

現代病の1つともいえる“スマホ依存”。

依存の第一人者が教える、
依存へと誘う仕組みと治療法とは!?

2026年
11月新刊

スマホが依存を加速させる

— ゲーム、ギャンブル、SNSがやめられない

【1日24時間、常に自らの側にあるスマホ】

いつでもどこでもネットサーフィンや動画鑑賞、SNS、ゲーム、さらにギャンブルまですることができるようになりました。その結果、スマホを媒介としたネットやSNS依存が増加しており、多くの人が“スマホ依存”とも言える状態なのです。

本書ではスマホを中心とする依存について、依存治療の現場の最前線から依存の定義、身体への影響、ネット上で依存へと誘う仕組みを紹介。最後には、自らがどの程度、ネットに依存しているかを判別するスクリーニングテストを掲載。

【構成】

1章 今、ネット依存治療の現場で起きていること
ゲーム依存の低年齢化、ギャンブル依存症の変化、オンラインカジノの拡大など、日本初の依存症専門外来でなど起きている現代の依存症について解説

2章 依存とは何か
そもそも「依存」と「好き」の違いや、発達障害や遺伝と依存の関わりといった、依存という病態の定義について考えます

3章 壊れていく生活、そして脳と身体
依存に陥った際の脳や体の変化、自分ではコントロールできない生活の苦しみなど依存で悩む人の状態について解説します

4章 何が依存を加速させるのか
ゲーム依存やギャンブル依存、SNS依存といったスマホが関わる依存の種類ごとに、ビジネス的な仕掛けやデザインを取り上げます

5章 「依存」を治療する
寛解率30%ともいわれる依存症ですが、依存症専門外来で行う治療を紹介。また、依存というものへの向き合い方についても考えてみます

監修：樋口進（ひぐち・すすむ）

独立行政法人 国立病院機構 久里浜医療センター 名誉院長・顧問慶應義塾大学医学部客員教授、藤田医科大学医学部客員教授。昭和54年東北大学医学部卒。米国立保健研究所留学、国立久里浜病院臨床研究部長、同病院副院長、同病院院長などを経て現在に至る。

2026年10月20日受注締切 / 11月27日搬入予定

貴店番線印

新刊
委託

スマホが依存を加速させる — ゲーム、ギャンブル、SNSがやめられない

監修：樋口進

ISBN: 978-4-405-10487-7 定価: 1,600円＋税 1C 192P 四六判

ご担当

冊

様



新星出版社

営業担当：

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10
TEL：03-3831-0743(代)

ご注文は
営業本部FAXまで

03-3831-0758 (fax)

2026.08.19作成