

### ネット依存について

厚生労働省の研究班が、病的なインターネット依存が疑われる中高生が5年間でほぼ倍増し、93万人に上るとの推計を発表しました。特に女子の割合が高いという結果も出ました。

ネット依存に関する8項目の質問とその割合は、以下のとおりです。

- ① ネットに夢中になっていると感じる。58%
- ② 予定よりも長時間使用する。55%
- ③ 制限しようとしてうまくいかなかった。41%
- ④ トラブルや嫌な気持ちから逃げるために使用。27%
- ⑤ 使用しないと落ち着かない、いらいらする。22%
- ⑥ 熱中を隠すため、家族に

うそをついた。17%

⑦ 使用時間がだんだん長くなる。12%

⑧ ネットのせいで人間関係等を台無しにした、しもうなった。9%

以上の8項目の質問に5個以上当てはまる人を「病的使用」としていますが、3〜4個当てはまる「予備軍」を含めると、254万人に上るそうです。

ネット依存は、日常生活に支障を来します。「病的使用」に陥って、昼夜逆転の生活をしたり、更にエスカレートして、一部の重症患者は、脳の萎縮等が起こることもあるそうです。

依存症にならないように、常にセルフコントロールできるブレーキを適切に使用し、ネットを有効活用することが肝要です。

### ◎ 今月の言葉

知ったかぶりをしないで、事実と真実を見極めることです。

#### ○ 語彙力チェック

① 「口承文学」に当たるものは次のどれか。

- A 古事記 B 徒然草 C 新古今和歌集 D 風土記 E 今昔物語 F 紫式部日記
- ② 口口に適当な語を入れて三つの類似のことわざを完成させよ。
- A 口口の川流れ B 口も木から落ちる C 口口も筆の誤り

③ 「豪放磊落」の「磊落」の正しい読みは次のどれか。

A せきらく B らいらく C へきらく

④ 「行」を「こう」と読まないのは次のどれか。

A 行儀 B 行路 C 行脚 D 決行 E 行為 F 行幸 G 行李

⑤ 「個性」に当たる言葉は次のどれか。A インサイダー B パーソナリティ C アイデンティティ

(解答) ① A D E ② A 河童 B 猿 C 弘法 ③ B ④ A C F ⑤ B