

手を離なく親子



令和3年11月 発行: 登別市教育委員会・学校教育グループ「子育てコラム」 No.3

あなたのお子さんは大丈夫？
スマホ・携帯にご注意を！！

スマホの落とし穴

②SNSでいじめ？

仲間外れや個人攻撃などの被害・加害を防ぐには？

①スマホを長く使うと朝、起きられない！

長時間利用の中身に着目！！

③写真・動画の安易な投稿が危険を招く！

自撮り写真の投稿・送信に起因するトラブルとは？



①時間の長さだけでなく、中身に注目

何にどのくらい使っているのかを、一緒に確認しましょう

「いつまでやってるの！」と頭ごなしに叱らず、子どもがどんな使い方しているのか、内容と時間を把握することが大切です。

スマホに入っているツールを使って時間管理することもおすすめです。

スクリーンタイム (iPhone ios12 以上) デジタルウェルビーイング (Android10 以上) ※フィルタリングも活用しましょう！

②SNS等でのいじめや誹謗中傷、どう対処すべき？

相談しやすい親子関係をつくり、話はじっくり聞いてあげる。

子どもが一人で悩みを抱え込まないためにも、普段から「困ったら何でも相談にのるよ」と声をかけましょう。そうすると、子どもは相談しやすくなります。

誹謗中傷等のやり取りは、スクリーンショットなどに保存し、いつ何が起こったのか記録しておくこと、対応しやすいです。必要に応じて専門家にアドバイスを求めましょう。

③動画や写真は危険がいっぱい

面白がって撮ったり、友人・知人の情報が含まれているものを投稿することで、不快感やトラブルを生むこともあります。どんな投稿がトラブル原因になるか親子で考えてみましょう。

裸の写真は特に！！ 撮ったり、持ったり、送ったりは、すべて違法行為。

どんなに仲が良くても親しい間柄でも、どんなにお願いされたとしても、18歳未満の裸は、⇒

※内閣府・内閣官房・警察庁・消費者庁・総務省・文部科学省・厚生労働省・経済産業省 2021年1月発行より抜粋

「撮っちゃダメ！」

「男の子も女の子もダメ！」

「持ってるだけでもダメ！」

「送っちゃダメ！」

「転送もリツイートもダメ！」



スマホ依存症チェックをしよう

★スマホの依存レベルをチェックしてみましょう。～☑7個以上でスマホ依存症予備軍、☑10個以上で完全にスマホ依存症です。～

- ①外出する際スマホを家に忘れてしまうと不安になる。
- ②無意識にスマホを触っている。
- ③スマホの充電ができるか、あるいは、Wi-Fi環境が整っているかなどで入る店を決める。
- ④財布を忘れても、スマホだけは忘れずに持っている。
- ⑤朝、目が覚めてすぐにスマホをさわる。
- ⑥分からないことがあったら、すぐにスマホで調べる。
- ⑦スマホの充電器を忘れてしまったら、つい買ってしまう。
- ⑧着信していないのに、スマホが振動したと思ってしまう。
- ⑨スマホを握ったまま寝る。
- ⑩食事中にスマホを触る。
- ⑪電波の届かないところには行きたくない。
- ⑫SNSなどに書き込むネタを作るために行動する時がある。
- ⑬もしSNSがなかったら、人間関係がなくなると思う。
- ⑭部活動中でもSNSが気になり、スマホを見てしまう。



保護者ができる3つのポイントとは？

■ポイント1 子どものスマートフォンの利用状況を把握するために、「ペアレンタルコントロール」を活用しましょう。

「ペアレンタルコントロール」とは、親が子どもの年齢や使い方、判断力に応じて、スマホやタブレットなどの情報通信機器の利用可能な時間を制限したり、有害サイトをブロックするフィルタリングを設定したりすることです。

■ポイント2 不適切な情報や危険な出会いなどを防ぐために、「フィルタリング」を利用しましょう。

★子どもがスマートフォンなどを利用する際には、有害情報へのアクセスを制限する「フィルタリング」を活用しましょう。

★うっかり、あるいは故意に危険なサイトにアクセスしないようにコントロールしてくれる便利な機能です。出会い系サイトやアダルトサイト、暴力的な表現のあるサイトなどを、子どもが閲覧できないようにします。

■ポイント3 子どもと一緒に「家庭のルール」を作り、成長とともに少しずつ改定していきましょう。

★子どもが、スマートフォンなどで上手にインターネットを活用できるようにするために、家庭のルールを作りましょう。

★ルール作りは保護者の一方的な押しつけではなく、子どもと一緒にあって、利用目的や利用場所・時間帯を話し合っ
てルールを決めることが大事です。また、そのルールは、成長とともに少しずつ改定していくことが必要です。

