

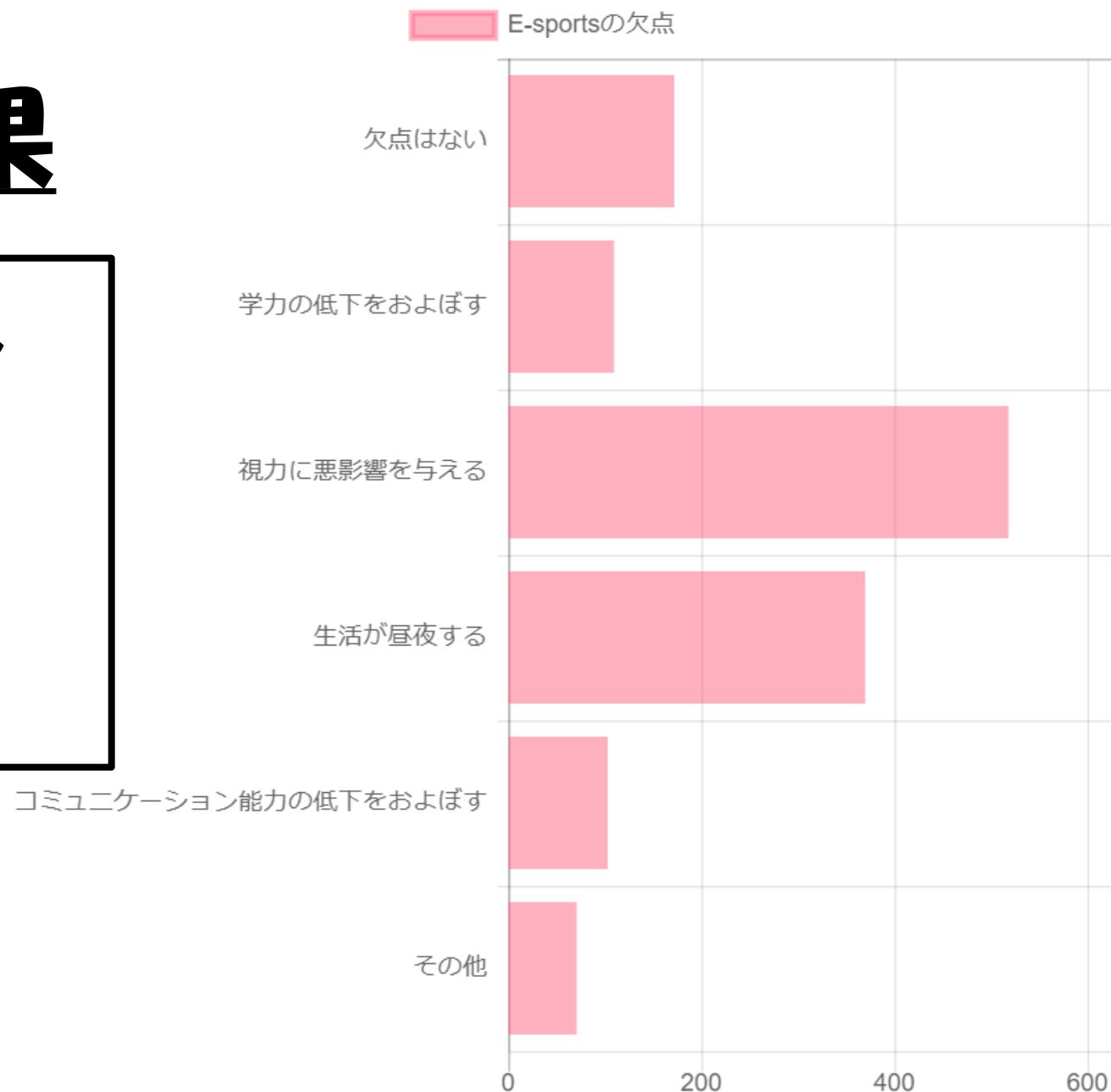
**e-sportsのデメリットを
メリットに変えよう**

～イメージをプラスにしよう～

インタビューの結果

デメリット がある	1172人
視力 に問題	519人
生活が 昼夜 する	370人
学力が 低下 する	110人
その他	70人

デメリット はない	173人
------------------	-------------



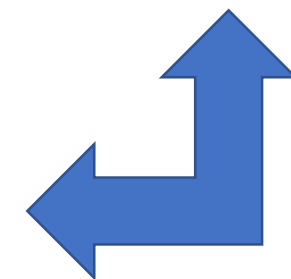
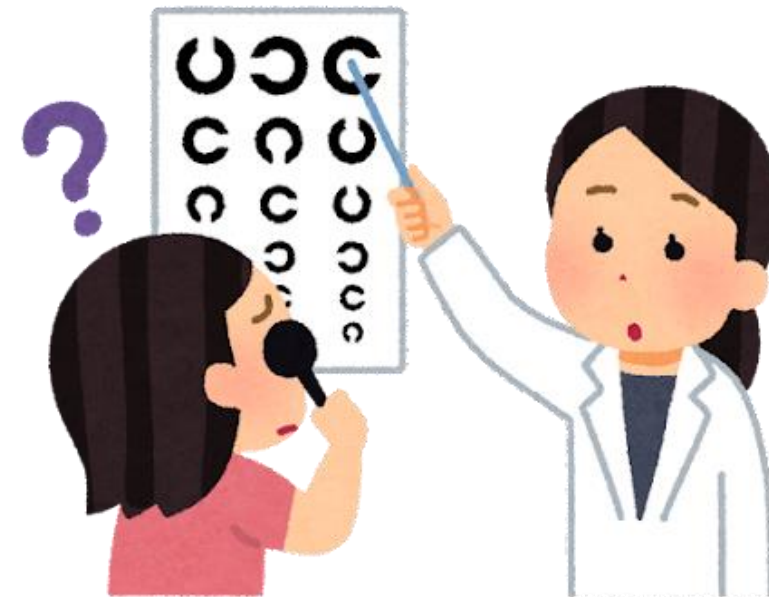
e-sportsの欠点

【目が悪くなる】

目と画面の距離
暗い環境でしている
長時間画面を見ている

【改善点】

画面との距離を意識
電気をつける
休憩をする



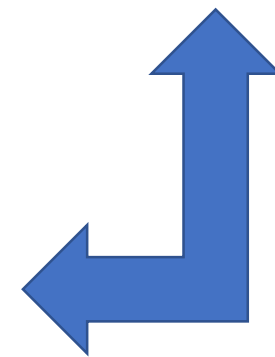
e-sportsの欠点

【生活リズムの崩壊】

寝不足になる
生活習慣が悪くなる
体調不良になる

【改善点】

寝る時間を決める
ゲームしない日を作る
体調管理をする



e-sportsの欠点

【人間関係が悪くなる】

コミュニケーションがとれない
外に出る機会が減る
ゲームをしていて外出に抵抗



【改善点】

ゲームで交流する
外に出る日を決める
ゲームの時間を決める



e-sportsの欠点

【学力の低下】

勉強する時間が減る
ゲームのことばかり考える
集中力が低下する

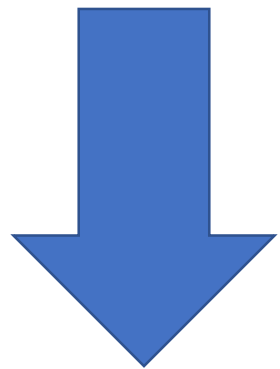
【改善点】

ゲームする時間を減らす
ほかに没頭できることを探す
モチベーションを上げる



まとめ

最初はイメージが悪かった



検索、専門
学校に行く



最終的にいいイメージもできた