

# PREVENTION No.274

平成27年7月16日開催

## ネット依存治療合宿(日本版レスキュースクール)の実際

三原 聡子先生、北湯口 孝先生、三浦 久美子先生、中山 秀紀先生、  
佐久間 寛之先生、橋本 琢磨先生、前園 真毅先生、樋口 進先生

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター

### 1. ネット依存とは

久里浜医療センターでは、2011年7月、ネット依存治療専門外来を立ち上げ、4年が経過しました。

この間、約500例の受診者がおみえになりました。来院される患者さんがはまっているサービスにはいろいろなものがありますが、8割以上がオンラインゲームです。オンラインゲームには様々なジャンルがありますが、最もポピュラーなものは、「MMORPG(massive multi-player online role-playing game, 多人数同時参加型オンラインロールプレイングゲームなどと訳される)」や「FPS, first person shooting game(一人称視点シューティングゲーム)」と呼ばれるジャンルです。これまでのコンピュータを相手とするゲームとは違い、同じゲームに参加している不特定多数の人とネット上で知り合い、数人程度でチームを組んで文字や音声で会話しながら一緒に狩りや戦いに出かけるので、チーム内で役割ができ、約束を守る責任も生まれるという特徴があります。一方、皆を取りまとめ、チームメイトを助け、チームを勝利に導いたりすると、英雄になれたり、地位が得られたりします。また、チームメンバーが集合する時間が22時頃から、ということも多く、夜中24時が一番盛り上がっている時間で、2時、3時までプレイし、ゲームが終わった後も参加者で話したりするので、現実の生活はあっというまに昼夜逆転し、学校へ遅刻、欠席するようになります。「夜中、騒いでいてうるさいので叱ったら、目の色が変わり、暴力を振るわれ、何度か警察を呼んだ」というご家族もたくさんいらっしゃいます。長期間、引きこもってゲームに没頭するようになると、食事の時間も惜しむようになり、低栄養になったり、骨密度が低下したり、運動しないためにエコノミークラス症候群に近い状態になる子も見られます。

### 2. 韓国の Rescue School の実態

韓国では、金大中大統領が、インターネットの普及を経済復興政策に掲げ、2000年代の終わりに急激にインターネットが普及したという背景があります。これにより、インターネット依存の問題も急速に社会問題化し、国をあげてこの問題に取り組んでおり、日本の10年先を行くと言われていました。その韓国で、2007年に開始され治療効果をあげているのが11泊12日の Rescue School という合宿形式の治療です。全国16カ所で開催されており、中学生男子・高校1年生男子・女子の3種類の合宿が設定されています。中央省庁(青少年福祉院)が運営しており、個人負担は10万ウォンほどで、これは実際にかかる費用の10%未満の額とのことでした。

合宿は1カ所30名規模で、夏休みや冬休み時期に、11泊12日の日程で実施されます。内容は、通常のキャンプに加え、認知行動療法などの治療プログラムが取り入れられたものです。この合宿の中で最も重要な役割を果たす

のが“メンタ(mentor)”と呼ばれる、ボランティアの大学生の存在です。参加者の2～3人に1人がつき、合宿の間中、寝食や講義も含め24時間ともに行動します。合宿はそれだけで完結しておらず、終了後も3か月間は、週1回、カウンセラーが家庭を訪問したり、メンタが本人と会う機会を作ることになっています。合宿終了後、ネット使用が合宿参加前の状態に戻っていても、またやり直す気持ちになる子もいるといいます。

一連のプログラムの目標は、メンタとの信頼関係を通して人との対話力や対社会力を向上させ、ネット使用時間を自ら調節する力を身につけることとのことでした。プログラム終了1年後の転帰は、7割回復とのことでした。ここでいう回復とは、ネット使用が対象者の社会的機能を阻害していない状況、とのことでした。

レスキュースクールは、介入効果を発揮しており、今後、さらに規模を増やして継続されるとのことでした。

### 3. 中国の Boot Camp の実態

中国では、私立の施設が、ネット依存の子どもたちに合宿治療プログラムを提供しているとのことでした。参加費用は非常に高額とのことですが、わが子を入所させたいという親御さんたちが後をたたないようです。入所すると、迷彩服に着替え、体を鍛えたり、食事作りや掃除といった生活を賄う役割を与えられたりと、軍隊のような生活を送るようです。規律違反などをすると、電気ショックの罰が与えられることもあるとのことでした。ある報告によると、キャンプ終了1年後の改善率は97%とのことですが、その信憑性は不明確です。

### 4. Self-Discovery Camp (SDiC) について

2014年8月、文科省の委託事業として、国立青少年教育振興機構と久里浜医療センターは、日本版レスキュースクールを実施しました。私どもはこのプログラムを通じて、参加者に新しい自分を見つけて欲しいという意をこめて、このキャンプを「Self-Discovery Camp (SDiC)」と命名しました。実施場所は、国立中央青少年自然の家(静岡県御殿場市)で、本キャンプを8月に8泊9日で、フォローアップキャンプを2回、11月と1月に1泊2日で行いました。参加したのは、ネット依存によって、学校を長期にわたって休んでいるなど、日常生活に支障をきたしており、久里浜医療センターに相談のあった主に中高生男子10名でした。実際には、メンタと呼ばれるボランティアの大学生たちとともに集団生活を行いながら、キャンプやトレッキングといったネット以外の楽しみを見つけるプログラムとともに、集団・個人認知行動療法、個人カウンセリング、家族会などといった治療的介入を織り交ぜたプログラムが実施されました。

ネット使用も含めた本プロジェクトの有効性検証のためには、長期的な追跡調査が必要です。しかし、私どもが感じた一番大きな変化は、合宿に参加した多くの子どもたちが「話ができるようになった」ということでした。つまり、積極的に会話を求めてくるようになったり、自分が迷っていることや恥ずかしかったことなどを、その時の気持ちを交えて言葉にできるようになったのです。実際に合宿を実施してみて、韓国のレスキュースクールのスタッフの方がおっしゃっていた、「合宿の効果は“対社会力がつくこと”」との意味がよくわかりました。合宿前には不登校であったが、合宿後に新しい学校を見つけて通いだした参加者も何人かみられています。

今年も、8月中に、関東圏内の青少年自然の家で第2回目のキャンプを実施する予定です。今後も、わが国でもこの事業がネット依存の子どもたちの回復のきっかけとして継続してゆくことを願っています。