

【特集】

インターネットトラブルから 子どもを守る「家庭のルール」

昨今、スマートフォンなどの電子機器が急速に普及し、誰もがインターネットを利用し、楽しむ時代になりました。

市内の小中学校では、子どもたち一人一人にタブレットが貸与され、授業で使用しています。

また、自宅でボイスチャットを使い、離れた友だちと通話をしながらゲームをするといった遊びが増えているなど、子どもたちを取り巻く環境や日常は、大きく変化しています。

インターネットはとても便利なツールですが、使い方を誤るとトラブルや犯罪に巻き込まれる危険性があります。

子どもたちがトラブルや犯罪に巻き込まれずに安全に利用するには、インターネットの正しい使い方に関する教育のほか、家庭でのスマートフォンやインターネット利用に関するルールが特に重要です。

そこで、今回は子どもがスマートフォンやインターネットを利用するうえでの家庭のルールについて特集します。

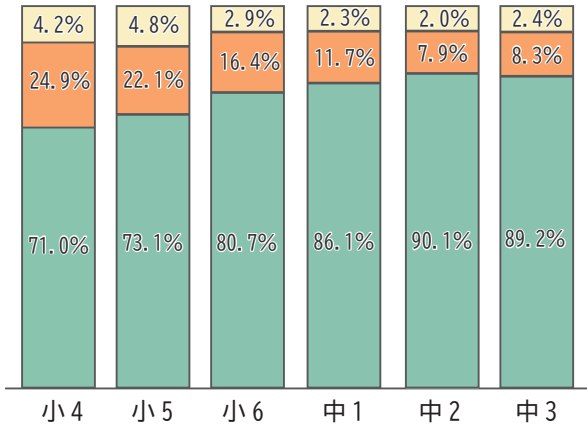
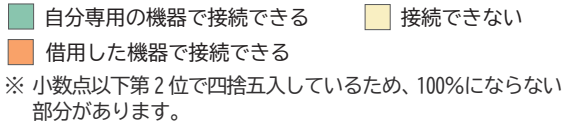
この機会に、いま一度、子どものスマートフォンやインターネットの利用について考えてみませんか。



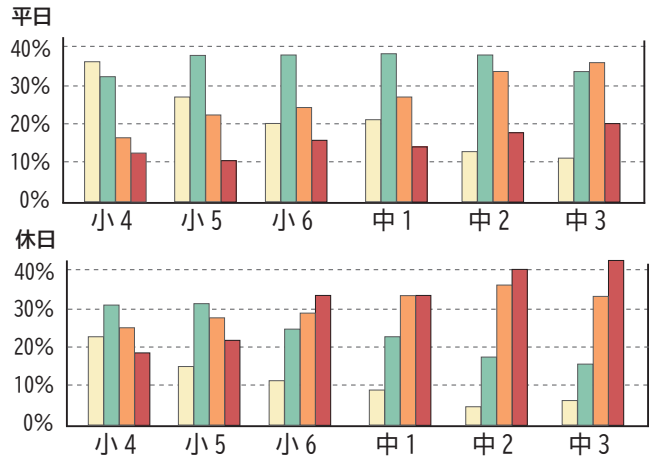
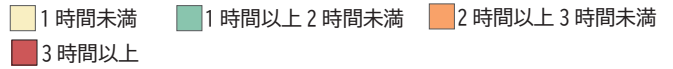
市内公立小中学生のスマートフォンなどの利用状況

市教育委員会が「令和4年度 スマホなどの使用に関するアンケート」を、市内公立小中学校の小学4年生から中学3年生まで合計5,783名（令和4年5月1日時点）を対象に行いましたので、その結果の一部をご紹介します。

● インターネットの接続環境



● インターネット通信機器の利用時間



● インターネット通信機器の利用に関する問題などの発生状況（複数回答あり）

	迷惑メールが送られてきた	夜遅くまでLINE等の連絡が入り返信が大変だった	友だちや知らない人からLINE等でのいやなことを言われた	LINE等で見知らぬ人から連絡が来た	ゲームの課金等で高いお金を支払うことになった	ネット上に自分の個人情報をあげられてしまった	スマホ等のやりすぎで勉強時間が減った	スマホ等を常にさわっていないと落ち着かなくなってしまう	特に困ったことはない
小学4年生	1.8%	2.2%	1.2%	1.8%	0.7%	0.3%	4.3%	2.1%	78.7%
小学5年生	1.9%	3.0%	1.1%	1.3%	0.2%	0.1%	3.7%	1.7%	78.6%
小学6年生	2.9%	4.5%	0.7%	1.7%	0.2%	0.1%	8.5%	2.1%	77.1%
中学1年生	6.8%	7.5%	1.8%	1.4%	0.5%	0.8%	17.3%	2.3%	65.2%
中学2年生	8.7%	7.7%	2.0%	4.7%	0.0%	0.8%	23.6%	2.6%	58.8%
中学3年生	10.0%	5.1%	1.3%	4.7%	0.5%	1.3%	23.1%	3.7%	61.9%



「子供・若者白書」で見比べる全国のインターネットやスマートフォンの利用状況

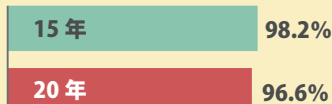
※ 令和4年度版「子供・若者白書」（概要版）より一部抜粋して掲載しています

● インターネット利用率

6～12歳



13～19歳



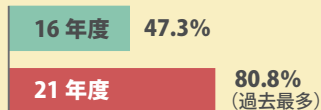
総務省「通信利用動向調査」

● スマートフォン利用状況

小学生



中学生



内閣府「青少年のインターネット利用環境実態調査」

※ 設問に相違があるため、直接比較はできません。

「子供・若者白書」の詳細は右のQRコードから



● インターネット利用時間

（平均利用時間3時間以上の割合）

小学生



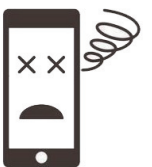
中学生



内閣府「青少年のインターネット利用環境実態調査」

※ 設問に相違があるため、直接比較はできません。

子どもが遭遇する可能性のある インターネットトラブルとは



子どもたちが遭遇する可能性のあるインターネットトラブルとはどのようなものでしょうか。「ネットゲームへの課金」や「スマートフォンを触っていないと落ち着かない」といったものもあります。特にSNSに関連したトラブルが多く見られます。大人は情報を得る手段としてSNSを利用することが多いですが、子どもは友だちや共通の趣味を持つ人と交流をするためにSNSを利用することが多いと言われています。

また、子どもは、多くの人との交流を楽しむために、年齢や容姿、趣味など自分に関する情報を気軽に公開してしまったり、短い文章でテンポよくやりとりを行うことによる行き違いなどのトラブルを起こしやすい傾向があります。

SNSに関連したインターネットトラブルの事例を紹介しますので、普段のスマートフォンなどの使い方を見直してみましょう。

ある日、学校のクラスのSNSグループで「Aさんの話は面白い」という意味で送信しようとした「Aさんの話っていつも面白くない？」という文章に「？」を付け忘れ、「Aさんの話っていつも面白くない」と送信してしまいました。

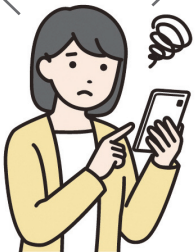
間違って送信したことに気づかず、その日は寝てしまい、次の日にクラスのみんなから「あんなこと言うなんてひどい」と責められてしまった。

また、別の日にどんな交通手段で来たのかを質問する意味で「なんできたの？」と送信したところ「なぜ、参加したの？」と否定的な意味で伝わってしまい、投稿を見たクラスメートを傷つけてしまった。

「？」の付け忘れ
違う意味で伝わった



画像が拡散され
回収できない



SNSに名前や顔、年齢などを公開して投稿をしていると、大学生からダイレクトメッセージが届き、共通の趣味があったことから知り合いになった。頻繁に連絡を取り合っていたが、ある日、「裸の写真を送ってほしい」と頼まれた。断ったものの、しつこく頼まれ、仕方なく送ってしまった。その後、自分の画像がネットで拡散されていると聞き、確認すると大学生に送った画像だった。

後日、画像を送った相手は逮捕され、大学生ではなく40代の男性だったことが分かったが、インターネット上に拡散された画像は削除することができず、今もそのままになっている。

インターネットやゲームなどの長時間使用で 心配される子どもの健康被害

● 生活リズムの乱れ、睡眠への影響

「成長ホルモンの分泌」や「記憶の定着」は、寝ている時に行われますが、寝る直前までスマートフォンやゲーム機の画面を見ていると、脳が興奮して質の良い睡眠がとれません。

睡眠時間は、小学校低学年なら9時間半、高学年でも9時間は必要です。

● 視力への影響

コロナ禍によって視力の低下が幼年期から高校生まで顕著に進みました。ほかに、小さな画面を見続けることで、内・外斜視の恐れや動体視力の低下などが心配されます。



ネット健康問題啓発者全国連絡協議会
認定インストラクター 中谷 通恵 さん

● インターネット・ゲーム依存症の心配

コロナ禍によって全国的にインターネットやゲームなどの利用時間が増えました。

日常的に長時間の使用を続けていると、依存症になる危険性が高まります。依存症の予防として精神科医からは、「使用開始年齢を遅らせる」「使用時間を減らす」「全く使用しない時間をつくる」「家族の使用時間も減らす」などの方法が推奨されていますので実践してみてくださいはいかがでしょうか。



ルールを守ってもらうために

子どもたちのインターネットトラブルの大部分は、日常生活の中で起こります。

そのため、各家庭でのスマートフォンやインターネット利用に関するルールを定めることはとても重要です。

一般的に、「個人情報は出さない」「夜中は使用しない」など、ルールをすでに作っている家庭もたくさんあると思いますが、ルールを作りっぱなしになってしまっている家庭も多いのではないかと考えています。ルールは作って終わりではなく、守ってもらわないと意味がありません。

守ってもらうために重要なのは、まず話し合うことです。家庭でのルールについても、保護者が一方的に決めて



教育支援課
としかず 飛田 寿一 専任指導員

押しつけてはいけません。子どもとよく話し合い、一緒に考えることが大切です。

合わせて重要なことは、子どもがルールを守らなかった際にどうするかです。

ルールを破ったのに、何のペナルティーもなければ、その後、なし崩し的にルールを破るようになってしまいます。

子どもと一緒にルールを考える際に、もしルールを守らなかつたらどうするかまで決められると、より良いですね。子どもがインターネットトラブルに巻き込まれると、取り返しがつかなくなってしまうことも多くあります。

そうなる前に、各家庭でスマートフォンやインターネットの使い方やルールを、いま一度確認してみているかがでしょうか。

インターネットトラブルを避けるためには「家庭のルール」が大切

インターネットトラブルに遭わないために家庭でのルールを作ることや守ることの重要性について、教育支援課 飛田 寿一 専任指導員と江別第三中学校 入谷 修司 教諭にお話しを聞きました。

家庭での取り組みが重要

子どもたちがインターネットトラブルなどに巻き込まれないためには、家庭でのスマートフォンやインターネット利用に関するルールが重要だと思います。

子どもたちの自己管理に任せるだけでは、トラブルを避けることは難しいです。

また、ルールを作るだけでなく、守っていくことが大切です。

ルールを守ってもらうために、家庭でルールを作る際には「使いすぎない」といった抽象的なものより、「1日2時間まで」といった具体的なものにする、子どもたち自身もルールを守りやすいです。

学校でも、情報モラル講習

をはじめ、スマートフォンやインターネットの使い方について指導はしますが、学校での指導には限界があります。スマートフォンやインターネットを使う場面は家庭がメインであり、学校では家庭でのスマートフォンやインターネットの使い方まで確認することはできません。

子どもたちのスマートフォン所持率は年々増加しています。

スマートフォンを持たせるかどうかは各家庭それぞれで事情があると思います。

その中で、各家庭それぞれの事情に合わせたルールを作り、保護者が子どもたちにルールを守るよう働きかけていくことが大切です。

学校ができることには、どうしても限りがありますので、各家庭で危機感を持って取り組んでほしいです。



江別第三中学校
いりたに 入谷 修司 教諭

知っていますか？ えべつスマート4ルール

えべつスマート4ルールとは

スマートフォンなどを利用する子どもが増えたことで、SNSでのいじめ、不適切な利用による犯罪被害・個人情報漏えい、長時間使用による学習時間の減少・健康被害などの問題も増えました。そんなインターネットトラブルや健康被害から、子どもたちが自ら身を守ることを目的としたスマートフォン・インターネットなどの利用に関する市内小中学校の共通ルールです。

平成29年11月に行われた「えべつ中学生サミット&いじめ根絶子ども会議」で、子どもたち自身が、えべつスマート4ルールを守る行動宣言を行いました。

この宣言に基づき、市教育委員会と市PTA連合会は、えべつスマート4ルールの周

知を目的に、クリアファイル

を毎年子どもたちに配付しているほか、子どもたちや保護者に対して、講師がスマートフォンやインターネットなどの正しい使い方の講演を行い、家庭でのルールづくりについての啓発を行っています。

えべつスマート4ルールは、その名の通り4つのルールが設定されており、この4つのルールを守ること、友人とのトラブルやネット犯罪、長時間使用による健康被害などの多くのインターネットトラブルを未然に防ぐことができます。



保護者ができること

子どもたちがスマートフォンなどを利用するのは家庭が最も多いため、インターネットに潜む危険から子どもたちを守るには、家庭でのルール作りが大切です。

特に、子どもの年齢が低い場合は、保護者から子どもに対してルールを守るよう積極的に促す必要があります。

家庭でのスマートフォンやインターネット利用のルールをまだ作っていない方や、これからスマートフォンを持たせようと考えている方は、この機会に子どもと話し合い、ルールを作るか、えべつスマート4ルールを守るように約束してみてもいかがでしょうか。

また、家庭のルールと合わせて、フィルタリング設定を行うと、より一層効果的です。



ルールを守りやすい環境にするために

各家庭でルールを作ることにより、クラスメートや友達グループなど一定の人間関係の中で、子どもたちが安心してルールを守りやすい環境になり、インターネットトラブルなどを未然に防ぐ効果が高まります。

しかし、家庭のルールがない子どもや、ルールを守らない子どもがいると、ルールを守っている子どもは自分のルールを守りづらくなり、トラブルに発展してしまうかもしれません。

子どもたちが傷ついたり、嫌な思いをせずに、安全に利用していくにあたり、子どもたち自身の力には限界があります。

そのため、大人がサポートをして環境を整えていくことが大切です。

各家庭それぞれで、子どものスマートフォンやインターネット利用の在り方を考え、子どもたちがルールを守りやすい環境にしていくことが求められています。

Point

えべつ中学生サミット&いじめ根絶子ども会議

市内の公立・私立合わせて9中学校の生徒会が参加し、学校でのいじめ根絶の取り組みの発表・意見交換を行う会議です。生徒会活動の発展と活性化を図ることを目的に、平成20年度から始まり、これまでに14回開催しています。

生徒同士が、発表・意見交換を通じて、いじめ問題について多角的に物事を捉え、考えを深めたり、他校の良い取り組みを自校に取り入れることで、学校生活の充実・発展に役立てています。

また、この取り組みは、他校の生徒同士が交流するという生徒たちにとって学びが大きい貴重な機会でもあります。



心とカラダと未来を守るためのスマートフォン・インターネットの4つのルール！

Rule 1

1日2時間以内とし、友だちとのメールなどのやり取りは、夜9時以降は行わない。



長時間使用をしていると、必ず弊害があります。勉強時間の不足、睡眠不足、家族とのコミュニケーションの不足、視力の低下など。1日の使用時間の制限や夜中に使用しない決まりは、日常生活の充実において重要です。



Rule 2

悪口や、人を傷つける内容は書き込まない。送る前に、しっかり確認する。



誹謗中傷をしないというのは基本ですが、直接言ったり、手紙に書くことと比べ、SNSで悪口などを発信することへの罪悪感が薄れている現状にあります。きちんとルールとして定め、やってはいけないことだと教えることが大切です。



Rule 3

名前・住所・学校名・顔写真などの個人情報は、絶対に投稿・公開しない。



個人情報をインターネットに公開するという事は、模造紙に自分の写真を貼って、名前を大きく書き、駅やショッピングモールに張り出すようなものです。現実でやらないことは、インターネット上でもやめましょう。



Rule 4

困った時は一人で悩まず、保護者や先生などの大人に相談する。



インターネットトラブルは、放置していて収まるということではなく、どんどん悪化していきます。時間との勝負という部分もありますので困ったときは一人で悩まず、すぐに大人に相談することが必要です。



特集への感想をお寄せください

▼ 郵送・ファクスで送る

〒067-8674 高砂町6 広報広聴課 FAX 381-1149

▼ 市HPアンケートフォームで送る

市HP内「広報えべつ」を検索するか、右のQRコードを読み込んでください。



現代では、スマートフォンやインターネットは、あるのが当たり前で、生まれた頃にすでにどちらもあつた小中学生にとっては、なおさらのことだと思えます。

スマートフォンやインターネットは便利なツールだからこそ、使い方には注意が必要であり、簡単に世界中の人とつながることができる分、気をつけなければいけません。

保護者も子どもも安心して利用するためには、家庭のルールが必要不可欠です。

他人を傷つけず、自分を守るために、ぜひ家庭のルールを実践してみてはいかがでしょうか。

【終】