

議題 2

令和 2 年 4 月 1 5 日
 青少年育成部育成課

「10オフ運動」の平成31年度取組結果及び令和2年度取組概要について（報告）

1 10オフ運動について

SNS等のメッセージのやりとりを止められない児童生徒の悩みを解決するとともに、規則正しい生活習慣の定着を図ることを目的に、携帯電話やスマートフォン等の使用について、児童生徒及び保護者に対し、「夜9時以降は送信しない」、「遅くとも夜10時までには使用をやめる」、「家庭で話し合っ使用に関するルールをつくる」という3つの取組を、広島市PTA協議会等と連携し行っている。

2 平成31年度取組結果（10オフ運動強化週間における児童生徒アンケート）

(1) 概要

① 目的

10オフ運動強化週間の取組の成果を確認し、今後の取組の参考とするため。

夏の強化週間 7月1日（月）～ 7月7日（日）

冬の強化週間 12月2日（月）～12月8日（日）

② 方法

質問紙法（無記名・自書式）

③ 対象

各区から1校ずつ抽出した小・中学校の小学校4年生から中学校3年生までの児童生徒（小学校8校、中学校8校、各校各学年1クラス）

④ 内容

- ・ 子どもが使用する携帯電話・スマートフォン等の所有状況
- ・ 「夜9時以降は送信しない」、「遅くとも夜10時までには使用をやめる」についての達成状況及び未達成の理由
- ・ 「家庭で決めたルールを守れた」についての達成状況
- ・ 平均の睡眠時間（普段と強化週間中の比較）【中学生のみ】
- ・ 1週間の朝食の喫食状況（普段と強化週間中の比較）
- ・ 強化週間に取り組んだ感想

⑤ 回収結果

夏の強化週間 1, 554人（小学4～6年生708人 中学1～3年生846人）

冬の強化週間 1, 378人（小学4～6年生681人 中学1～3年生697人）

(2) 集計結果

※詳細は別紙のとおり

① 達成状況

（単位：％）

区 分		7月		12月	
		小学校	中学校	小学校	中学校
「夜9時以降は送信しない。」 「遅くとも10時までには使用をやめる。」	全ての日で両方達成	52.3	29.1	56.1	28.3
	全ての日でどちらか達成	20.3	19.5	17.8	15.4
	4日以上両方達成	11.0	12.4	11.1	13.7
	どちらか一方だけ4日以上達成	8.5	14.4	10.2	14.3
	計	92.1	75.4	95.2	71.7
「家庭で決めたルールを守れた」	4日以上達成	70.3	59.4	78.0	58.0
ルールの有無	家庭でルールを決めた	77.0	68.9	81.4	66.5
強化週間中の睡眠時間	一日平均8時間以上睡眠をとった生徒		53.1 (普段) 43.1		48.1 (普段) 35.8

② 今回の強化週間の取組をして良かったと思うこと (12月分・複数回答可)

小学生	中学生
①早寝早起き (46.6%)	①朝食を適正に食べた (49.4%)
②家族との会話の増 (45.5%)	②早寝早起き (45.9%)
③勉強時間の増 (42.5%)	③勉強時間の増 (38.7%)

③ 「夜9時以降は送信しない。」「遅くとも夜10時までには使用をやめる」が達成できなかった主な理由 (12月分・複数回答可)

小学生	中学生
①You Tube等の動画や音楽を視聴 (74.7%)	①You Tube等の動画や音楽を視聴 (85.6%)
②オンラインゲーム (42.9%)	②友だちからのメール、ライン等 (69.7%)
③友だちからのメール、ライン等 (27.5%)	③オンラインゲーム (38.0%)

(3) 成果、課題及び今後の方針

① 成果

- ・ 7月、12月とも強化週間に「夜9時以降は送信しない」、「遅くとも10時には使用をやめる」について、どちらか一方でも4日以上達成できた児童生徒の割合は、小学生で9割以上、中学生で7割以上に達しており、多くの児童生徒が、「10オフ運動強化週間」について意識した生活を送っていることがわかる。特に小学生については、「全ての日で両方達成できた」児童の割合が、12月は7月に比べて3.8ポイント増加している。
- ・ 「家庭で決めたルールを守れた」について、4日以上達成した小学生は、12月は78.0%で、7月に比べて8ポイント近く増加している。
- ・ 小学生の「家庭でルールを決めていない」は、12月は18.6%で7月に比べて5ポイント近く減少、昨年度と比べても、21.4ポイント減少で、各家庭においてルール作りが浸透してきている。
- ・ 中学生の平均の睡眠時間について、8時間以上とった生徒の数が普段に比べて7月は10.0ポイント増加、12月は12.3ポイント増加となっており、10オフ運動により睡眠時間の確保を意識づけることができた。
- ・ 10オフ運動強化週間の取組をして良かったと思うことについては、小学生では「早寝早起きができた。」、中学生は「朝ごはんをきちんと食べた。」の回答が多く生活習慣を見直す良い機会になっている。

② 課題

- ・ 中学生の「家庭でルールを決めていない」は、7月は31.1%、12月は33.5%となっている。強化週間をきっかけに、家族で話し合ってルールを作ることができるよう、さらに働きかけていく必要がある。
- ・ 8時間以上睡眠をとっている中学生の割合は、7月、12月ともに5割前後であることから、適切な睡眠時間の確保の観点からも10オフ運動を推進する必要がある。
- ・ 「夜9時以降は送信しない」、「10時までには使用をやめる」について達成できなかった主な理由は「動画・音楽の視聴」である。延々と繰り返される動画の視聴を止めるきっかけとして、10オフ運動が効果的な役割を果たすためには、さらなる工夫や、働きかけが必要である。

③ 今後の方針と取組

ア 「家庭でのルール作り」への更なる働きかけ

- ・ 児童生徒用の啓発ポスター・チラシ等を、「家庭でのルール作り」に焦点を当てた内容にリニューアルする。
- ・ 児童生徒が10オフを意識し習慣化するためには、家族の理解と協力が不可欠である。については、チラシ・ポスター配布、ケータイ出前講座や保護者研修会など、従来の啓発活動を一層充実させる。
- ・ 携帯販売店においても、児童生徒のスマートフォン購入時に、保護者に対しフィルタリングに加えて、家庭でのルール作りについても啓発を行う。(3月に協力依頼済み)

イ 「睡眠時間の確保」の観点からのアプローチ

- ・ 保健の教科書に、睡眠の重要性やスクリーンタイムと睡眠時間との関連について記述がなされたことから、10オフ運動を睡眠時間の確保とも絡めて推進する。については指導第一課、指導第二課と連携し、生活リズムカレンダーに新たにスクリーンタイムに関する項目を設ける。
- ・ 学校に対し、児童生徒に「スクリーンタイムと睡眠時間」等について指導する際に活用できる教師用指導資料を作成・配布する。

ウ 10オフ運動強化週間(7月・12月)の充実

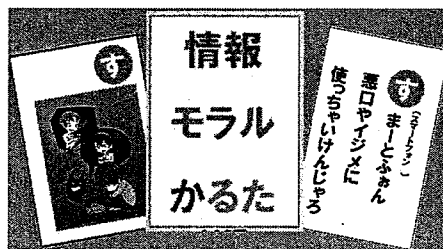
- ・ 児童生徒や保護者に対し、長時間のオンラインゲームや遅い時間のSNSのやりとり等が、自分自身はもとより電子メディアの向こう側にいる相手に及ぼす影響についても考えさせる資料等を配布する。
- ・ 市立中学校生徒から募集した「ストップ ダラ通」プロジェクトの標語を全市の学校に紹介する。

エ 年間を通じた継続的な啓発の充実

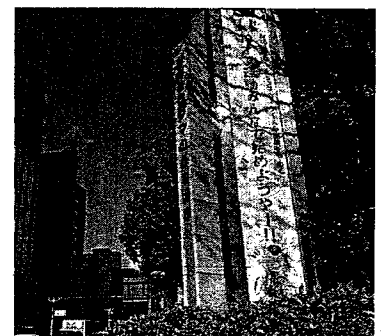
- ・ 日常的に10オフの意識付けを図るため、広島市公式 Twitter や Facebook を活用し、適宜周知・啓発を行う。また市の広報番組や広告塔なども適宜活用する。
- ・ 授業等で活用できる児童生徒向けの啓発用かるた、幼児向けの紙芝居など、教材の貸し出しを行う。
- ・ 広島市電子メディア・インストラクターによる出前講座(児童生徒向け、教職員向け、保護者向けなど様々に対応)の更なる活用を、学校、PTA等呼びかける。



サンフレッチェ広島公式戦での広報



広島市電子メディア協議会が作成・貸出



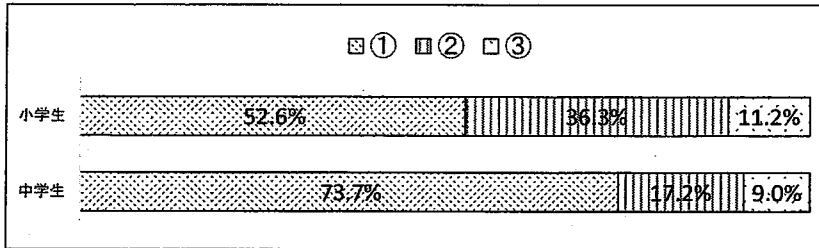
広告塔を活用した広報

10オフ運動冬の強化週間(12/2~8)における取組についてのアンケート (別紙)

回答者数 小学生 681人 中学生 697人

問1.あなたは、携帯電話・スマートフォン・タブレット等を使っていますか？

① 自分専用の携帯電話・スマートフォン・タブレット等を使っている。	358人 (52.6%)	514人 (73.7%)
② 家族が持っている携帯電話・スマートフォン・タブレット等と一緒に使っている。	247人 (36.3%)	120人 (17.2%)
③ 使っていない。	76人 (11.2%)	63人 (9.0%)

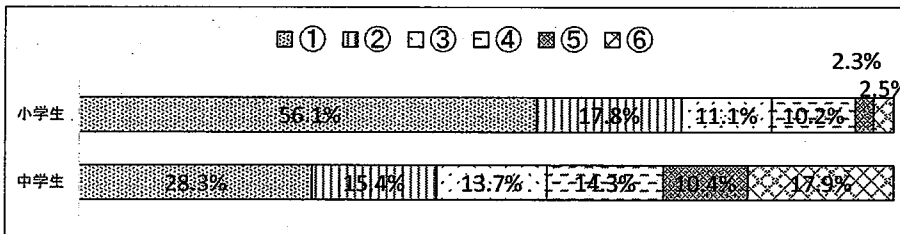


問2.あなたは、今回の強化週間中に「夜9時以降は送信しない。」、「遅くとも夜10時までには使用をやめる」について、

何日達成できましたか？

① 全ての日で両方達成できた。	小学生 340人 (56.1%)	中学生 180人 (28.3%)
② 全ての日でどちらかは達成できた。	108人 (17.8%)	98人 (15.4%)
③ 4日以上両方達成できた。	67人 (11.1%)	87人 (13.7%)
④ どちらか一方だけ達成できた日が4日以上あった。	62人 (10.2%)	91人 (14.3%)
⑤ 両方達成できない日が4日以上あった。	14人 (2.3%)	66人 (10.4%)
⑥ すべての日でも両方達成できなかった。	15人 (2.5%)	114人 (17.9%)

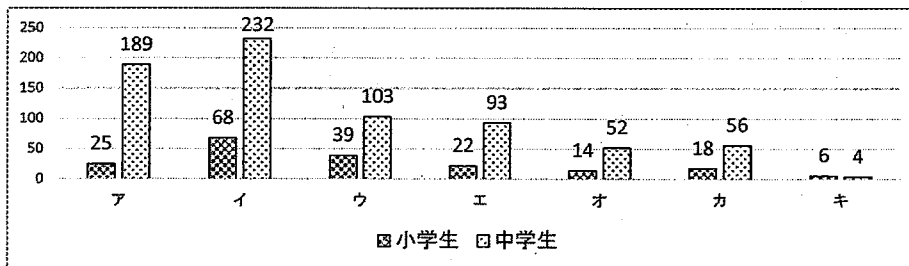
回答者数 小学生 606 中学生 636



④、⑤、⑥と答えた人は下から理由を選んでください。複数回答可

ア 友だちからメール、ライン等が送られてきたから。	小学生 25人	中学生 189人
イ ユーチューブ等の動画や音楽を聴いたりしていたから。	68人	232人
ウ オンラインゲームをしていたから。	39人	103人
エ 勉強等の学習時間に使っていたから。	22人	93人
オ 塾や習い事等で、家族に連絡する必要があったから。	14人	52人
カ どうしても家族や友だちに連絡する必要があったから。	18人	56人
キ その他	6人	4人

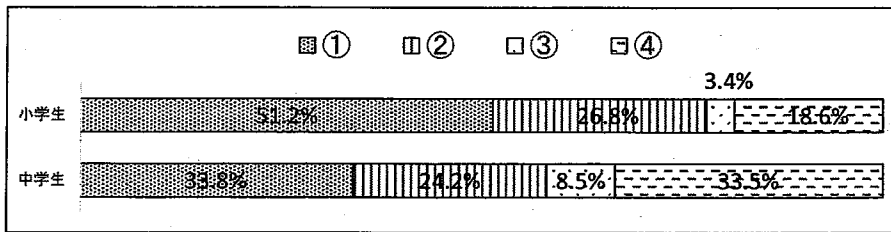
回答者数 小学生 91人 中学生 271人



その他【小学生】
 ●絵を描くために画像を見ていた。 ●調べているものがあった。 ●眠れなかったから。
 【中学生】

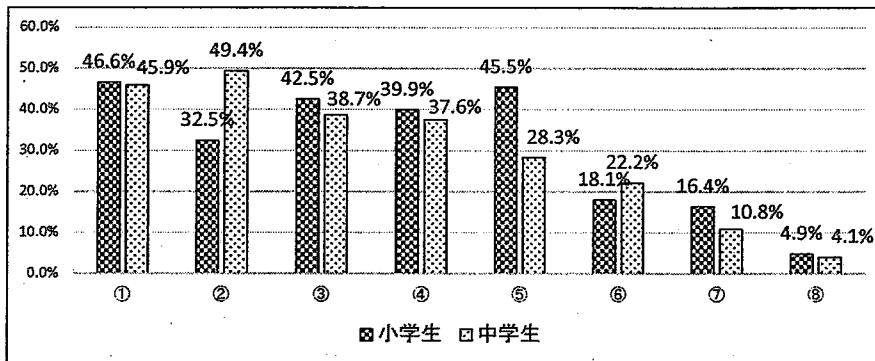
問3. あなたは、今回の強化週間中に、家庭で決めた携帯電話・スマートフォン・タブレット等についてのルールを守れましたか？

	小学生	中学生
① 全ての日で守れた。	312 人 (51.2%)	215 人 (33.8%)
② 4日以上守れた。	163 人 (26.8%)	154 人 (24.2%)
③ 守れない日が4日以上あった。	21 人 (3.4%)	54 人 (8.5%)
④ 家庭でルールを決めていない。	113 人 (18.6%)	213 人 (33.5%)
回答者数	609	636



問4. あなたは、今回の強化週間の取組をしてみて良かったと思うことはなんですか？ 複数回答可

	小学生	中学生
① 早寝早起きができた。	284 人 (46.6%)	292 人 (45.9%)
② 朝ごはんをきちんと食べることができた。	198 人 (32.5%)	314 人 (49.4%)
③ 勉強時間が増えた。	259 人 (42.5%)	246 人 (38.7%)
④ 勉強に集中できた。	243 人 (39.9%)	239 人 (37.6%)
⑤ 家族との会話が増えた。	277 人 (45.5%)	180 人 (28.3%)
⑥ 夜遅くまでの友だちとのメールなどのやり取りを止めるきっかけとなった。	110 人 (18.1%)	141 人 (22.2%)
⑦ 携帯電話・スマートフォン・タブレット等の使い方について家族と話しあう機会ができた。	100 人 (16.4%)	69 人 (10.8%)
⑧ その他	30 人 (4.9%)	26 人 (4.1%)



【小学生】

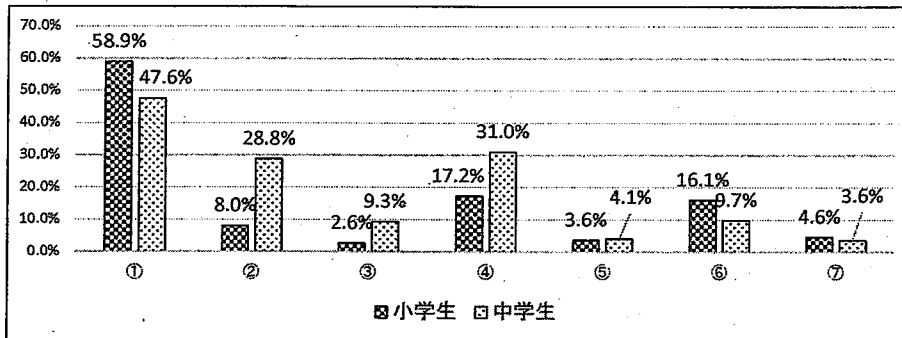
- いつもやることが普通にできた。 ●普段は8時に終えている。 ●何もできなかった。
- ゲームをやめることで、母親と一緒に過ごす時間が増えたとおもう。
- 習い事があったとしても、早寝早起きをして、朝食を食べようとした事。 ●スマホがあるから会話が減った。
- いろいろな人たちと遊べるようになった。 ●ごはんを食べる時間が増えた。

【中学生】

- 寝る時間が増えた。 ●影響なし。
- 自分の不規則な生活習慣が分かって反省することができた。 ●やってない。
- 自分の生活を振り返ることができた。 ●SNSを一回もやっていないこと。
- スマホを見る時間が減った。 ●読書の時間が増えた。

問5. あなたは、今回の強化週間の取組をしてみて、気になったことがありますか？ 複数回答可

	回答者数	小学生	中学生
① しっかり睡眠をとり、朝ごはんを食べると、一日調子がよくなった。	609人	359人 (58.9%)	303人 (47.6%)
② 友だちから、夜9時を過ぎてもメールやラインなどが送られてきた。	49人	49人 (8.0%)	183人 (28.8%)
③ 友だちから、夜9時を過ぎてもメールやラインなどの返信を求められた。	16人	16人 (2.6%)	59人 (9.3%)
④ 夜10時以降、テレビなど、携帯電話やスマートフォン以外のことで夜ふかしをした。	105人	105人 (17.2%)	197人 (31.0%)
⑤ 食事中や会話中でも使用しないと落ち着かなかった。	22人	22人 (3.6%)	26人 (4.1%)
⑥ 食事中や会話中でも家族が使用していた。	98人	98人 (16.1%)	62人 (9.7%)
⑦ その他	28人	28人 (4.6%)	23人 (3.6%)



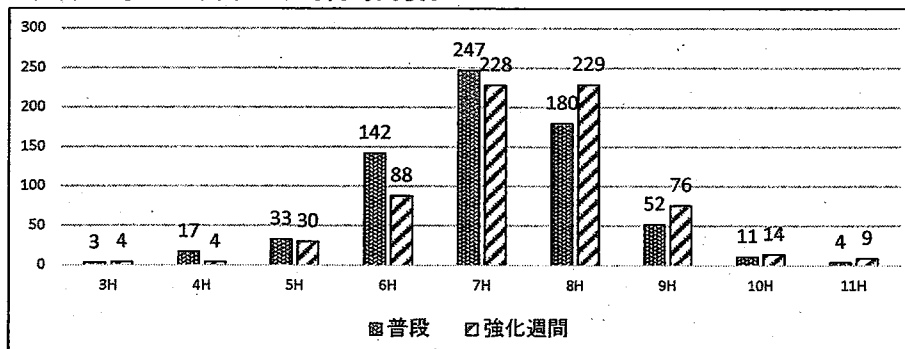
【小学生】

●特に気になることはなかった。 ●なるべく外で遊ぼうとした。 ●食事中しなかった。 ●母がいつも使っているのが気になった。

【中学生】

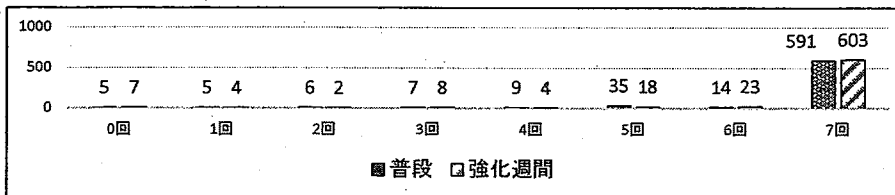
●意外に楽に取り組めた。 ●特になし

問6. あなたは、普段平日は平均何時間寝ていますか？【中学生への質問】
また、今回の強化週間中は平均何時間寝ましたか？

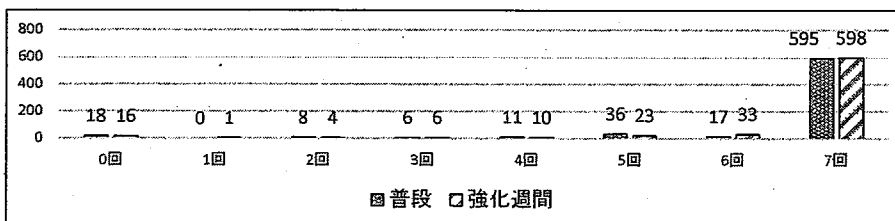


問7.【小学生は問6】あなたは、普段1週間(7日間)のうち朝食を何日食べていますか？
また、今回の強化週間中は何日食べましたか？

【小学校】



【中学校】



問8.【小学生は問7】あなたは、「10オフ運動」は、なぜ必要だと思いますか？

【小学校】

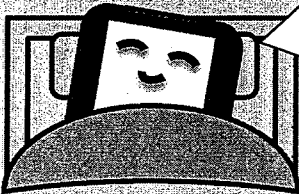
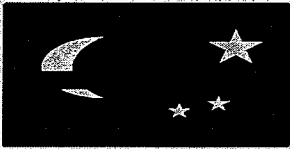
- 体調管理のため。●しっかり睡眠をとるため。●スマホやタブレットなどの使い方を見直すため。
- 家族で考えるため。●目を休めるため。●早寝早起きができ、健康に良いから必要だと思う。●そんなに必要ではないと思う。
- 寝る前に使うと、目が悪くなったり、体が興奮して眠れなくなるから。●自分の一日を大切にするため。
- わからない。●ブルーライトの影響で視力が落ちるから。●いつもは、勉強に集中できなかったけど、できたという人がいたり、
- これからの自分のためだと思う。●地球温暖化を防ぐ。●環境をよくしたり、夜更かしをしないようにするため。
- 家庭によって寝る時間も違うため、友達に迷惑をかけないようにするため。●電気を使いすぎないようにするため。
- 勉強に集中できたので、これからも強化週間以外でもやりたいと思います。●時間を守る運動。●節電するため。
- 早く起きられず遅刻したり、学校で眠たくなったりするから。●長時間のゲームはしないほうがいい。
- スマホの依存症にならないように。●携帯をやめるきっかけになるし、早寝早起きのきっかけ、朝ごはんをいつもより多く食べれたし、朝も携帯をさわらなくなったので10オフ運動は必要である。●睡眠時間や家族と接する機会が減ってしまう、依存症にもなるかもしれない。●事故や事件に巻き込まれないため。●食事中に家族との会話が増えるため。●自分の体も大事にできて、次の日すっきりする。●崩れた生活習慣を改善し、できている人は維持するため。●ルールをしっかり守るため。●勉強時間がへってしまう。
- 体の調子を整えたり、家族との時間を長くするため。●成長期だから。●相手に迷惑をかけるから。
- 家族の絆を深めるため。

【中学校】

- 体調に気を配ったり、今までの生活を振り返るため。●わかりません。●スマホ等の使用時間を見直すきっかけになるから。
- 生活習慣を見直すため。●目を悪くしないようにするため。●スマホ依存にならないため。
- 早寝早起きをして、生活リズムを整えるため。●学生らしく勉強に集中できる生活を過ごすため。●必要だとは思わない。
- 成長に悪影響 ●メールやラインなどは10時以降に送られるのは少し迷惑だと思うから。
- 家族の会話、勉強時間を増やすため。●依存症にならないため。●集中力を増やすため。10オフ運動で毎日の生活が変わる。
- スマホやタブレットのルールを見直すきっかけになる。●家族とのふれあいが大事だから。●会話が増えるから。
- 睡眠をとる→勉強に集中できる→成績が上がる。●学力低下を防ぐため。●自己管理能力をはぐむため。
- 高校に行くため。●10オフ運動とは何ですか？ ●必要ではない。●しなくてもよい。●必要だけど、とても難しい問題。
- LINEなどでメッセージを送られてくるのは迷惑だから。●遅刻や授業で伏せることがないようにするため。
- 普段できていないことを改めて、見直すため。●たまには違うことにも時間を使うため。●視力を維持するため。
- 成長期に適した生活リズムを確立させるため。●規則正しい生活を送れば、何事にも全力を尽くせる。
- ブルーライトで寝つきが悪くなると聞くので、質の良い睡眠をとるために必要。
- 自分で自分の区切りをつけたり、ほかの事に集中したりするために必要。
- 成長期の今だからこそ早く寝ることが必要。●トラブルや依存を避けるため。
- 10時以降にSNSなどを使用すると、話が盛り上がり寝る時間が短くなったり、それが原因で学校の授業で寝てしまう。
- ネットでの犯罪に合いやすいと思うから。●メールなどを送る相手に迷惑がかかるということを知るため。
- 成長期に必要なとされている8時間以上の睡眠をとるため。●自分の将来のため。
- スマホ依存になっていることを知るきっかけになる。●夜型の生活にならないようにする。●いじめをなくすため。
- 10時までと決まっていなかったら、グダグダと続けてしまうから。●子供のころに習慣ができれば、大人になってもできる。
- 家族や友達と面と向かって会話ができない人がいるから。

10 オフ運動

規則正しい生活リズムを!



10オフ運動キャラクター
「10オフくん」

- 相手のためにも、夜9時以降は送信しない!
- 自分のためにも、夜10時になったら使用をやめる!
- 家族みんなでスマホやゲームのルールを決める!

あなたは正しいでしょうか?
自分のルールを決めよう!



使いすぎに気を付けよう



ゲームばかりで勉強不足...



寝不足になっていませんか



ながらスマホは危険!!



SNSで知り合う人は別人かも



悲しんでいる人はいませんか



夏の強化週間

6月29日(月)~7月5日(日)

冬の強化週間

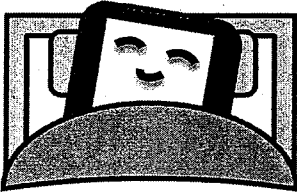
11月30日(月)~12月6日(日)

広島市教育委員会、広島市小学校長会、広島市公立中学校長会、広島市PTA協議会、広島市電子メディア協議会

※ケータイやスマホ等を推奨するものではありません。

10オフ運動

夏の強化週間！！



10オフ運動キャラクター

- ⓪ 相手のためにも、
夜9時以降は送信しない！
- ⓪ 自分のためにも、
10時になったら使用をやめる！
- ⓪ 家族みんなですマホやゲームの
ルールを決める！

家族と取り組むルールを作ってみよう！

例)相手のことも考えて、9時になったら友達とオンラインゲームしない。
8時間寝るために、10時になったらYoutubeとTikTokをみない。

相手のことも考えて、

_____時になったら友達と_____ない。

_____時間寝るために、

_____時になったら_____ない。

友だちどうして、作ったルールの確認もしておくとイネ!(ω・)b



夏の強化週間 6月29日(月)~7月 5日(日)

電子メディアキャラクター「10時や犬」

広島市教育委員会、広島市小学校長会、広島市公立中学校長会、広島市PTA協議会、広島市電子メディア協議会

※ケータイやスマホ等を推奨するものではありません。

じょうほう
その情報
かくさん
拡散しても大丈夫!?

だいじょうぶ



インターネット の使い方



10時や犬

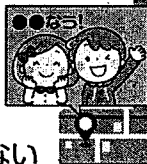
電子がチャイムスマフォットキャラクター

その1

こじんじょうほう しゃしん ふく
個人情報(写真を含む)
の
を載せない、送らない!



自分の写真を知らない人に送っては
いけないよ。悪用されてとりかえし
のつかないことになるよ。SNSに
投稿した写真や動画は、送信したら消せない
ことを知っておこう。



その2

ひと きず
人を傷つけないか
そうしんまえ
送信前に見直そう!

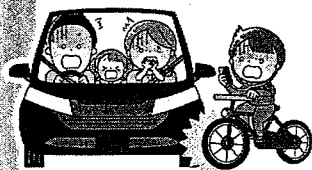


友達の写真や動画を勝手に送信・投稿してはいけ
ないよ。相手がどう感じるかをよく考えよう。安易に
送信・投稿すると加害者になってしまうこともあるよ。



その3

まも
マナーを守ろう!



ながらスマホは、とりかえしの
つかない交通事故の原因に
なるよ。自分以外の誰かを
傷つけてしまうこともあるよ。

その4

し あ ひと
ネットで知り合った人と
ちよくせつ あ
直接会わない!

ネット上で知り合った人に注意!
相手は本人以外の誰かになりすまし
ているかもしれません。信用してはいけません!
命に関わる事件が起きているよ!!

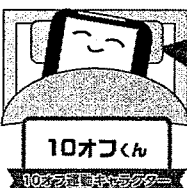


その5

つか
使いすぎないように
けじめをつけて!



睡眠時間が減ると、集中力もなくなり、心身の不調の原因に。
寝る前に布団に入っても、携帯・スマホが手放せなかったり
していないかな?お家の人とルールを決めたり、友達同士
のルールを決めましょう!



10オコくん

10オコ運動キャラクター

ひろしま市では
市立小・中学校を通じて
10オコ運動を推進しています。

- 相手のために思って「夜9時以降は送信しない。」
- 自分のためにも「10時までには使用をやめる。」
- 【家族で話し合ってスマホのルールを決める。】

取り組みです。

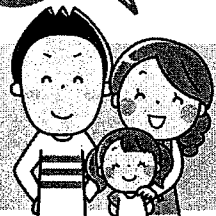
スマホ時代の 子育てのポイント

“公共の場では、電源を切るか、マナーモードにしない。特にレストランや映画館、またはほかの人と話している最中は気を付けて。あなたは失礼なことをしない良い子です。どうか、スマホを持ったからといって変わらなくて。”

スマホ18の約束

スマホ18の約束とは、母親が子どもに初めてスマホを与える際に、子ども宛てたメッセージ(使用契約)で、インターネット上でも話題となりました。「携帯・スマホは保護者が購入し、子どもに与えるものである」ということをしっかりと確認した上で、ルールや条件を話し合しましょう。

スマホ18の約束 検索



ポイント1 スマホの何をどう使わせるか、保護者がしっかり見守りましょう。

子どもが一人きりで遊んでいると、知らぬ間に不適切な情報に触れてしまう心配があります。子どもだけの使用はできるだけ避け、親子で楽しめるアプリを活用しましょう。子どもの発達段階に合わせて利用できる範囲やサービスを広げていきましょう。



ポイント3 思い込みで叱らないようにしましょう。

スマホは勉強や学習補助にも使われます。ニュースもスマホで読む時代、新聞を読んでいるならOKなのに、スマホはダメ...そんな態度が続けば、子どもの心が離れていってしまうかも。気になるときは興味をもって尋ね、子どもの使い方の把握につとめましょう。ネット関連の話題で会話するのも、使い方を知るための有効手段です。

(総務省 インターネットトラブル事例集より引用)



ポイント2 時間を決めて利用し、生活リズムを作りましょう。

一緒に決めた時間や約束は、保護者も守って、親子でおだやかな時間を過ごすにはいかがですか? また、スマホなどの明るい光や動画の視聴は、少し刺激が強すぎるのも心配です。就寝前の視聴は目が冁えて寝付きが悪くなります。



4つのポイントを
家族で
話し合ってみよう!

ポイント4 フィルタリングを上手に活用しましょう。

「子どもを信頼してるから」という理由で解除してしまう保護者もいるようですが、「信頼」と「安全」とは別問題です。また、「子どもが使いたいサービスやアプリが使えない」という理由も多いようですが、**フィルタリング**を外さなくても、使いたいサービスやアプリを個別に利用許可することができます。契約の切れた機器を子どもが使用する場合にも、フィルタリングを導入し、大人が使っていたアプリは削除する、パスワードは大人が管理するなどの配慮を忘れずに。

- フィルタリングのインストール
- フィルタリングのレベルを選択
- 必要に応じて詳細設定
- 成長に合わせて設定を変更!

青少年インターネット環境整備法に伴う大人の役割

「購入時・機種変更時のフィルタリング有効化」が義務に!!!

保護者は子どものスマホ利用状況を適切に把握すると共に、18歳未満が使用者である旨を申し出ること、フィルタリングの説明を受けること、フィルタリングソフトやOSの設定を行うことなどが、保護者の役割となります。

(総務省 インターネットトラブル事例集より引用)



(参考文献: 内閣府、文部科学省リーフレット)

いざというときの相談窓口

《ネットトラブル事例相談窓口》

広島県警本部サイバー犯罪対策課 サイバー110番
電話相談を希望される方はサイバー110番 ☎082-212-3110
<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/police3/cyber-kyoho-soudan.html>

広島法務局 インターネット相談窓口
☎みんなの人権110番 0570-003-110
☎子供の人権110番 0120-007-110

子どもの人権SOS-eメール
<https://www.jinken.go.jp/>

インターネット安全・安心相談
<http://www.npa.go.jp/cybersafety/>

違法有害情報相談センター
<http://www.ihaho.jp/>

インターネットホットラインセンター
<http://www.internethotline.jp/>

警察相談専用電話 #9110

発信地を管理する警察本部の総合窓口には接続されず、生活の安全に関わる悩みごと、困りごとなど、緊急ではない相談の窓口です。

《迷惑メール相談窓口》

迷惑メール相談センター
<https://www.dekyo.or.jp/soudan/index.html>

《ネットショッピング、ネットオークションのトラブル事例&相談窓口》

広島市消費生活センター
☎082-225-3300

広島県生活センター
☎082-223-6111

通販110番
☎03-5651-1122
<https://www.jadma.org/consumers/dm110/>

消費者ホットライン 188(局番なし)