



×××依存症の認定に異議あり!

ゲーム依存は「ビデオキ」か否か? 議論百出の新疾患「ゲーム障害」 技術革新でさらなる「依存」が?

世界保健機関(WHO)が「ゲーム障害」を疾患として認定。先頃、そんなニュースがゲームファンの間で物議を醸した。『荒野行動』といった人気スマホゲームにより変貌を遂げたゲームのシステムはどのような依存を生み出しているのだろうか?

里中高志「取材」文
words by Takashi Satohsaka

ゲ

ームが好きだとゲーム障害。なら水泳に熱中してたら水泳障害って言うわけ?

今年6月、そんなツイートのゲーム好きの間で拡散され、議論を巻き起こした。きっかけは、6月18日、「ゲーム依存症」という言葉はこれまでも俗称のように広がっていたが、世界保健機関(WHO)が、ゲーム依存症を「ゲーム障害」として国際的に疾患として認め、国際疾病分類「ICD-11」の最終版に明記、公表したのだ。正式な決定は2019年5月のWHO総会で行われることになる。

このニュースに対して、一部ゲームファンが、「水泳障害」なる言葉を作り出して、批判したわけだ。『スマホゲーム依存症』(内外出版社)の著書もある久里浜医療センターの樋口進院長は、11年、日本で初めて「ネット依存外来」を開設した、日本におけるネット

その決定に先立って、「ネット依存の診断ガイドラインを『ICD-11』に入れるべきだ」と、WHOの担当官に対して提言したのが樋口氏であり、決定の土台となる研究プロジェクトには久里浜医療センターが大きな役割を果たしたという。樋口氏が説明する。

「もちろん、なんでも依存症として病名をつけてしまう傾向には歯止めをかけるべきだ」と、WHOの担当官に対して提言したのが樋口氏であり、決定の土台となる研究プロジェクトには久里浜医療センターが大きな役割を果たしたという。樋口氏が説明する。



東京ゲームショー2018では、海外からの出展が過去最高を記録した。(写真/共同通信)

ト依存の研究・治療の草分け的存在である。その樋口氏は、前述のようなゲームファンの不満をどう捉えているのだろうか?

「水泳障害」などと言いつつ人は、いわば依存とは何かという意味をはき違えているのでしょね。依存とは、あることに熱中することで多幸感や興奮する状況があり、それを求めるがために行動がエスカレートして問題が起きることです。いくら水泳やサッカーが好きでも、それが原因で生活が破綻したり、学校に行かなくなるなどという話は聞いたことがないですが、ゲームが原因で学校に行けなくなった中高生は久里浜医療センターにたくさん訪れています」

ゲーム依存の毀譽褒貶とは?

定義を見てみよう。その内容は、次のようになっている。

「ゲームの優先順位が高まり、生活上の問題が生じても、その他の興味や日常の活動よりもゲームを優先して継続またはエスカレートさせる程、ゲームに対して自らのコントロールを失っており、個人、家族、社会、学業、仕事などにおける役割に重大な影響を及ぼす状態が、12カ月以上持続するか、上記症状が重症である」

厚生労働省の研究班の調査では、ネット依存が疑われる中高生は93万人で、その人数は5年間で約40万人も増えているという。ネット依存の中には、SNS依存やYouTubeなどの動画依存も含まれるが、その多くはオンラインゲーム依存であると樋口氏は指摘する。

存とか、古い依存とか、さらにはアルゼンチンタンゴ依存などという概念を作り出して論文を書いている現象があり、それはいかげなものか、という認識は私たちも持っています。しかし、ゲーム依存に関しては、ただ単にゲームを過剰にプレイしているという問題だけでなく、そのために明確な問題が引き起こされているケースが頻発しており、これを疾病化して、治療法を研究しなければならぬのは、もはや明らかだと思っています」

オンライン化が依存をもたらし

前述の通り樋口氏によれば、ゲーム障害が問題になり始めたのは特にオンラインゲームの時代になってからで、オフラインでゲームをしていた時代には、それほど深刻な症状に陥る人はいなかったという。

「やはり、仲間とオンラインでつながって一緒に敵と戦うとか、そういう第三者とのインタラクティブがあることが、依存性を高めている大きな要素ですね。さらにスマホの普及により、いつでもどこでもプレイできるようなった。私たちの外来も11年に開設した当初は、パソコンでMMORPG(大規模多人数同時参

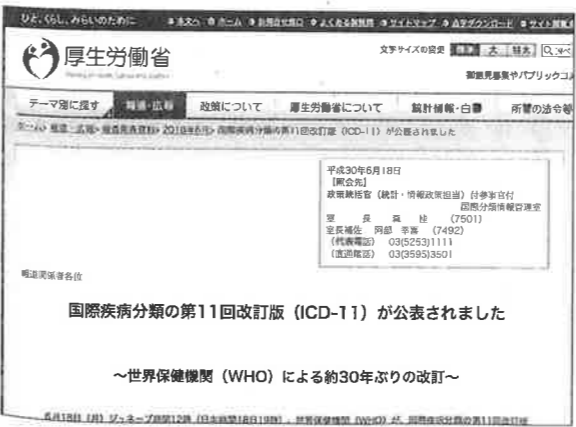
加型オンラインRPG)とか、FPS(ファースト・パーソン・シューティング、一人称視点のシューティングゲーム)をプレイしている患者が多かったのですが、今はスマホのゲームにはまっている人が多くなっています」

中でも、その傾向が強いのがサバイバルゲーム『荒野行動』。無人島に降り立った人たちが武器を拾い殺し合うゲームで、ゲームは短時間で終わるが、一日に何ゲームも何十ゲームも繰り返してランクアップを狙う人が続出している。ほかには、スマホ用RPGの『Fate/Grand Order』や、Nintendo Switchのシューティングゲーム『スプラトゥーン2』などのタイトルもこうしたゲームのひとつだという。

「スマホのゲームで特に問題になるのが、ランダムアイテムやキャラクターが出るガチャによる課金。中高生の場合はお金がないので無課金でプレイするのがかえってカッコいい、という価値観もありますが、社会人は時間がない中、強くなるとうとするので、課金にはまる傾向があります。話を聞いてみると、楽しくてガチャをやっているというよりは、目当てのものが出ないので、イライラしてお金をつき込んでしまっている。1回500円、40連で2万円、1日10万、15万は簡単に使ってしまうようになってますね」

樋口氏もゲーム障害の疾病化に尽力したWHOの国際疾病分類(ICD)では、アルコールや薬物などの依存と、窃盗症、放火症などの衝動制御の障害を別物とし

言うまでもなく、スマートフォンの普及により国際的にもオンラインゲーム依存は増え続け、WHOとしても疾患と位置づける必要を認識するようになった。



WHOによる「ゲーム障害」が認められたことを報告する厚生労働省のHP。

て分類。今度のICD-11ではゲーム障害を依存のほうのカテゴリに組み入れている。「もともと依存の中に入っていたのは、アルコール、薬物、ニコチンといった物質依存だけだったのですが、13年のアメリカ精神医学会による診断基準DSM-5では、それまで衝動制御の障害の中に入ったギャンブルを初めて依存の中に入りました。これを受けて、今回のICD-11でも、これまで病的賭博という名前が衝動制御の障害に入っていたギャンブルに関する疾患を、依存のほうに移動させ、それとともにゲーム障害を初めて疾病化して、依存の中に入れようとしているのです」

樋口氏によると、WHOでは、最初はゲーム障害ではなく、広くインターネット依存として、SNSや動画や掲示板に対する依存も含めてひとつの疾患として概念化できるかどうか議論したが、結局それは難しいという結論になり、ゲーム障害という枠組みで疾病として認めることになったそう。

「さまざまな議論の末、研究論文がたくさん出ていて、熱中しているときの脳の中のメカニズムも検証されているゲームについて疾病化することになったのです。研究の結果、ゲーム依存になる人は、もともと何かの自分の行動をコントロールできにくく、アルコールや薬物など、ほかの依存症にもなりやすいリスク要因を持っていることも、明らかになってきています」

現在使われているICD-10に「ゲ

「ゲーム障害が病気なら、私も『艦隊これくしょん(艦これ)』にどっぷりハマっているんで、ゲーム障害かも?」と最初は思っていました。でも私はゲーム障害が本当に病気といえるのか、そもそも疑問なんです。DSMを策定しているアメリカ精神医学会も、エビデンスが不足しているとして、ゲーム障害を病気に認定することにはまだ消極的だと聞いています。

運と努力の絶妙なバランスがゲームファンをほまらせる

「ゲーム障害が病気なら、私も『艦隊これくしょん(艦これ)』にどっぷりハマっているんで、ゲーム障害かも?」と最初は思っていました。でも私はゲーム障害が本当に病気といえるのか、そもそも疑問なんです。DSMを策定しているアメリカ精神医学会も、エビデンスが不足しているとして、ゲーム障害を病気に認定することにはまだ消極的だと聞いています。

そう話すのは、テレビでもおなじみ、ITジャーナリストの三上洋氏。『艦これ』とはいわずもがな、旧日本軍の戦艦を美少女化したシミュレーションゲームのことである。三上氏は続ける。

「ただ我々ゲームファンも、もしかすると自分たちもゲーム障害なのか?と深刻に捉えずに居るところがある。樋口先生のいうゲーム障害の定義をよく読んでみると、食事もしない、風呂にも入らないで一日中ゲームをしているような人、これを指しているんで、これに当てはまる人はそれほど多くないかもしれない」



人気ゲーム『荒野行動』のHP。

もちろん、ITジャーナリストとしてバリバリ活動している三上氏が、『仕事などの役割に重大な影響を及ぼす状態』というゲーム障害の定義にあてはまらないのは自明だろうが、仕事の合間に『艦これ』に毎日アクセスするだけでなく、ランキングに影響が大きい月末になると仕事を休まないようにして一日中没頭するというから、その熱中ぶりはかなりのものだ。

「オンラインゲームの時代になってゲーム依存が増えたのは、主に3つの要因があります。まずひとつはゲームに終わりがなく、ずっと続けられるし、常にアップデートされて新しい要素が加わります。さまざまなイベントが開催され、

飽きさせないような仕組みができています。2つ目は対戦要素。人間対人間で戦ったり、チームを組んだりすることができるところから夢中になります。3つ目はガチャですね。ガチャの権利をポイントで買って、10回回すと一定の確率でSSRという一番レアなキャラクターが出てくる。この仕組みは、パチンコ依存症を作り出しているやり方とほぼ同じ。ガチャを回しているときの異様な興奮状態のことを、ゲームファンはよく『脳汁が出る』と言ったりします。(三上氏)

「縛り」といって、無課金で強くなる楽しみ方もあるが、本当に強い人同士の戦いに参加しようとする、課金しなければ太刀打ちできないのがスマホゲームの世界だと、三上氏は説明する。

もっとも、ガチャに関しては、最近ではメーカーの自主規制が進み、何分の1で目当てのキャラやアイテムが出現するか、必ず確率が表示されている。さらに天井機能といって、一定以上ガチャを回すと必ず目当てのものが出るように設定されたゲームもあるが、三上氏によれば、これがあるからかえって諦めずに出るまで回し続けてしまうゲームファンも多いという。

かつてソフトを数千円で買っていた時代と違い、スマホやパソコンでダウンロードして無料で始めることが主流になっている現在、ガチャに代表される課金で収入を得るのが、ゲーム会社のビジネスモデルになっている。いわば、課金はゲーム会社の生命線であり、収益の柱である。三上氏の好きな『艦これ』の場合は、

武器やキャラクター(戦艦)をわずかに増やす程度しか課金できず、極めて良心的な設定になっているというが、ゲームによっては、際限のない課金へとユーザーを誘うようなものも存在する。

一方、『男が痴漢になる理由』や『万引き依存症』(いずれもイースト・プレス)などの著書があり、櫻本クリニック精神保健福祉部長でさまざまな依存症の治療に当たる精神保健福祉士・社会福祉士の斎藤章佳氏は、同クリニックに訪れるゲーム依存の患者について、こう説明する。

「ゲームにはまって学校に行かなくなり、さらには親のスマホやパソコンを使ってガチャを引いて、何十万円も使ってしまった。そういうケースは、中高生だけでなく、小学生から存在します。困り果てた親が、プロバイダ契約を解除するなど、自宅のネット環境を切断しようとする、子どもが暴力をふるい、親が子どもを当クリニックに連れてくるといったケースが大半です。もともとはおとなしい性格の子どもの多かったことが多いのも特徴ですね」

同クリニックでは、週1〜2回の頻度で、スマホをスタッフに預け、日中、運動やミーティングをして過ごすデイケアを開催している。その治療を行う斎藤氏は、オンラインゲームに若者がはまる仕組みについて、「ゲームの勝ち負けにおける運と努力のバランスが絶妙なもので、依存状態を起こしやすい。うまくやる要素が努力だけでなく、その時々運にも左右されるからこそ、何回もやってみたくするのである。ゲームの制作者は



●『荒野行動』のバカリ騒動 大本は日本のあの小説

本文にも登場したゲーム『荒野行動』。スマホやパソコンでプレイでき、今一番人気のオンラインサバイバルゲームだ。飛行機から100人ほどのプレイヤーが一斉に無人島に降り立ち、落ちていく武器を拾って、最後のひとりになるまで殺し合うというこのゲームは、中国企業のNetEase Gamesが開発・運営している。

ところがこの『荒野行動』、韓国のデベロッパーの子会社が開発した『PUBG (PLAYERUNKNOWN'S BATTLE GROUNDS)』に酷似しており、PUBGを運営するPUBG Corporationがアメリカのカリフォルニア連邦裁判所に著作権侵害だとする訴訟を起こしている。

だが、そのPUBGも、元をたどれば、ある日本の小説のアイデアを拝借している。それは、中学生同士が殺し合うという過激な内容で社会問題となった、99年刊行の小説『バトル・ロワイアル』(太田出版)だ。

現在、『荒野行動』は、『バトル・ロワイアル』を映画化した深作欣二監督の息子で、父の没後に『バトル・ロワイアルII 鎮魂歌』の監督を引き継いだ深作健太を日本首席ストーリーアドバイザーとして就任させているが、これもバカリ批判を未然にかわすための対策だったのかもしれない。

そこをよよくわかっていて、はまするように研究してプログラミングしています」

ゲーム依存のような行動嗜好には、直接効く薬はなく、徐々にゲームの時間を減らすことに馴れてもらうなど、治療法の幅は限られている。前出の久里浜医療センターでは、青少年を対象に、ゲーム依存の治療を目的とした8泊9日のキャンプも行っている。

「夏休みの終わりの時期に、スマホを持って参らないで同じ年頃の仲間と過ごすことで、ネットがなくても生活できることを体験してもらいます。学校に行っていない場合でも、多くが2学期から復学しますし、ゲーム時間は減ります。ゲームのアカウントを消してゲーム断ちする子どもいますね」(樋口氏)

それでも、ゲーム依存からの脱却は簡単ではない。一番の問題は、ゲーム以上に面白い娯楽を見つけないことが難しいことにある。

ゲームがあるから生きられる人も

もっとも前出の三上氏は、ゲームが生活を破壊させている例だけでなく、「ゲームが生活の支えになるケースもある」と目を向けてもいいのではないかと提言する。

「現実生活に楽しいことがなくても、ゲームの中で友達がいるから生きていける、という人も確実にいるはず。ゲームがeスポーツとして、スポーツのひとつのジャンルとして注目されるようになってきている中、『eスポーツの選手になりたい』という若者が夢を持ちにくい時代における

「よく『ゲームより熱中できるスポーツなどの趣味を持ってほしい』などと言いますが、スポーツなどの趣味は上達するのに時間だけでなく、お金もかかります。時間さえあればほとんどレベルアップするゲームほどの面白さは、なかなか感じられない。やはりゲームは手軽に快感を得られるようにうまく作られていますから、それに代わる趣味を見つけるのは簡単ではありませんね」(同)

立派な目標ですよ。それに、実況動画の配信サイトTwitchや、YouTubeでゲーム実況をすることで、人気のゲームマーは年収1000万円超えも可能になっています。ゲームをプレイすることが立派に職業として成り立つようになっている今、ゲーム障害という病名を確立させることには、やはり違和感を覚えています」

これに対して、樋口氏は、「ゲーム障害というのは日常生活をまともに送れなくなってしまう状態です。eスポーツの選手になったり配信で有名になるには、それなりに生活を自己管理しないといけないが、ゲーム障害の人たちはそれぞれではない。明らかに治療が必要な人たちがいる以上、eスポーツに憧れてゲーム障害になり、学校に行けなくなってしまう子どもがいることにも注意を払わなければならぬ」と述べる。

そして、三上氏によると20年に次世代の通信規格「5G」が実用化されると、オンラインゲームをする際の通信の遅延がなくなり、さらにリアルタイムで操作が反映されるゲーム環境が実現すると考えられるという。また、VRだけでなくMR (Mixed Reality)、つまり、外界を遮断するのではなく、カメラを備え、ゲーム世界と現実世界の映像を重ねて見る



スマホゲーム参入を発表する各本興業。(写真/共同通信)

ことが出来る「Oculus Quest」が19年に発売予定。現実とバーチャルを融合させた新しいゲームの登場も期待されている。

ゲーム障害という病気の存在は、逆に考えれば、ゲームがどれだけ魅力的なものなのかということを示しているといえる。さらに進化するゲーム業界は、こうした社会問題にどのように取り組むのか? 今はあまり行われていない医学界とゲーム業界の連携を実現することが、問題の解決には必須なのではないだろうか。

禁断のガジェット

10

ゲーム依存の致鬱要因とは?