

特集／スマホ時代の子育て

子どもとスマホの上手なつきあい方

今や、子どもの生活にも浸透してきたスマートフォン(スマホ)。手軽で便利、勉強などにも活用できる反面、ネット依存やいじめ、犯罪被害などの重大な問題が生じる可能性もあります。入学・進学を前に新規購入を検討する家庭が多いこの時期に、子どもと電子メディアの健全な関係づくりについて、家庭でも考えてみませんか。
園教育委員会育成課 (☎242-2116、☎242-2018)

1 スマホ所持の低年齢化 SNSの危険性を知ろう!

年々、子どもの所有率が増加している(右上表参照)携帯電話・スマートフォン(スマホ)。情報検索、仲間同士の情報交換など、便利な機能がある反面、SNSやゲームを通じて知らない人ともやり取りができるなど、保護者の想定外の使い方をする恐れもあります(右下表参照)。また、長時間使用することによる睡眠不足や視力障害などの健康被害も報告されています。昨年5月にはWHO(世界保健機関)が「ゲーム障害」を国際疾病として認定しました。スマホやゲームに依存し、やめられないことが大きな問題となっています。

■携帯電話・スマートフォンの所有率

調査項目	小学生	中学生	高校生
携帯電話・スマートフォンを所有している(家族のものを使わせているなどを含む)	61.8	64.2	72.1
持たせて(使わせて)いない	38.2	35.8	27.9

■インターネット上での経験

調査項目	小学生	中学生	高校生
自分が知らない人や、お店などからメッセージやメールが送られてきたことがある	10.9	26.2	40.0
インターネットで知り合った人とメッセージやメールなどのやりとりをしたことがある	7.9	25.3	40.7
インターネットにのめり込んで勉強に集中できなかったり、睡眠不足になったりしたことがある	9.8	23.2	35.0

※平成30年度市教委調査アンケート(保護者1,702人、児童・生徒2,135人抽出)、小学生は4~6年生のみ

スマホ・ゲームによる影響とトラブルの例

視力障害・内斜視 	学習能力の低下 	ながらスマホによる事故
ゲーム障害・ゲームの高額請求 	通販サイトの後払いによる支払いの滞納 	誹謗中傷・いじめ
SNSで犯罪・非常識行為の自慢 	SNSで犯罪などに巻き込まれる 	個人情報の漏洩

危険! インターネットでは次のような危険や犯罪被害が発生しています

【危険】●有害な情報が氾濫 ●相手の顔が見えない(正体を偽って子どもに近づく人も) ●発信した情報、画像は取り戻せない ●匿名のつもりが画像の背景や制服、位置情報などから個人が特定される

【犯罪被害】●脅されて裸の画像を送らされた ●誘い出されて性被害に(被害は男女とも) ●元交際相手に撮られた画像を拡散された ●ゲーム機でも被害に(ネット環境下のオンラインゲームなどで)

2 スマホを安全に使用するために

スマホは、保護者が買い与えるものなので、保護者との決まりの下で使うという認識が大変重要です。子どもを被害者にも加害者にもさせないために、保護者はスマホの使用制限や使用状況を把握し、成長に合わせて見守りましょう。4つのポイントを紹介します。

保護者ができる4つのポイント

- ① スマホをどう使わせるか、考えを示し見守る**
まず、子どもの年齢や環境に合わせた適切な使い方を示し、その後は放置せず、見守りましょう。成長に合わせて利用できる範囲やサービスを広げていくことも大切です
- ② スマホの使用時間や使い方を話し合い、家庭のルールを作る(下記参照)**
時間や約束などを一緒に決め、成長に合わせてルールも適切なものに変更していくことが大切です
- ③ 思い込みで叱らない**
スマホは、情報入手や学習補助など、成長、教育の上で有益なこともあります。テスト期間中などに使っているから「遊んでいる」と決めつけず、使い方を見守りましょう
- ④ フィルタリング*を活用する**
*スマホなどに有害情報へのアクセス制限をする機能
携帯電話会社は、18歳未満の青少年に対し、購入・機種変更時にフィルタリングの必要性と内容について説明することが義務付けられています。しっかりと説明を聞き、子どもと話し合っって積極的にフィルタリングを活用することが大切です

わが家のスマホ(ネット)のルール(例)

- 名前、画像、学校名など個人情報を載せない、送らない(写真や動画は発信したら消せない)
 - 読んで不愉快なこと、悪口は書かない。人を傷つけていないか送信前に見直す(自分が加害者になってしまうことも)
 - 長時間の使用につながるような無理なメッセージのやりとりを友だちに要求しない
 - 知らない人からのメールやメッセージには絶対に返信しない(誰かになりすましているかも)
 - ネットで知り合った人とは絶対に直接会わない
 - お金がかかる場合は事前に相談する
 - 夜()時以降は電源を切る
夜()時以降は自分の部屋に持ち込まない
 - 公共空間ではマナーを守る。歩行中や自転車に乗りながらの「ながらスマホ」はしない
 - フィルタリングのパスワードは保護者が管理する
 - 食事や会話の時は使わない ルールが守れないときは使用禁止
- 紙に書き、家族全員が見えるところに貼っておきましょう

3 SNSでのトラブルに巻き込まれないために…対処法のコツ

「出会い系サイト」が法律で規制されて以降、特殊なサイトではなく、SNSなどごく普通のコミュニティサイトでのやり取りがきっかけで被害に遭う子どもが増え続けています。SNSで「フォローしてくれたのにフォローを返さないのは悪い」「DM(ダイレクトメッセージ)をもらって無視するのは気持ち悪い」と徐々に近付いてしまい、相手の悪感に引きずり込まれてしまうケースもあります。「被害に遭う人が特殊なだけ。自分の子どもは大丈夫」と思わないことが大切です。

トラブルを未然に防ぐには?

- 子どもを守るため、親子で相談しながら SNS の次の設定を確認しよう**
- アカウントの公開・非公開
 - 自分の投稿を読んでもいい人の範囲設定
 - 自分がDMを受け取れる人の範囲設定
 - 自分の画像へのタグ付けに関する許可設定
- 注意!** プライバシーやセキュリティに関する設定を確認。アカウントが複数ある場合は、それぞれの利用状況に合わせて設定を、機種変更時の設定確認も忘れずに
- ネットでのやり取りには、これ以上踏み込まない限界と対処方法を決めておこう**
- 深刻なこと、プライバシーに関わることは書き込まない
 - SNSだけの知り合いからのDMには、SNSで返信しDMで返さない(1対1でのやりとりはしない)
 - 嫌なこと、不安なことを要求されたら、すぐにはつきり断る
 - しつこく誘われたり脅されたりしても、決して応じない
- 注意!** 心が弱っているときは、ネットの世界に頼りがち。しかしそこに付け入る悪意があることも忘れずに

トラブルに巻き込まれたときは?

トラブルに巻き込まれそうになったとき、巻き込まれたときに、友人に相談して子どもたちだけで解決しようとする、反対に悪い方向に進むことがあります。必ず身近な大人に相談するか、警察や下記の専門窓口相談するなど、一人で抱え込まず、相談する勇気を持つよう、普段から声掛けをしましょう。

相談窓口 いざというときの相談窓口

- インターネットホットラインセンター
- 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へ接続されます。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。
- 迷惑メール相談センター
- 迷惑メール相談窓口
- 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
- 通販110番 ☎03-5651-1122
- 広島市消費生活センター ☎225-3300
- 広島県生活センター ☎223-6111
- 消費者ホットライン 188(局番なし)

【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
- 広島法務局 相談窓口
・みんなの人権110番 ☎0570-003-110
・子どもの人権110番 ☎0120-007-110
・子どもの人権 SOS-eメール
- インターネット安全・安心相談
- 違法有害情報相談センター

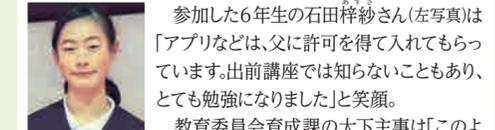
電話相談を希望する人はサイバー110番へ ☎212-3110

出前講座「スマホやインターネットの使い方を保護者と学び、家族で話し合うきっかけ作り」 市立大町小学校(安佐南区)



ルール作りは親子関係づくりです

1月中旬、大町小学校で行われた電子メディア協議会の出前講座には、小学校6年生94人と保護者50人が参加しました。スマホやネットの使い方、危険性などについて、電子メディアインストラクターが、クイズ、寸劇、動画などを用いて分かりやすく解説しました。同インストラクターの笹川進吾さん(上写真)は「使い方のルールをご家庭で話し合っって決めるポイントは、良い生活リズムを守るルールにすることです。子どもたちの成長に必要な「睡眠・食事」の時間を確保し、勉強時間や家族とのだんらんも確保した上で使用時間などを決め、話し合う際は、子どもの話をしっかり聞いて、子どもの納得のできるルールを作ることが大切です。子どもの話を聞く際は、承認しながら傾聴することが大事で、そうすると子どもの心が安定し、自主的な学習につながり、学力が向上し、スマホなどの賢い使い方ができるようになる」と話します。



参加した6年生の石田梓紗さん(左写真)は「アプリなどは、父に許可を得てもらっています。出前講座では知らないこともあり、とても勉強になりました」と笑顔。

教育委員会育成課の大事主事は「このように出前講座では、スマホによる影響やトラブルの事例を交えながら、SNS・インターネットとどのように付き合っていくかをお話します。保護者会などにご活用ください」と呼び掛けます。

今さら聞けない!? インターネット用語集

- SNS ソーシャルネットワークサービスの略で、インターネット上で友だちや同じ趣味の人が集まる場所を提供するサービス(インスタグラム、ツイッター、フェイスブック、ラインなど)
- フォローする SNSで他人の投稿を自分のページで見られるよう登録すること
- DM ダイレクトメッセージの略で、電子メールのように特定の相手だけに送られる非公開のメッセージ
- アカウント インターネットのサービスを利用するためのIDナンバーやその権利のこと
- タグ付け SNSで投稿や写真に、友だちなどの関連する人物の名札(タグ)を付ける機能のこと
- アプリ アプリケーションの略で、ゲーム、メール、写真編集、音楽プレーヤーなどのソフトウェアのこと

子どもを守るための出前講座 保護者が学ぶ賢い使い方

市は、電子メディア協議会*に委託し、小・中学校やPTA、地域の各種団体などに電子メディアインストラクターを派遣し、子どもとインターネットとの関わり方や危険性、保護者や地域の大人などが果たす役割などについて出前講座を行っています。

【申し込み方法】電話かファクス、メールで実施日の約2カ月前までに、電子メディア協議会事務局(育成課内)にご連絡ください ☎242-2116、☎242-2018
Eメール ikusei@city.hiroshima.lg.jp
*市が認定した電子メディアインストラクターなどによる、子どもたちと電子メディアの健全な関係づくりに取り組むことを目的とした団体

10(テン)オフ運動の取り組み 学校と連携したルールづくり

全市立小・中学校、PTA、電子メディア協議会、教育委員会が一体となって、子どもたちが携帯電話・スマートフォンなどの適切な使用するための10オフ運動に取り組んでいます。家庭のルールに加え、友達同士でもルールを決めておくことが大切です。

10オフ運動とは

- 相手のためを思って「夜9時以降はメールやメッセージなどの送信をしない!」
- 自分のためにも「夜10時までは使用をやめる!」
- 家族で話し合っってスマホのルールを決める

※電子メディアマスコットキャラクター「10時や犬」