



# アナログゲームと環境

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS



# テーマ

---



スマホやパソコンなどのデジタル機器は様々なことを可能にしました。インターネットを使うことで素早く物事を調べることなどができるようになりました。さらに動画配信アプリやゲームなどをたくさんの方が利用しています。では、スマホに依存しすぎてしまうとどのような悪影響が出るのでしょうか。

# 影響

---



スマホに依存すると、成績が著しく落ちたり、昼夜逆転していても使用がやめられず使っていないとイライラして落ち着かなくなり精神的に依存してしまふ。また環境面ではスマホの使い過ぎにより、エネルギーが全ての人に行き渡らなくなり格差が生まれ苦しむ人が出てきてしまふ。



# 影響

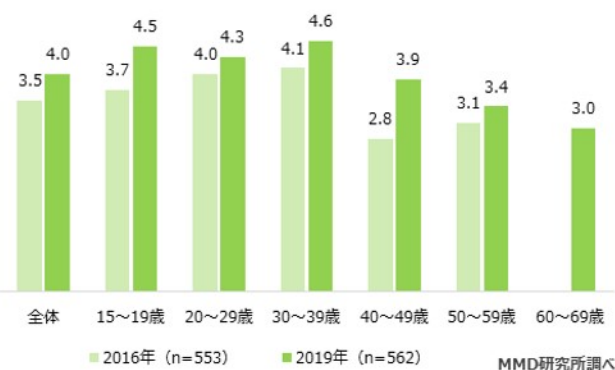
- ・ 情報格差
- ・ 人間関係や仕事、勉強がおろそかになる。
- ・ デジタル機器が使える人と使えない人が出てくる。



## 〈スマホ依存症度診断〉

- 1 家の中でもスマホを常に持ち歩いている
- 2 常にSNSやゲーム、動画などのことばかり考えてしまう
- 3 スマホが使えない状況の時に、イライラしたり落ち着かない気持ちになったりする
- 4 スマホを触る時間が以前より増えている
- 5 スマホを使う時間を減らす必要性を感じるが、努力しても減らせなかった
- 6 SNSやゲーム、動画以外の趣味や娯楽に興味がない
- 7 生活・社会的に問題があると分かっているにもかかわらず、いつもスマホを見てしまう
- 8 スマホの使用時間についてウソをついたことがある
- 9 嫌な気分を解消するために、スマホを触ることがある
- 10 スマホに熱中することで、大事な人間関係・仕事・勉強などがおろそかになったことがある

● スマホ依存度チェック あてはまる項目の平均数 ※年代別



# 解決法

---



前のページのような影響を防ぐために私は脱デジタル、スマホを使わずにできるゲームをもっと知ってもらわなければならないと思います。

なので、スマホを使わないゲームということで**アナログゲーム**を紹介したいと思います。

## UNO

世界中で人気なゲーム。  
ルールは簡単 7枚の手持ちカード  
を減らしてカードが無くなった人  
の勝ち！

---



## ナンジャモンジャ

名前を付けて早く呼ぶゲー  
ム！白と緑の二種類がある。





犯人は踊る  
犯人カードの持ち主を  
あてるゲーム。  
犯人のカードも移動す  
るからより面白い！

---

## ダブル

山札から引いたお題と自  
分のカードを比べて同じ  
絵柄を見つけて取り合う  
ゲーム！

山札が無くなったときに  
一番手札が多い人が勝ち。



## LOVE LETTER

美しい姫にラブレター  
を渡せられるか!?  
姫に一番近い存在の人  
にラブレターをたくす。

---

## ボブジテン

カタカナがわからないボブ  
に日本語だけで説明する  
ゲーム!

出題者以外の人には人には  
一人一回回答権があり正解  
者と出題者に1点。得点が  
一番高い人が1位。





## まとめ

---

アナログゲームを世の中の平和のためや自分の健康のためにももっと広めるべきだと思った。

スマホゲームとアナログゲームどちらも楽しみたいと思った！

7 エネルギーをみんなに  
そしてクリーンに

