

## 📱 家庭でのルールづくりをしましょう

子どもが大人に相談し、大人同士が相談しあう相談のリレーが子どもを救います。



「夜9時以降はSNSは利用しない」と決めてからスマホを気にしなくてすみ、家での会話が楽しい!

「相談してくれたことを褒めよう」という気持ちで子どもと向かい合ったら、お互いの関係がよくなった!!



### 📌 わが家のスマホ・SNS利用ルール例 📌

- 夜9時以降のSNSはやめる。
- 家族のいるところで使う。
- 困ったら独りで抱え込まない。
- 一日〇時間以上使わない。
- 食事の時間は使わない。
- 気持ちは直接対面して伝える。

★ ルールづくりは子どもを守るためのものです。  
★ なぜそのルールが必要なのか、どんな問題を防ごうとしているのかを、定期的に話し合うことが大切です。

### 📄 わが家のスマホ・SNS利用3か条

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

## 📱 子どもの「心」を育むことが最も大切です



**コミュニケーションは気持ちを分かち合い共有することです。**  
**SNSでの繋がりもリアルな繋がりも基本は同じです。**  
**スマホ・SNSの向こう側には人がいることを意識しましょう。**

人と人が向き合って話をする大切さは今も昔も変わりません。  
人と人とのあたたかい繋がりができてこそ、インターネット機器が有効に使われます。

## 📱 教育委員会事務局 教育総合相談センター 電話相談窓口のご案内

### 一般教育相談

小中学校のお子さんを対象とした不登校や友人関係等の困りごとについての電話相談を行っています。

月～金 9:00～17:00  
※祝日、年末年始等を除く

☎ 045-671-3726

### いじめ110番

いじめや困ったこと、悩みなどについて、相談員と一緒に考えます。

365日 24時間

☎ 0120-671-388

### 学校生活あんしんダイヤル

学校には相談しにくい悩みは、一人で悩まず、お電話をください。社会福祉の専門職であるスクールソーシャルワーカーと一緒に考えます。

火～金 9:00～17:00  
※祝日、年末年始等を除く

☎ 045-663-1370

保存版  
保護者向けリーフレット

# 子どもの「心」を 育んでこそ 安心・安全な スマホ・SNS利用



SNSなどスマホを使った**コミュニケーション**も人と人の関わりです。

現代の子どもたちは、生まれながらにインターネットがある社会で生活しています。このような社会で、子どもは安心して生活し、心身ともに健やかに育ち、そして社会の一員として参画していかなければなりません。

子どもが安心して、様々な経験を積み重ねていくには、私たち大人がどのように見守っていけばよいかを一緒に学びましょう。

※SNSとはソーシャルネットワーキングサービスの略で、コミュニティ型の会員制のウェブサイトのことです。

## 📱 コミュニケーションとは

コミュニケーションの語源には、「共有して分かち合う」という意味があります。社会の中でコミュニケーションが取れないと、やがて生きづらくなり孤立してしまいます。

独りで自立はできません。自立は人との繋がりができて、頼れるところが増えることでもあります。人との繋がりをもち、関係性を築いていくにはコミュニケーションがとても大切です。

コミュニケーション能力は会話力ではありません。どのようにして相手の気持ちを受け止め、共有し、分かち合うことができるかが大切です。

## 📱 絆(きずな+ほだし)

インターネットは繋がるための道具に過ぎず、大切なことは、信頼関係に基づく人間関係の構築です。

「絆」は「きずな」とも「ほだし」とも読みます。「きずな」とは「人と人との断つことのできないつながり。離れがたい結びつき。」のことであり、「ほだし」とは「人の心や行動の自由を縛るもの。自由を妨げるもの。」という意味です。

人と人が繋がる上では、心地よい繋がりに加えて、時には行動を制限され煩わしく感じられる関係があるからこそお互い様の関係が生まれ、心からの信頼関係になります。

## 📱 子どもに伝えてください



- ① 一度ネット上に流れると、流す前の状況には戻りません。
- ② 誹謗中傷(相手の悪口を言ったり、ネット上に書き込む行為)は決して許されない行為です。

※脅迫罪や名誉毀損罪、侮辱罪などの犯罪行為に該当する場合があります。



子どもを守るために保護者としてどうしますか？

## Q1

持たせる前に読んでください

子どもにゲームやスマホが欲しいと言われたらどうすれば良いですか。

### Answer

思春期に向かうにつれ、子どもは友達との繋がりを大切にできるようになり、その手段にスマートフォンやゲーム機が含まれます。インターネットも空間なので、子どもが一人で外に出かけることと同様に、大人が見守る必要があります。ただ、目に見えにくい空間なので、安心フィルターなどのセキュリティサービスを活用し、見守る心構えが必要です。

スマートフォンを持たせる前に、なぜ子どもの生活にスマートフォンが必要なのか、どのように使いたいのかを親子で考えて、ルール作りをしてみましょう。

フィルタリング(有害サイトアクセス制限サービス)をご存知ですか？

総務省フィルタリングをご存知ですか

検索

## Q2

スマホを持たせると勉強をしなくなるのではないかと心配です。

### Answer

勉強が難しくわからなかったり、先生や友達と関係が悪くなってしまったりすると、学校へ行くことが辛くなり、その他の楽しみを探し始めるようになります。その状況で目の前にゲームやスマートフォンを使える環境があれば、やがて長時間の利用に繋がる原因となってしまいます。

子どもにとって、勉強が苦手になることや先生や友達と上手くいかなくなることは何よりの苦痛です。その苦痛を緩和するには、困ったことに寄り添い、悩みを共有し、一緒に解決することが大切です。



小・中学校への  
スマートフォン等の  
持ち込みは原則禁止  
となっています。

## Q3

持たせるときに読んでください

スマホや携帯電話の購入時にやっておくべきことは何ですか。

### Answer

子どもとしっかり話し合うことです。次の3つを中心に具体的に話し合うことが必要です。

- ① 購入する目的
- ② フィルタリングアプリの導入やインストール・使用時間制限等の設定の必要性
- ③ 家庭でのルールづくり(裏面参照)



## Q4

フィルタリングはどのように設定するのですか。

### Answer

- ① スマートフォンの場合は、フィルタリングアプリを導入し、他のアプリの起動制限、インストール制限、使用時間制限等を行うことが望ましく、各設定が必要です。
- ② 携帯電話の場合は、購入時に販売店等で申し込んでください。



## Q5

「フィルタリングを外して」「見たいサイトが見られない」と言われた場合、フィルタリングを外してもいいですか。

### Answer

フィルタリングを外すことは、子どもをインターネット上での危険にさらすこととなります。「見たいサイトが見られない」といった場合には、「なぜそのサイトがフィルタリングの対象なのか」「そのサイトを見る必要があるのか」などを十分確認してください。必要な場合には、そのサイトだけをフィルタリングの対象から外すことができます。

各設定方法が不明の場合には、販売店等に相談することが有効です。

## Q6

困ったときに読んでください

無料通話アプリでの、誹謗中傷の書き込みなどがあつた場合はどうすればいいですか。

### Answer

無料通話アプリ等での書き込みは、当事者間で削除をすることが基本です。それは、グループ内の特定の人だけでのやりとりとなるため、他の人には分からないという特性があるからです。場合によっては、保護者の責任のもと、関係者に連絡したり、書き込まれた内容を削除させたりする必要があります。

子どもが情報発信に対する責任の重みを理解して、行動できることが必要です。

## Q7

コミュニティサイトなどで、悪口やいやなことを書かれたり、許可無く画像などを載せられたりした場合はどうすればいいですか。

### Answer

本人・保護者が削除依頼をします。削除依頼先は次の通りです。

- ① 掲示板管理者、ブログの作成者等(サイト管理者、サービス提供者含む)
- ② プロバイダ



## Q8

ゲームやSNSで繋がった人に会いたいと言われた場合どうすれば良いですか。

### Answer

共通の趣味の相手であっても会ったことがない人と会うことは、危険と考える必要があります。ただし、頭ごなしに否定するだけでは、内緒で会おうとするかもしれません。

SNSやチャットなどで相手の方に連絡を取り、保護者が直接話したり、待ち合わせ場所で保護者同士が面識をもったりするなどの手段があるとお互いに安心できます。犯罪に巻き込まれる可能性もふまえた行動が必要です。

## Q9

無料通話アプリやコミュニティサイトなどでの書き込み等、インターネット上で情報発信するときに必要なことは何ですか。

### Answer

ウソ・デマ・未確認情報などを含めて、子どもが発信する情報の責任は、本人だけでなく最終的には保護者にあることをふまえ、普段から情報の扱いについて具体的に話し合うことが大切です。

子どもが情報発信する際には、その情報について、  
① 自分で責任がもてるか。  
② 相手に迷惑をかけることはないか。  
などを自覚して行動することが必要です。  
だれかを誹謗中傷する内容や個人が特定される可能性がある内容は、決して発信してはいけません。

### 子どもを守る主体は「保護者」。

スマートフォンや携帯電話等は「保護者」が購入して、子どもに貸与するものです。フィルタリングアプリの設定やアプリの起動・インストール等の制限を行うのは「保護者」です。

**保護者も守られています。独りで抱え込まないでお話を聞かせてください。**

子どものインターネット(スマホ)デビューも子育ての大事なイベントです。子どもの方が知識や操作方法の取得スピードが速いのは当然あり得ることで、知らない間にトラブルが起きてしまう心配もあります。

子どものスマホ利用を含めて、子育てに悩んだら、ぜひ相談機関を頼ってください。保護者も子どもと同じように守られていますので、困ったり悩んだりしたら、独りで抱え込まずに、ぜひ次の機関に相談してください。

### 子育てに関する相談窓口



◀こちらの2次元バーコードから「窓口相談リーフレット」等をご覧いただけます。