

考えましょう！スマホとの上手な付き合い方



京都府では、安全で安心なネット利用を目指して、スマートフォン等のネット利用のあり方を青少年が自分たちで考える「青少年いねット京（みやこ）フォーラム」を開催しています。

ここでは、フォーラムのみんなで考えて話し合ったネット利用に関する「アンケート結果」と「フィルタリング」や「ペアレンタルコントロール」など「ネットで困ったとき・困らないようにするには？」を紹介しています。

フォーラムに参加してくれた小中高生が作った3つの動画も上手なスマホの付き合い方のヒントにきっとなるはずです。

さあ、スマホと上手につきあいましょう！

コーディネーター

兵庫県立大学環境人間学部准教授 **竹内和雄** 先生より

「青少年いねット京（みやこ）フォーラム」は、京都府内の青少年が自分たちでネット利用のあり方について考える取組みです。

令和元年度は、「子どもと親がともに学び、考え、高めましょう！『ネットリテラシー』」をテーマに、大人と子どもがともに考える機会づくりを目標にしました。

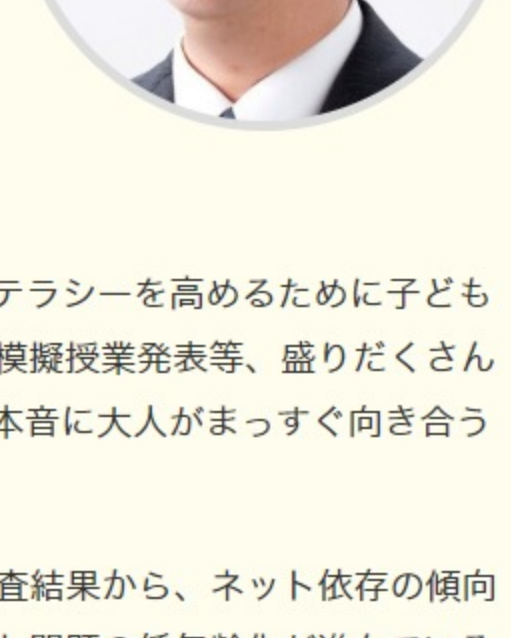
フォーラムでは、スマホの安心安全対策についての講演、ネットリテラシーを高めるために子どもたちが作った動画の発表、子どもたちが観覧者を生徒に見立てての模擬授業発表等、盛りだくさんな内容でした。最後のパネルディスカッションでは、子どもたちの本音に大人がまっすぐ向き合う機会になったと思います。

京都府内の小・中・高校の児童・生徒に事前にとったアンケート調査結果から、ネット依存の傾向にあると思われる子どもはすでに小学生から多くっており、ネット問題の低年齢化が進んでいることが改めてわかりました。さらに、子どもがSNS等を通じて実際に知らない人と会っていることや、高額課金をしている子どもが多いこともわかり、課題も多く見つかりました。

「スマホがないと生きていけない。」「（知らない人と会うことは）自分を広げる場になる。」と話す子どももあり、驚かされるとともに、大人も一緒に考えるいい機会になったと思います。

今、世界中で若者のネット依存が深刻化し、実生活に影響が出てきている人が多くなっていることから、「ゲーム障害」として世界保健機構（WHO）が新たな依存症として認定したことや、報道されているとおり、SNSで面識のない人とやりとりをしたり、実際に会うなどして被害に遭う子どもが多くなっています。

ネット問題は文化づくりです。京都での、この素晴らしい取組をきっかけに、子どもも大人も、自分自身がネットとの上手な付き合い方を考えることが必要です。学校や家庭で話し合うなどして、大人と子どもが一緒に取り組み、京都府から周りに、社会全体にも広がっていくように願っています。



アンケート結果

ネットで困ったとき、困らないようにするには？

Q. ネット上の違法・有害な情報から守るためには？

A. フィルタリング（インターネット上の有害情報の閲覧を制限する措置）をかけましょう。

フィルタリングは、みんなが安心して安全にインターネットを利用できるように違法・有害な情報から守ってくれます。

フィルタリングサービスでは、年齢や家庭のルールに合わせてカスタマイズできるものもあります。

自分たちの身を守るため、スマホやゲーム機などで通信する時は、しっかりとフィルタリングをかけましょう！

ネット上の危険なもの



Q. 自分で決めた時間にスマホをやめることができない時は？

A. ペアレンタルコントロールを使いましょう。

保護者のスマホから子どものスマホの利用時間、利用時間帯制限、利用状況確認、アクセス制限や課金制限等ができる機能やアプリがあります。

大人が勝手に決めるのではなく、大人が子どもと話し合いながら設定（ルール）を決めることがいいでしょう。

スマホのOSによって使える機能が違います。

【iPhone (iOS12以上に限る)】「スクリーンタイム」

「設定」から「スクリーンタイム」「自分のデバイス（保護者側のスマホ）」か「子供用のデバイス（子供側のスマホ）」を選択して、「休止時間」、「APP（アプリ）使用時間」などや、「コンテンツとプライバシーの制限（アプリの購入制限やWeb閲覧制限の設定など）」から設定ができます。

【Android (Google)】「ファミリーリンク」

※アプリをインストールする必要があります。
保護者側と子ども側ともにGoogleアカウントの作成が必要です。
アプリ内の指示に沿って保護者側と子ども側のスマホを操作すれば設定ができます。

設定方法や制限内容など変更されている場合があります。
詳しい操作方法や最新情報は各サポートをご覧ください。

「スクリーンタイム」 <https://support.apple.com/ja-jp/HT201304/>
「ファミリーリンク」 <https://support.google.com/families#topic=7327495>

Q. 掲示板・SNS等の悪口や写真等の嫌がらせの書き込みを削除できないの？

A. 削除要請等を行うことができます。

掲示板やSNS等に、他人を陥れるような悪口、個人情報や写真など嫌がらせの書き込みをしてはいけません。

ですが、このような書き込みがされて困っているといった相談を受けることがあります。

掲示板やSNS等に、他人を陥れるような悪口、個人情報や写真など嫌がらせの書き込みがされた場合、その掲示板・SNS等に対して削除要請等を行うことができます。

書き込みがされたページを写真を撮るなどして保存しておき、その掲示板等のトップページから規約を確認した上、問い合わせ等からフォームに従って入力する方法で削除要請ができるようになっています。

要請に応じて掲示板等の管理者・運営会社が判断し、書き込みの削除などの処分がされます。

掲示板などに削除要請しても削除されない場合は、プロバイダに対して削除要請を行う、または書き込んだ人を特定するため発信者情報の開示を行うことが考えられます。

ただし、掲示板等によっては、要請をしたことや要請者の情報が掲載される場合などがあり被害が拡大したり、また、発信者情報の開示には複雑な手続きが伴うなどことから、下記窓口や法務省・地方方法務局に相談するなど慎重に行うようにしてください。

関係窓口

- ・青少年ネット被害相談窓口【京都府】
（電話 平日9時～17時）075-605-7830
（メール 24時間）seisho.net@pref.kyoto.lg.jp
<https://www.pref.kyoto.jp/seisho/news/net1120.html>
- ・違法・有害情報相談センター【総務省支援事業】
<http://www.ihaho.jp/>
（ネットでの相談のみ）

主要なインターネットサービスについて、注意点やトラブルに遭った際の問い合わせ方法などが紹介されています。

一般社団法人インターネット協会
インターネットを利用する際に、知っておきたい「その時の場面集」
<http://www.iajapan.org/bamen/>

スマホとの付き合い方のヒント！ ～ネットリテラシー啓発・向上動画～



危険編 (3分)

SNSに投稿する時のヒント！

SNS投稿に潜む危険について作成された動画です。
SNSに投稿する前の行動によって後のストーリーが変わる構成になっています。

[\(Youtubeで再生\)](#)



人間関係編 (1分08秒)

SNSで友だちとトークする時のヒント！

「ネットいじめ」について作成された動画です。
SNSでの出来事からネットいじめにつながってしまった状況が描かれています。

[\(Youtubeで再生\)](#)



依存編 (2分30秒)

オンラインゲームなどをやる時のヒント！

ネット依存について作成された動画です。
日常生活の中でゲームをしていると・・・
スマホに夢中になり過ぎた結果が描かれています。

[\(Youtubeで再生\)](#)

～気をつけて！自撮り被害！～

啓発リーフレット「みんなで考えよう！スマホとの付き合い方」（平成30年度制作）より、自撮り被害防止についてご紹介します。リーフレットの詳細は、[京都府公式サイト掲載ページ](#)をご覧ください。



令和元年度青少年いねット京（みやこ）フォーラム参加校

京都市立陵ヶ岡小学校・宇治市原町立維孝館中学校・京都市立山科中学校・京都府立鴨沂高等学校・京都府立京都すばる高等学校・京都府立嵯峨野高等学校・京都府立清明高等学校・京都府立東陵高等学校・京都府立竜谷高等学校・京都府立鳥羽高等学校・京都府立洛水高等学校・洛陽総合高等学校

監修

兵庫県立大学環境人間学部准教授 竹内和雄

一般社団法人ソーシャルメディア研究会

令和元年度 文科科学省委託事業
有害環境から子供を守るための推進体制の構築（ネット対策地域スタートアップ事業）

制作：京都府健康福祉部家庭支援課

