

## 60. 「ゲーム化」する日常生活（3）：反復→自動化

Shopping is not the only area of our lives that has been gamified; fitness apps provide another example of the far-reaching effects of gamification.	買い物が私たちの暮らしの唯一の領域ではないゲーム化されている健康アプリはもう1つの例を示す「ゲーム化」の広範囲に及ぶ影響の
Some smartphone apps created by … local governments, businesses, or health insurance companies track fitness levels and provide rewards for exercising.	…が作成した一部のスマートフォンアプリは地方自治体や企業、医療保険会社健康レベルを追跡し運動をすることに対し報酬を提供している
The rewards can include virtual points, but also real goods and services, e-money, or even discounts on health insurance premiums.	報酬は仮想ポイントを含みまた、実際の商品やサービス、電子マネーあるいは医療保険の保険料の割引さえ（も含む）
Many people find exercise boring, but by gamifying exercise, users can turn their experiences into a series of measurable achievement goals and enjoy rewards along the way.	多くの人が運動は退屈だと思うだが運動をゲーム化することでユーザーは自身の経験を～に変えることができ一連の測定可能な達成目標にその過程で報酬を享受できるようになるのだ
Through gamification, even the time that we spend away from our busy lives, increasingly spent in front of screens, is converted into data, measured, and standardized.	ゲーム化を通じて忙しい日常から離れて過ごす時間さえもますますスクリーンの前で過ごすようになっているがデータに変換され、測定され、標準化されているのである
Encouraging more people to exercise is undoubtedly a positive social change.	より多くの人たちに運動するよう促すことは間違いなく肯定的な社会の変化である
But it is concerning that through gamification we are being influenced to focus on the goal rather than the simple enjoyment of the activity itself.	だが、それは気がかりだゲーム化を通じて我々は目標に焦点を当てるよう影響を受けていることはその活動自体を純粋に楽しむのではなく
Furthermore, in areas such as shopping, customers are investing more time, energy, and money than they might have otherwise intended.	さらには、買い物などの領域では顧客はより多くの時間、エネルギー、お金を投資しているのだとそうでなければ（ゲーム化がなければ）、意図していたかもしれないよりも
As more and more aspects of our lives become gamified, we must question what it means to “play” these games and what power the “player” has, if any at all.	私たちの暮らしのますます多くの側面がゲーム化されるにつれて私たちは問わなければならないこうしたゲームを「プレイする」とはどういうことなのかまた「プレイヤー」はどんな力を持っているのかもし何がしかの力があれば