

大丈夫？スマホの使い方

1日中、スマホやネットばかりになっていませんか？

香取市立小見川北小学校

今、小中学生がこんなトラブルに巻き込まれています。
危険性についてチェックしましょう。

生活編

<ネットいじめ> SNSなどでの悪口や仲間はずれ

文字だけでは誤解が生じやすく、ちょっとした悪ふざけのつもりでも相手を傷つけてしまうことがあります。

また、相手には生活や様々な事情もあり、返事ができないだけなのかもしれません。

—みなさんに注意してほしいこと—

- 特定の相手の発言だけ無視したり、突然グループから外したりしないようにしましょう。
- 自分が送られたらどう思うか考え、送る前にもう一度読み返してみましょう。
- すぐ既読無視と思わず、あまり返信を気にしすぎないようにしましょう。



<ネット依存>

勉強中もスマホのことが気になりだすと、学ぶ意欲が低下したり、成績が落ちたりし、将来の進路に影響がでるかもしれません。

—みなさんに注意してほしいこと—

- 食事中、勉強中は使わないなど、メリハリをつけて使うようにしましょう。



<健康被害>

長時間の使用により、生活リズムが崩れてねむくなったり、視力低下や頭痛などの健康被害を引き起こしたりすることもあります。

—みなさんに注意してほしいこと—

- 一日何時間までなど、使用時間の目安を家族で話し合しましょう。



<ながらスマホ>

歩きながらスマホなどを使用すると、人にぶつかったり、道路に飛び出したりして、自分だけでなく、相手をケガさせることがあります。

—みなさんに注意してほしいこと—

- 周囲に迷惑をかけないように、立ち止まって使いましょう。



<ゲーム機でのトラブル>

通信ゲームでは個人情報やりとりできます。アイテム欲しさに次々と課金すると、気がついたら高額な請求が来ることもあります。また、アイテム交換などでトラブルになり、個人情報をさらされる事態が発生しています。

—みなさんに注意してほしいこと—

- 課金アイテムなど、有料コンテンツを利用するときは保護者と相談しましょう。
- 顔の見える見えないにかかわらず、課金したアイテムの交換は控えましょう。



犯罪編

<ネット依存>

パソコンなどを使えない状態にして金銭をおどし取ろうとしたり、なりすましによる被害が増えています。



—みなさんに注意してほしいこと—

- フィルタリングを利用しましょう。
- 迷わず保護者に相談しましょう。

<犯罪に巻きこまれる危険性>

SNSやネットで出会った人は、想像している人と同じとは限りません。



—みなさんに注意してほしいこと—

- あまい言葉や誘いには乗らないようにしましょう。

<個人情報やプライバシーに関すること>

スマホなどで撮った写真から、位置情報が読み取れることがあります。また、他人の写真を勝手に掲載したことで損害賠償請求されることがあります。一度画像や動画を載せてしまうと完全に消すことはできません。

—みなさんに注意してほしいこと—

- 個人が特定できる話はネット上ではしないようにしましょう。
- ネット上の情報は永遠に残り続け、完全に消すことはできません、公開してよいかどうか、その人の許可を得るなどしましょう。迷ったときは載せないことも大切です。



思い当たることはありませんでしたか？

次は、トラブルを防ぐため家庭のルールについて考えましょう。

トラブルを未然に防ぐため

インターネットを利用するルールを作りましょう。

- 子どもと保護者が一緒に守れるルールを考え、一緒に実践しましょう。
- 年齢などに応じて見直しましょう。
- フィルタリングを設定しましょう。
- 機器の購入前や、購入後においても、どんな危険性があるのか正しく理解し、家庭でルールの必要性について話し合いましょう。
- トラブルが起これば、まず保護者に相談するように決めておきましょう。
- 友だち同士や保護者同士でも、家庭でどんなルールを作っているか話してみましょう。

ルールを作る際のポイント



ルールについて考えてみましょう。

こんなルールがおすすめてです

- ◆各家庭により生活スタイルは様々であり、「塾のある日は〇〇時まで」のように各家庭に合った時間のルールを話し合って決めましょう。

①夜〇〇時以降は使用しない

②夜10時以降は〇〇（寝室などの場所）で使用しない

- ◆友だち同士でお互いのルールを知らせておきましょう。

③友だち同士で守れるルールにする

- ◆不適切な表現や画像、トラブルや事件事故に巻き込まれないよう、携帯電話やスマホを購入するときは、販売店に伝え有害情報のフィルタリングを設定してもらいましょう。

④フィルタリングを設定する

⑤他人の写真や住所・名前など個人情報を勝手に掲載しない

⑥「うざい」「きもい」など悪口を書き込まない。送る前に一度読み返す

⑦課金する際は保護者の許可を得てからする

⑧『 』我が家の一か条

- ◆守れなかったときのルールも考えましょう。

⑨守れなかったら使用禁止

- ◆その他にも下記のルールについて各家庭で話してみましょう。

⑩歩きながらスマホを操作しない

⑪勝手にダウンロードやインストールしない

⑫知らない人とはやりとりしない

⑬お金がかかるものは使わない

⑭食事中はさわらない

⑮やること（宿題など）をやってから使う

⑯困ったことがあったらすぐに保護者に相談し、隠さない

⑰パスワードを親に知らせておく

⑱緊急時は使用可



ご家庭でお子様と話し合った上で家族みんなが守れるルールを考えましょう。

おわりに

パソコンやスマホなどは、大変便利なツールである反面、使い方を間違えると人を傷つけるネットいじめに繋がったり、ネット犯罪の被害者や加害者になったりしてしまう危険性もあります。

北小学校では、現在このような状況です。

1. スマホ、携帯等の所持率	36.3% (およそ5人中2人)
2. 動画サイトやゲームアプリの使用率	85.0% (およそ5人中4人)
3. SNSの使用率	38.3% (およそ5人中2人)

どの質問でも、学年が上がると人数が増える傾向にあります。「2. 動画サイトやゲームアプリの使用率」は5人中4人と、多くの児童が触れることのできる環境にあります。

トラブルを防止するため、パソコンやスマホ、ゲーム機などをどのように使い楽しむのか、機器の利用にあたって家庭で話し合しましょう。

相談・通報窓口 [困ったことがあったら、一人で悩まず相談してください。]

●ネットトラブル（消費問題）の相談は、

消費者庁 消費者ホットライン……188

(受付時間：平日 10時から12時、13時から16時)

●子どもの人権問題に関する相談は、

「子どもの人権110番（法務局）」……0120-007-110 (全国共通・通話料無料)

(受付時間：平日 8時30分から17時15分)

●生活の安全や不安に関する相談は、

最寄りの警察署または警察相談専用電話……#9110

●いじめなどの相談は、

■24時間子供SOSダイヤル……0570-0-78310 (全国共通)

■千葉県子どもと親のサポートセンター……0120-415-446(24時間)

■ヤング・テレホン（千葉県警察少年センター）……0120-783-4976

(受付時間：平日 9時から17時)

■千葉いのちの電話……043-227-3900 (24時間)

■チャイルドライン千葉……0120-99-7777

(受付時間：月～土 16時から21時)

■ライトハウスちば（千葉県子ども・若者総合相談センター）

043-420-8066 (受付時間：火～日 10時から17時)

■香取市ほっとダイヤル……0478-50-1288

(受付時間：月～金 8時30分から17時)