

けいたい

# 携帯電話・スマートフォンを安心安全に使うために

けいたい 携帯電話・スマートフォンを使っていると、トラブルに巻き込まれたり、生活リズムが乱れたりすることがあります。そうならないためにはどうすればいいかを、お話ししたいと思います。

## フィルタリングは、はずしてはいけません

フィルタリングサービスには、子どもが見るにはふさわしくないサイトを見られなくなったり、使いすぎを防いだりする機能があり、安心安全に使うための手助けをしてくれます。

### フィルタリングをはずすと、こんなことになるかも……

#### 長い時間の使いすぎでしよう

- ・勉強の時間がへって、勉強がわからない。
- ・集中できない・授業中いねむり・朝おきられない

悪いことをしようとする大人と  
つながってしまう→事件にまきこ  
れるかも…



フィルタリングは、利用が  
せいげん  
制限されているサービスの  
中から使いたいものを選ん  
かろう  
で、利用可能にすることも  
できます。



## 家族で話し合って、ルールを作りましょう

けいたい 携帯電話・スマートフォンを安全に使うためには、家庭内でルールを作ることが必要です。以下の  
ルールの例を参考に、家族で話し合って、今の自分に合ったルールを作りましょう。

### ルールの例

- ・利用は夜9時までにする（寝るときは  
ね  
部屋に持ち込まない）
- ・インターネットに自分や友だちの住所  
や名前、学校名、顔写真をのせない
- ・インターネットに人の悪口を書かない
- ・インターネット上で知り合った人とは  
会わない

### ルールを作った後は……

3か月や半年に1度など時期を決めて、ルールを  
ちゃんと守れているか、ふりかえりましょう。

守れていない場合は、なぜ  
自分がルールを守れなかった  
のかを考え、家族で話し合っ  
て、そのときの自分に合った  
ルール（自分が守れると思う  
ルール）に変えていきましょ  
う。



けいたい 携帯電話・スマートフォンの利用にはさまざまな危険がひそんでいます。困ったことや心配  
なことがあるときは、すぐに保護者に相談してください。  
ほごしゃ

## もしも携帯電話やスマートフォンを持たせるのであれば

新年度に向けて、携帯電話やスマートフォンを子どもに与えた、あるいは与えるかどうか検討しているという方が多いのではないのでしょうか。そこで今回は、子どもに携帯電話やスマートフォンを持たせる前に、どういう配慮が必要か、具体的にお話しします。

### 携帯電話・スマートフォンは保護者の権限で与えるものです

携帯電話・スマートフォンをいつから子どもに与えるかは、とても難しい問題です。周りの子どもたちが持っているからといって与えるのではなく、子どもの状況を考えて、必要になったと思うタイミングで与えることが大切です。

#### 与える際に必ずしなければいけないこと

「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律」によって、携帯電話事業者での契約にあたり、18歳未満の青少年が使うときは事業者へ申告することが義務づけられています。必ず申し出た上で、フィルタリングの説明を受け、子どもが使う機器にフィルタリングを設定してもらってください。



### フィルタリングの必要性

子どもたちが安心・安全にインターネットを利用するために、フィルタリングは絶対に必要です。フィルタリングをしていないと、以下のような危険があります。

- ・子どもたちにとって有害な情報を含むサイトを閲覧していた
- ・面識のない人とやりとりをしていた
- ・有料アプリのインストールや、アプリ内の課金をしていて、多額の請求がきた
- ・インターネットの長時間利用が習慣になってしまった  
※習慣化すると、勉強時間が削られ成績が落ちる。勉強に集中できない、睡眠不足で授業中居眠り、朝起きられないなど様々な弊害が。

フィルタリングサービスは、利用制限の対象となっているサービスの中から使いたいものを選んで個別に利用可能にしたり、インターネットの利用を禁止する時間帯を細かく設定したりすることもできます。



### 家庭内ルールを作りましょう

子どもに携帯電話・スマートフォンを持たせるときは、インターネット利用に関するルールを各ご家庭で作ってください。

#### 家庭内ルールの例

- ・夜10時以降はインターネット機器を使わない
- ・インターネットで知り合った人とは絶対に会わない
- ・食事中や、誰かとしゃべっているときにインターネット機器を使わない
- ・自分や友だちの個人情報は、インターネットに書き込まない

※家庭内ルールは、必ず子どもと話し合って作ってください。また、三か月や半年に1度など時期を決めて家族でルールを見直し、そのときの子どものインターネットスキルや発達段階に適したルールに変更していくことが重要です。



携帯電話・スマートフォンは便利な反面、使い方によってはさまざまなトラブルに巻き込まれる可能性があります。フィルタリングや家庭内ルールなどによって、子どもたちが安全に利用できるようにしましょう。