.nhn?mode=LS&mid=sec&id1=102&oid=022&aid=000211>

[17] 一男子連続上网教天后猝死— 京华网

<http://beijing.jinghua.cn/c/201102/22/n3310912.shtml>

[18] 韓国 けさのニュース (5月25日)

<http://japanese.yonhapnews.co.kr/headline/2017/05/25/0200000000AJ20170525000800882.HTML> 2017年6月30日閲覧

[19] 子どもの「ネット依存」 対策の先進国「韓国」に学ぶ | ヘルスUP | NIKKEI STYLE

http://style.nikkei.com/article/DGXNASFK0100W_R00C13A8000000

[20] 「青少年夜間ゲームシャットダウン制」に揺れる韓国 オンラインゲーム業界

<http://game.watch.impress.co.jp/docs/series/korea/446640.html>

[21] 第 2 章 9. インターネットカフェ | 平成 26 年度フランス・韓国における有害環境への法規制及び非行防止対策等に関する実態調査研究 (HTML 版) - 内閣府

http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikou/h26/2_09.html

[22] 中国 青少年の 2400 万人がネット中毒

<http://j.people.com.cn/94475/6887165.html> 2017年6月30日閲覧

[23] China defines Internet addiction | ITworld

<http://www.itworld.com/article/2780396/networking-hardware/china-defines-internet-addiction.html>

[24] ‘Web Junkie’ Is a Harrowing Documentary on China’s Internet Addiction Rehab Clinics

<http://www.thedailybeast.com/web-junkie-is-a-harrowing-documentary-on-chinas-internet-addiction-rehab-clinics>

[25] 中国で 400 か所もあるネット依存症矯正施設の様子 - エキサイトニュース

http://www.excite.co.jp/News/it_g/20140124/Slashdot_14_01_23_0634223.html

[26] クリス・アンダーソン (2009) : 『フリー』, pp. 38.

[27] Internet Addiction Test - NetAddiction

<http://netaddiction.com/internet-addiction-test/>