

Additional file 1. The Problematic Online Gaming Questionnaire-Japanese version (POGQ-J)

オンラインゲームに関する以下の項目を読んで、自分にどの程度あてはまるか、1から5の数字で回答してください。なお、このアンケートは、「オンラインゲームに関するアンケート」ですが、それぞれの質問項目では「ゲーム」と簡単に表記しています。	全くない	めったにない	たまにある	よくある	ほとんどいつも
1. ゲームをしていない時に、ゲームをプレイしている時のこと、あるいは今プレイするとどんな感情になるかについて、どのくらいの頻度で考えますか	1	2	3	4	5
2. 思っていた以上に長くゲームをプレイすることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
3. ゲームをしていない時に、ゲームを始めないと消えない落ち込みやイライラなどの感情を、どのくらいの頻度で感じますか	1	2	3	4	5
4. ゲームに費やしている時間を減らすべきであると、どのくらいの頻度で感じますか	1	2	3	4	5
5. 周りの人達は、あなたがゲームをし過ぎていることに対して、どのくらいの頻度で不満や文句を言っていますか	1	2	3	4	5
6. ゲームをしていたことが原因で、友人と会うことができなかったことが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
7. ゲームをしている空想にふけることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
8. 時がたつのを忘れるほどゲームをすることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
9. 好きなだけゲームをプレイできない時に、イライラしたり、落ち着かなくなったり、不安になったりすることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
10. ゲームに費やしている時間を減らそうと努力して、うまく行かなかったことが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
11. ゲームが原因で、親、配偶者、恋人などと口論することが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
12. ゲームのために、ほかの活動をないがしろにするようなことが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
13. ゲームをしている最中に、時間が止まっていると感じることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
14. もし数日間ゲームをプレイできないような時に、そわそわしたり、いらいらしたりすることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
15. ゲームをすることによって、あなたの生活に問題が引き起こされると感じることは、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
16. 誰かと外出するよりもゲームをするを選ぶことが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
17. ゲームに夢中になっているあまり、食べることを忘れることがどのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5
18. ゲームができない時に、イライラしたり混乱したりすることが、どのくらいの頻度でありますか	1	2	3	4	5

Preoccupation	Immersion	Withdrawal	Overuse	Interpersonal conflicts	Social isolation
没入	没頭	禁断症状	乱用	対人的葛藤	社会的孤立
1, 7	2, 8, 13, 17	3, 9, 14, 18	4, 10, 15	5, 11	6, 12, 16

この尺度は、問題のあるオンラインゲーム依存の程度を測定する尺度です。また、ゲームをすることによって生じる問題の程度を 6つの領域（没入、没頭、禁断症状、乱用、対人的葛藤、社会的孤立）で得点を出すことが可能です。

引用文献

Inoue, K., Yokomitsu, K., Irie, T., Matsuyama, M., & Tanaka, M. (2021). The validation and reliability of a Japanese version of the Problematic Online Gaming Questionnaire (POGQ-J). *Addiction Science & Clinical Practice*, 16(1), 69. <https://doi.org/10.1186/s13722-021-00273-3>