

## 「10オフ運動」の平成30年度取組結果及び平成31年度取組概要について（報告）

### 1 10オフ運動について

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つの取組を呼びかけ、友達関係が気になり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。

平成27年2月から、小・中学校長会、広島市PTA協議会、広島市電子メディア協議会及び教育委員会が一体となって取り組んでいる。

### 2 平成30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2日（月）～7月8日（日）

冬の強化週間 12月3日（月）～12月9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」についての達成状況及び未達成の理由
- ・ 「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
- ・ 「家庭でのルールづくり」についての状況
- ・ 強化週間に取り組んだ感想

##### ⑤ 回収結果

夏の強化週間 1,317人（小学4～6年生742人 中学1～3年生575人）

冬の強化週間 1,337人（小学4～6年生683人 中学1～3年生654人）

#### (2) 集計結果

※詳細は別紙のとおり

（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。」の達成状況	全ての日で達成	60.3	32.1	67.0	34.4
	4日以上達成	22.5	24.0	20.7	22.8
	計	82.8	56.1	87.7	57.2
	( )内は対前年度	(▲1.8)	(▲1.6)	(▲2.3)	(▲2.2)
「遅くとも10時までには使用をやめる。」の達成状況	全ての日で達成	63.3	27.6	63.3	27.8
	4日以上達成	19.3	25.0	21.5	24.2
	計	82.6	52.6	84.8	52.0
	( )内は対前年度	(▲8.8)	(▲0.5)	(▲4.8)	(▲3.7)
家庭におけるケータイ・スマホ等のルール作成状況	以前から作っている。	50.8	48.5	53.6	45.6
	強化週ンをきっかけに作った。	6.1	4.6	4.8	4.4
	計	56.9	53.1	58.4	50.0
	( )内は対前年度	(▲5.0)	(6.9)	(▲11.4)	(▲0.3)

項目	小学生	中学生
夜9時以降送信した主な理由 ※( )内は、12月の状況	①少しくらい過ぎても良いと思った。(42.4%) ②家族や友だちに連絡することがあったから。(40.9%) ③夜9時を過ぎたのがわからなかった。(37.9%)	①友達からメールやライン等が送られてきたから。(66.8%) ②家族や友だちに連絡することがあったから。(32.8%) ③少しくらい過ぎても良いと思った。(32.8%)
夜10時以降使用した主な理由 ※( )内は、12月の状況	①少しくらい過ぎても良いと思った。(32.0%) ②夜10時を過ぎたのがわからなかった。(28.0%) ③使用をやめなければならないと思ったが止められなかった。(28.0%)	①友達からメールやライン等が送られてきたから。(44.8%) ②少しくらい過ぎても良いと思った。(31.3%) ③夜10時を過ぎたのがわからなかった。(28.7%)

### (3) 成果、課題及び今後の方針

#### ① 成果

- 「夜9時以降は送信しない。」について小学生では、「全ての日で達成できた。」「4日以上達成できた。」を合わせると夏の強化週間に比べ4.9ポイント増加の87.7%の達成率となっており、引き続き8割を超える高い達成率を維持している。
- 10オフ運動強化週間の取組についての感想で、「早寝早起きなど規則正しい生活ができた。」との回答が小学生では49.6%、中学生では39.9%で小学生、中学生ともに最も多く回答しており、次に回答が多かったのは、「家族との会話が増えた」との回答が小学生では49.2%、中学生では31.0%で、10オフ運動が生活習慣や家族とふれ合う時間を改善する上で、良いきっかけになっている。

#### ② 課題

- 「夜9時以降は送信しない」「遅くとも夜10時には使用をやめる」の達成状況が足踏み状態にあるが、近年、携帯電話・スマートフォン等の利用目的は、オンラインゲーム・LINE・ツイッター・動画視聴などに加えて、音楽、学習目的、塾帰りの電話連絡など多岐にわたっている。達成できなかった理由をより丁寧に分析し、対応策を検討するため、アンケートの質問内容を見直す必要がある。
- 家庭でルールを作っていない割合が小学生では40.9%、中学生では50.0%となっており、強化週間をきっかけにルールを作った割合も4~6%に限られていることから、強化週間の取組が必ずしも家庭でルールを作るきっかけになっていないことが考えられる。未達成の理由として「友達とのやりとり」が上位に回答されていることから家庭でルールを作るだけでなく、友達間でのルールを作ることも呼びかけていく必要がある。

#### ③ 今後の方針

##### <アンケートの実施について>

- アンケートの質問内容を見直し、課題をより具体化し次回の取り組みに生かしていく。

##### <児童生徒への意識付け・ルールづくり>

- これまでは年度当初に小学校・中学校の新1年生全員に10オフ運動のミニポスターを配付していたが、全学年の児童生徒が年間を通して意識することができるよう工夫する必要がある。
- 各学校の実態に応じて、電子メディアとの付き合い方やSNSでの適切なコミュニケーションの取り方について児童生徒に指導できるよう、10オフ運動に係る指導資料を作成し、配付することを検討する。

<強化週間について>

- ・ 強化週間の効果的な実施に向け、教師用指導資料を作成し、学校における指導の際に活用できるようにする。
- ・ 携帯電話・スマートフォン等の使い過ぎが児童生徒の生活や学校に及ぼす悪影響について理解を深め、自ら生活習慣を変えていくことができるよう取り組むとともに、保護者や大人に対し、現状を周知できるように各学校にも協力を依頼し取組を推進する。
- ・ 強化週間中のルール作りの取組については、家庭内だけでなく、学級や友達間でもルールを決めるように取組む。また、約半数の児童生徒にルールが無い状況を踏まえ、具体的なゲーム名やアプリ名の使用を制限するルールを作るなど、ルールの焦点を絞ることを促す。
- ・ 強化週間においては、ルール作りを促す目的として、児童生徒保護者に対しスマホ等の長時間利用による影響や、被害者にも加害者にもならないためのトラブル事例などを紹介する資料を配布する。また、市立中学校の生徒から募集した『ストップ ダラ通』プロジェクトの標語を紹介しながら、強化週間を通して個々の意識向上を図る。

<啓発について>

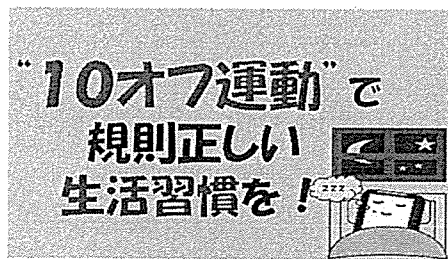
- ・ 高等学校における携帯電話の持ち込み許容など、状況の変化に対応するため、高校生を対象とした啓発講座・コンテンツ開発にも取り組む必要がある。
- ・ これまでと同様に、各学校での10オフ運動推進に加え、各区役所での啓発動画の放送、広島市広報番組や広島市公式ツイッター・フェイスブック、広告塔等の活用、カープやサンフレッチェの公式戦での広報、マスコットキャラクターを使った広報など様々な角度から啓発活動に取り組む。

(4) 平成30年度取組事例

- ・ 学校においても10オフ運動を推進しやすくするための指導用参考資料を作成した。
- ・ その他、以下のような取組を実施した。



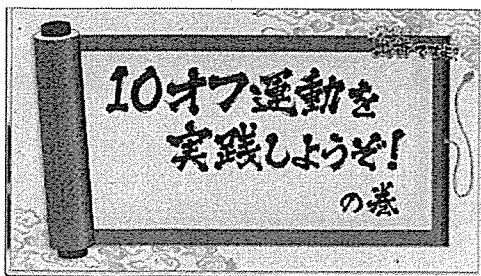
サンフレッチェ公式戦グランド周回



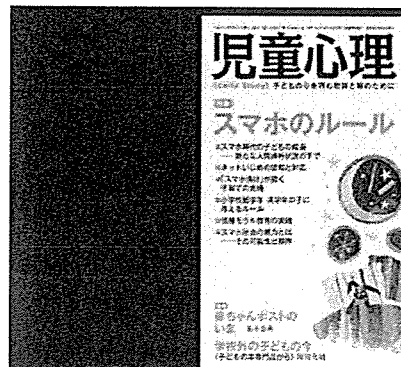
啓発動画  
区役所での放送実施  
(南区の公民館で放送)



電子メディアキャラクター  
「じゅうじけん  
10時や犬」



広島市行政番組  
「ご老公様出番ですよ」  
(RCC)での広報



児童心理 2月号  
10オフ運動の取組について掲載

デザイン系の学科をもつ大学  
や専門学校から公募し、アン  
ケート抽出校の児童生徒の投  
票により決定

### 3 平成31年度の「10オフ運動」強化週間について

学校長期休業期間前の7月と12月には強化週間を設定して以下のとおり取り組む。

#### (1) 日程

長期の休みに入る1週間前までに終了し、振り返りをした後に休みに入る時期を設定

夏の強化週間：平成31年 7月 1日（月）～ 7月 7日（日）

冬の強化週間：平成31年12月 2日（月）～12月 8日（日）

#### (2) 主な取組内容

- ・ 「家族で取り組むルールづくり」のミニポスターを児童生徒に配付し、家族で取り組む機運の醸成を図る。
- ・ 各学校でもルールづくりについて児童生徒や保護者への働きかけを行う。
- ・ 指導第一課、第二課と連携し、生活リズムカレンダー等と連動させ、自分の生活習慣について振り返らせることで電子メディアとのかかわり方についても振り返らせる。
- ・ 各学校の実情に応じて、児童生徒や保護者を対象とした研修会等を実施する。
- ・ 強化週間の取組の実態を把握するため、抽出校においてアンケートを実施する。
- ・ 「ストップ ダラ通 プロジェクト」で募集・選考された標語や、トラブル事例などを紹介しながら、生徒自らが主体的に考え課題解決に向けて取組めるように、ルール作りを促進する。

### 4 平成31年度の啓発ポスター等の作成・配付計画

#### (1) 10オフ運動クラス掲示用ポスターの配付

平成30年度までは、家庭用ミニポスターを小・中学校新1年生へ配付してきたが、今年度については、より効果を期待するために各クラスに掲示用ポスターを配付し、全学年の児童生徒が年間を通じて意識できるように取組を推進する。

この教室掲示用ポスターなどを利用して、家庭だけでなく学級や友達間でもルールを作るように呼びかけを行う。

（平成31年3月下旬に学校に配付済）

#### (2) 青少年及び保護者啓発用チラシの配付

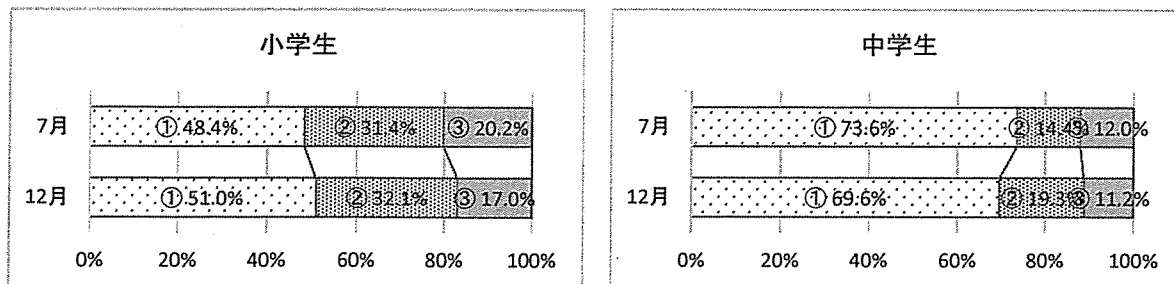
インターネットやSNSと上手につきあうために、トラブル事例や注意喚起、相談窓口などを掲載したチラシを配付する。

（平成31年4月上旬に学校に配付済）

「10オフ運動強化週間における児童生徒アンケート」集計結果(7月と12月の比較)

1. (問1)携帯電話・スマートフォン等を使っていますか？

- ① 自分専用の携帯・スマホ等を所有し、使っている。
- ② 家族が持っている携帯・スマホ等を一緒に使っている。
- ③ 使っていない。

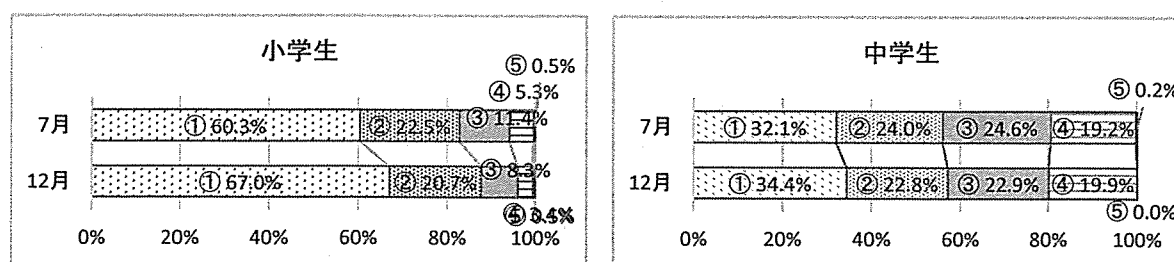


「① 自分専用の携帯・スマホ等を所有し、使っている。」、「② 家族が持っている携帯・スマホ等を一緒に使っている。」を合わせると、「何らかの形で携帯電話・スマートフォンを使用している比率は小学生で7月が79.8%、12月が83.1%であった。この結果は昨年度の夏と冬の結果の平均とほぼ同じ値であった。中学生では7月が88.0%、12月が88.9%であった、この結果に関しては、昨年度の夏と冬の結果の平均と比較すると、8ポイント上昇しており、9割近い生徒が携帯・スマホを使用している。また、①の「自分専用の携帯・スマホの所持率」に着目した場合、中学生では、昨年度の平均よりも10ポイント上昇している。昨年度に比べて携帯・スマホの私有率が顕著に増加したことがわかった。

※問2以降は、問1で①または②と回答した人のみ回答

2. (問2)「夜9時以降は送信しない。」について、何日達成できましたか？

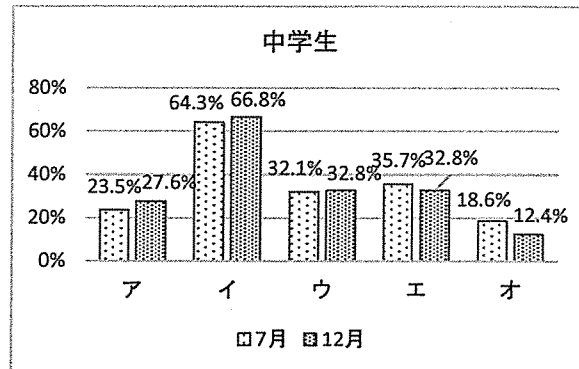
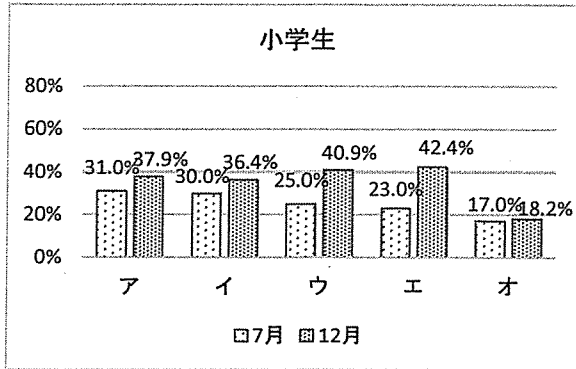
- ① 全ての日で達成できた。
- ② 4日以上達成できた。
- ③ 達成できない日が多かった。
- ④ 全く達成できなかった。
- ⑤ 未回答



小学生については「① 全ての日で達成できた。」、「② 4日以上達成できた。」を合わせると7月が82.8%、12月が87.7%といずれも8割を超えており引き続き高い達成率を維持している。7月と12月を比較すると、「③ 達成できない日が多かった。」、「④ 全く達成できなかった。」と応えた児童が積極的な回答に遷移している様子がわかる。中学生については、7月が56.1%、12月が57.2%の達成率に留まっている。

3. (問2)未達成(③、④)の理由(複数回答あり)

- ア 夜9時を過ぎたのがわからなかった。
- イ 友達からメール、ライン等が送られてきたから。
- ウ 家族や友達に連絡することがあったから。
- エ 少しくらい過ぎても良いと思った。
- オ その他



「その他」の内容  
(小学生)

- ・Youtubeが楽しい。動画をみたいから。
- ・まだ起きていていい時間だから。
- ・やる事がなくて暇だからチャットならいいと思った。
- ・ゲームで友達と遊ぶとやめられない。

(中学生)

- ・LINEが楽しい。・ゲームをしていた。
- ・その時間以外にスマホを使う時間がとれない。
- ・10オフ運動の事を知らなかった。
- ・意識することができなかった。

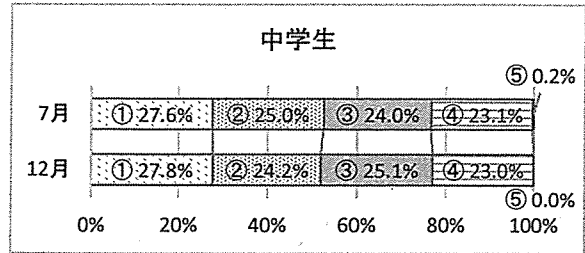
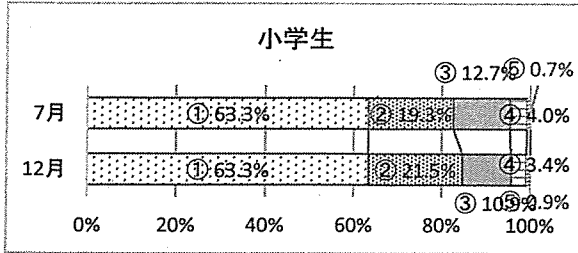
小学生、中学生とも未達成理由として「イ 友達からメール、ライン等が送られてきたから。」の割合が高くなっていることについては、SNSメッセージを友達間でやり取りしている中で、人間関係が壊れるのを恐れて、何時になってもやり取りをやめられない状況は、昨年と変わっていない。

その他の内容にある、オンラインゲームなど友達と待ち合わせて遊ぶゲームにより、途中でやめられない現状がある。ついつい時間を越えても続けてしまう要因となっている。中学生についても同様の事がいえる。

4. (問3)「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？

※問1で①と回答した人のみ回答

- ① 全ての日で達成できた。
- ② 4日以上達成できた。
- ③ 達成できない日が多かった。
- ④ 全く達成できなかった。
- ⑤ 未回答



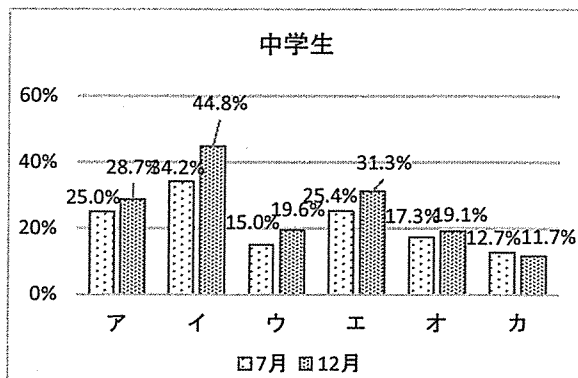
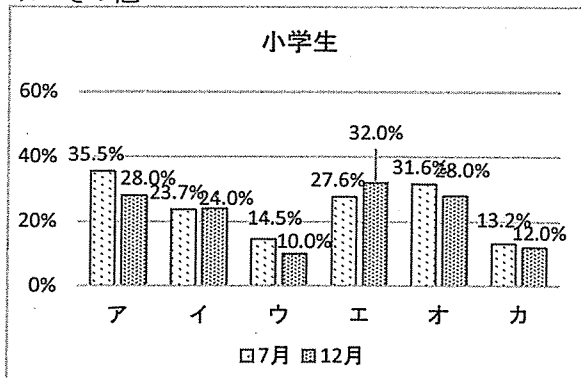
小学生について「① 全ての日で達成できた。」、「② 4日以上達成できた。」を合わせると、7月が82.6%、12月が84.8%と、「9時以降は送信しない。」と同様に高い達成率を維持している。

一方、中学生では、7月が52.6%、12月が52.0%となっている。

小学校と比べて中学校の達成率が低いのは、生活スタイルや、友達との交流の手段が大きくかわるためであると考えられる。一度自分のスマホを所有してしまうと寝る直前までなんらかの形でスマホを利用することが日常となり、生活の一部となっている。例えば、音楽を聴くことをとりあげれば、スマホを使用せずに音楽を聴くことは難しい。わからない単語を調べたり、読書をしたりと就寝までに行っていた生活は少なからずスマホやタブレット端末に頼っている。次の質問の使用をやめられなかった理由として、学習に必要であったなどの項目も今後検討していく必要がある。

5. (問3)未達成(③、④)の理由(複数回答あり)

- ア 夜10時を過ぎたのがわからなかった。
- イ 友達からメール、ライン等が送られてきたから。
- ウ どうしても家族や友達に連絡する必要があったから。
- エ 少しくらい過ぎてても良いと思った。
- オ 使用をやめなければならないと思ったが止められなかった。
- カ その他



「その他」の内容  
(小学生)

- ・災害情報を知りたかった。
- ・塾で利用するから。
- ・Youtube TikTokをみていた。
- ・ゲームをしたかった。
- ・ゲーム・LINEを途中でやめられないから。

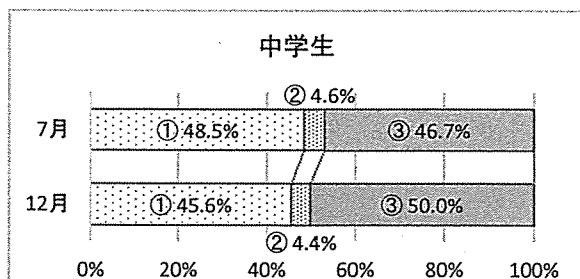
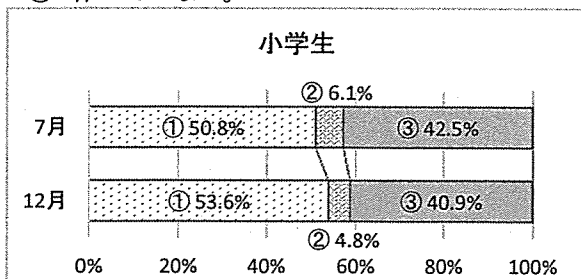
(中学生)

- ・使用できる時間が10時以降しかなかったから。
- ・音楽を聴いていたから。
- ・勉強でわからないことがあったらグーグルを使うから。
- ・塾などの用事があるから。
- ・寝るまでに時間があり、ツイッターやインスタをしていた。

小学校では、「エ 少しくらい過ぎてても良いと思った。」を選択した児童が多いのに対して、中学校では、「イ 友達からメール、ライン等が送られてきたから。」の理由が多く、中学校では、やはりやめたいけど止められない状況があり、小学校と中学校の使用目的にも大きな違いが見て取れる。その他の理由より、「勉強でわからないことがあったらグーグルを使うから。」という項目もあり、携帯・スマホは学習ツールとしてもはや外せないアイテムとなっている。

6. (問4)家庭で、ケータイ・スマホ等のルールを作りましたか？

- ① 以前から作っている。
- ② 強化週間をきっかけに、ルールを作った。
- ③ 作っていない。

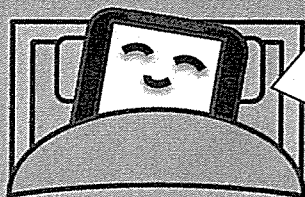
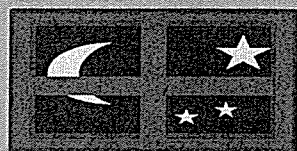


家庭での携帯・スマホ等のルールづくりについては、「① 以前から作っている。」、「② 強化週間をきっかけに、ルールを作った。」を合わせた達成率が小学生では7月が56.9%だったのに比べ12月は58.4%、中学生では、7月が53.1%だったのに比べ12月は50.0%となっている。新たにルールを作った児童・生徒の割合はわずかであり、依然として50%近くの児童・生徒がルールのない状態で携帯・スマホを利用していることがわかる。いかに新しくルールを作る事が難しいかがみてとれる。引き続きSNSにおけるトラブル事例や、過度な利用による影響について保護者に対する啓発を行い、友だち同士においても「お互いのためにも、SNSでのやりとりは9時までにはしよう」などのルールを決める機会を設定していく必要がある。



# “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!

友達どうしても  
「やくそくごと」を決めてみよう!

(例)

- ・お互いに顔写真はアツブしない「やくそく」ね!
- ・オンラインゲームは9時までには終わらせる「やくそく」ね!

家族のルールをあらかじめ友達に伝えておくのもイネ!

みんなで10オフ運動をはじめよう!



電子メディアキャラクター「10時や犬」

夏の強化週間

7月1日(月)～7月7日(日)

冬の強化週間

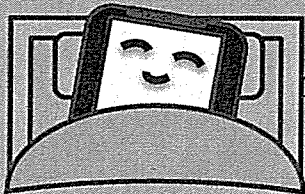
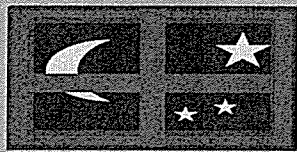
12月2日(月)～12月8日(日)

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  
「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、  
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！  
広島市の運動です！

### 家族と取組むルールを作ってみよう！

例) 相手のことを考えて、夜9時以降は友だちとゲームしない。  
睡眠時間をとるために、夜10時以降はYoutubeやTikTokをみない。

相手のことも考えて、  
夜 9 時になったら友達に \_\_\_\_\_ しない。

\_\_\_\_\_ 時間寝るために、  
夜 10 時になったら \_\_\_\_\_ しない。  
具体的なアプリやゲームの名前を入れてみよう！

友だちどうして、作ったルールの確認もしておくといね!(・ω・)b  
メリハリのある1週間をすごしてみませんか？



電子メディアキャラクター「10時や犬」

### 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)

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  
大丈夫!?



# インターネット の使い方

10時や犬



10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

10時や犬

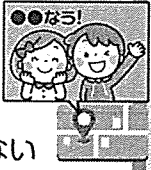
10時や犬

その1

個人情報(写真を含む)の載せない、送らない!



自分の写真を知らない人に送ってはいけません。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

人を傷つけないか送信前に見直そう!

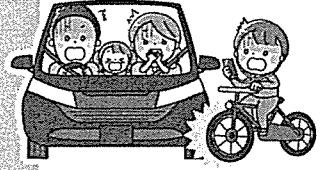


友達の写真や動画を勝手に送信・投稿してはいけません。相手がどう感じるかをよく考えよう。安易に送信・投稿すると加害者になってしまうこともあるよ。



その3

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

ネットで知り合った人と直接会わない!



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!!

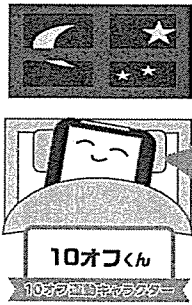


その5

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、友達同士でルールを決めましょう!



広島市では  
公立小・中学校を通じて  
10オクン運動を推進しています。

- 相手のためを思って「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。」
- 家族で話し合っし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

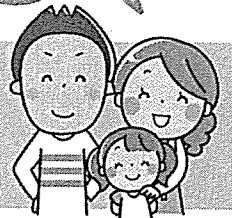
“公共の場では、電源を切るか、マナーモードにしない。特にレストランや映画館、またはほかの人と話している最中は気を付けて。あなたは失礼なことをしない良い子です。どうか、スマホを持ったからといって変わらなくて。”

## 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、子どもに宛てたメッセージ(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

総務省



### 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。

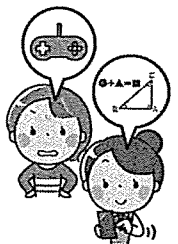
一緒に決めた時間や約束は、保護者も守って、親子でおだやかな時間を過ごしてはいかがでしょうか? スマホなどの明るい光や動画の視聴は、少し刺激が強すぎるのも心配です。就寝前の視聴は目が冴えて寝付きが悪くなります。



### 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。気分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)



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-jyoho-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

発信地を管轄する警察本部の総合窓口に接続されます。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)