

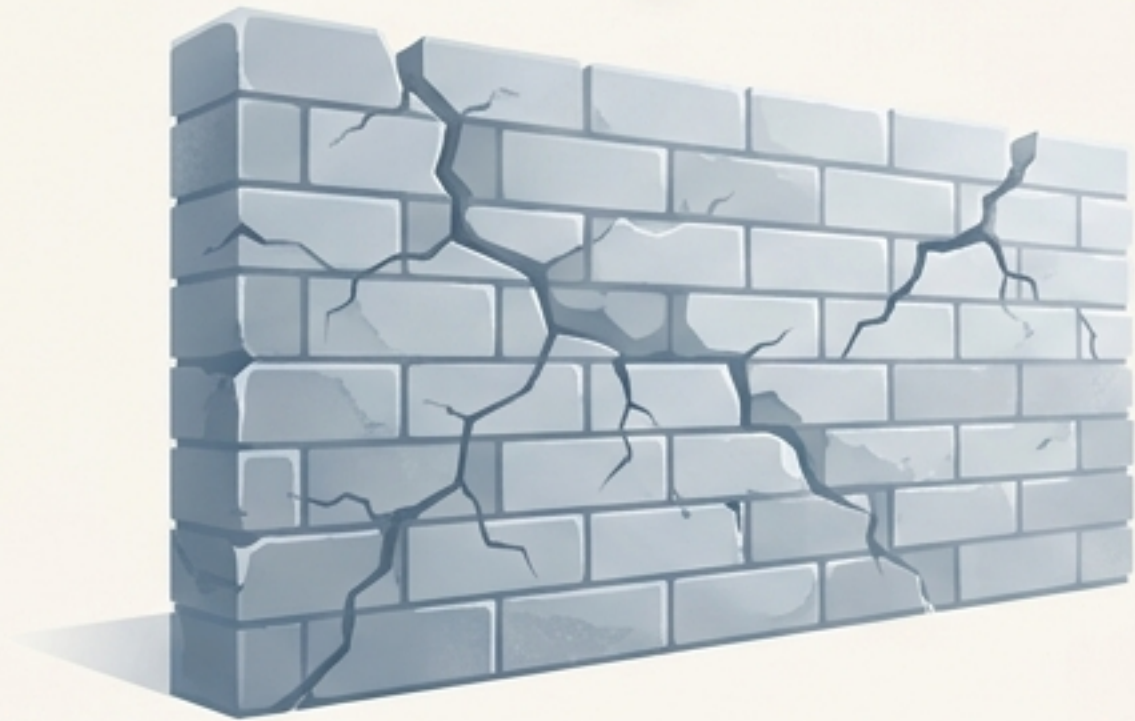
# デジタル時代の架け橋と羅針盤 ～「禁止」から「対話」へ。家庭で育む情報モラル～

小中高生を持つ保護者のための、スマホ・SNSとの新しい向き合い方



# 最大のセーフティネットは、技術ではなく「家庭での対話」である

技術による壁（禁止・遮断）



家庭での橋（対話・見守り）



## これまでのアプローチ（限界）

リスクから遠ざけるための「禁止」や「監視」。しかし、技術の進化と抜け道は常に親の目をすり抜ける。

## これからのアプローチ（解決策）

リスクと共存するための「見守り」と「共感」。子ども自身がトラブルを回避し、自ら相談できる関係性を構築する。

## 本資料の目的

デジタル時代の「4つの橋」（環境、実態、心理、対話）を理解し、親子の信頼関係を再構築すること。

# スマホデビューは「年齢」ではなく「目的と準備」で決まる

## Step 1: 目的の明確化

連絡手段か、学習ツールか、SNS・ゲームか？目的に応じて必要な機能だけを開放する。

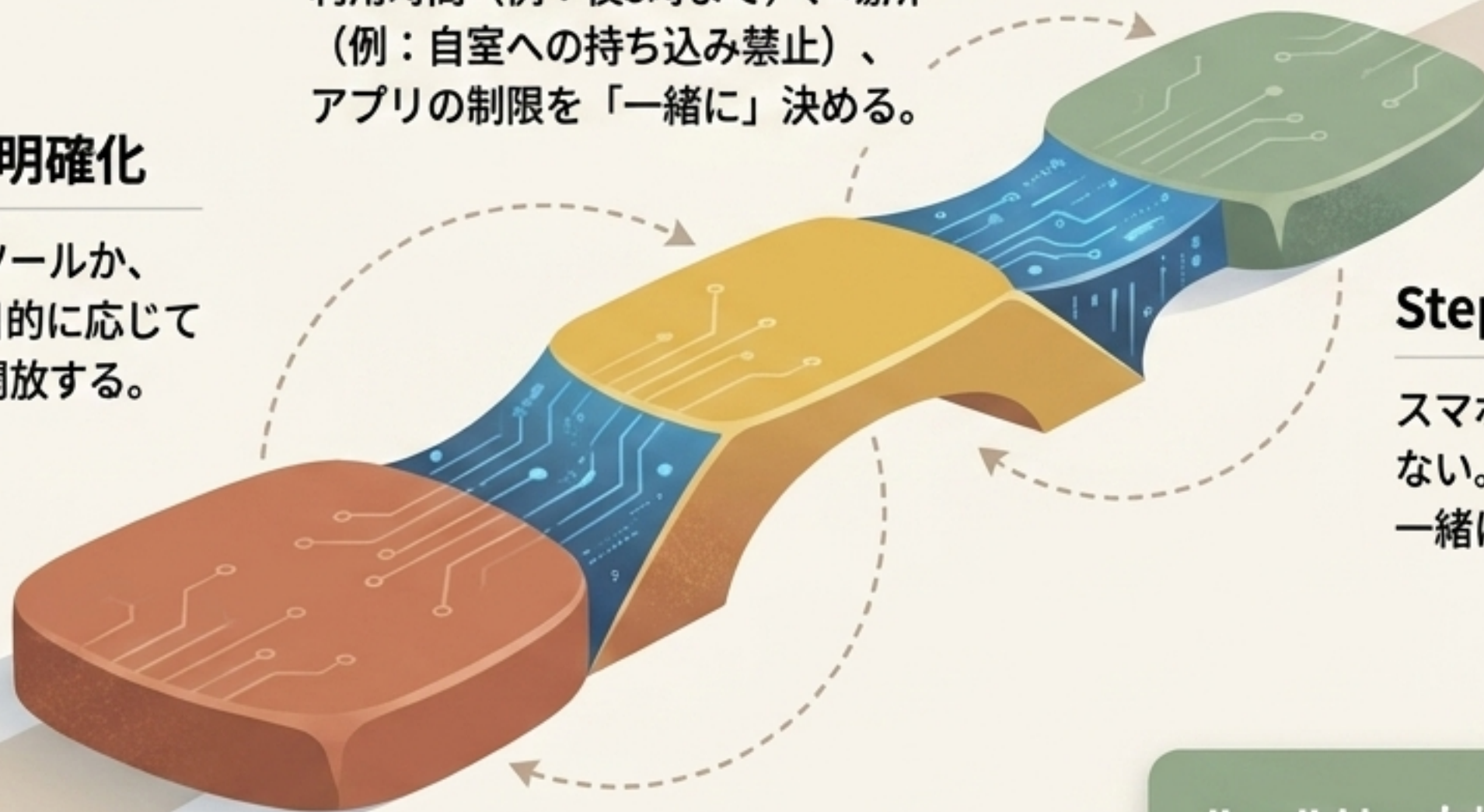
## Step 2: 家庭のルール作り

利用時間（例：夜8時まで）、場所（例：自室への持ち込み禁止）、アプリの制限を「一緒に」決める。

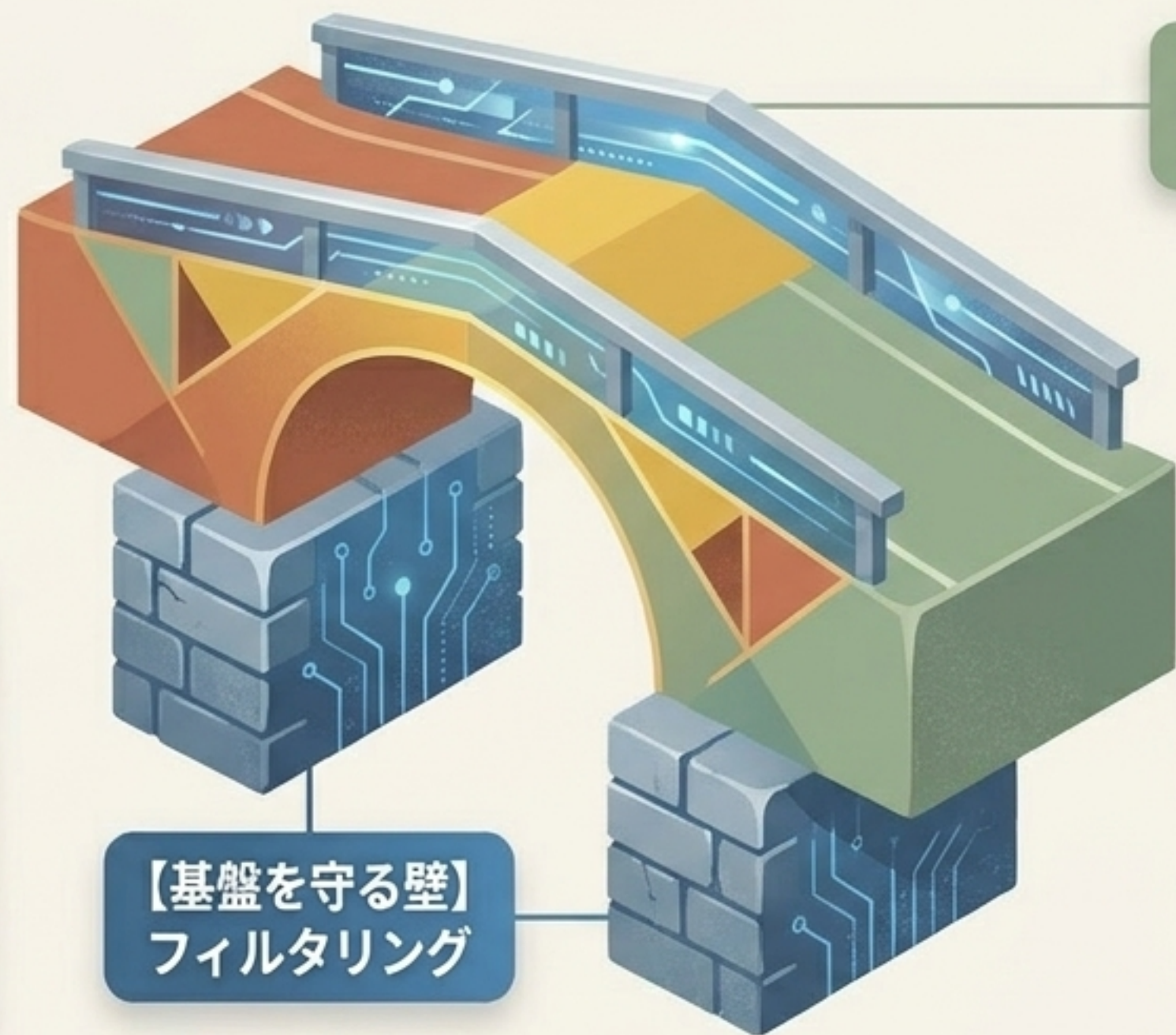
## Step 3: 継続的な見守り

スマホは「渡して終わり」ではない。定期的に使い方を振り返り、一緒に使い方を育てていく。

ルールは一方向的に決めるのではなく、子どもと一緒に考えることで「納得感」が生まれ、守りやすくなる。



# 技術の「壁」と「橋」：フィルタリングとペアレンタルコントロール



機能：不適切なサイト・有害コンテンツ（暴力、アダルト、詐欺）へのアクセスを自動で遮断。



役割：デジタルの海に落ちないための強固な防波堤。

【安全に渡るための手すり】  
ペアレンタルコントロール

機能：利用時間の制限、  
特定アプリの使用管理、  
位置情報の確認。



役割：生活リズムの乱れ  
（夜更かし等）や過度な  
依存を防ぐガードレール。



これらの技術は「万能」ではありません。「なぜこの設定が必要なのか」を話し合うことで、初めて真の安全が守られます。

# 「ながらスマホ」が脳のワーキングメモリを溢れさせる



## 学習の定着率低下

人間の脳はマルチタスクが苦手。スマホの強い刺激に気を取られると、地道な学習の記憶が定着しない。



## 「楽しい」への依存

画面の強い刺激に脳が慣れると、読書や問題演習に対する「やる気」が奪われる。



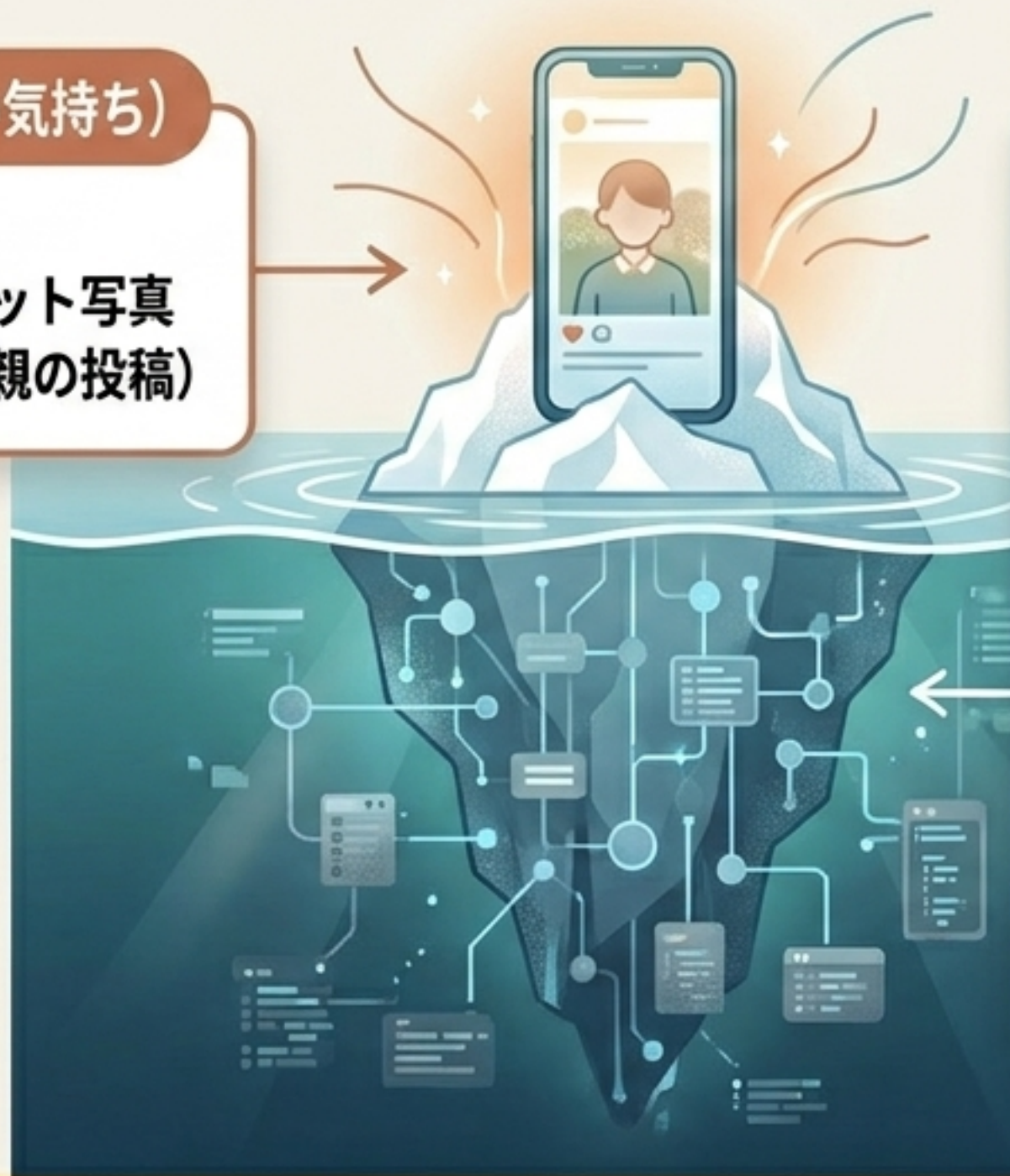
## 「ながら」から「メリハリ」へ

勉強中はスマホを別室に置く、通知を切る。環境づくりを子どもと一緒に工夫する。

# 無邪気な投稿に潜む「デジタルタトゥー」の冰山

## 水面上（目に見えるもの・軽い気持ち）

- 制服姿での何気ない自撮り
- 「推し活」のライブ会場のチケット写真
- 子どもの幼い頃の面白い動画（親の投稿）



## 水面下（見えないリスク・消せない痕跡）

- 位置情報の特定: 背景、通学路、瞳への映り込みからの特定。
- 第三者への拡散: 友達限定のつもりでも、スクリーンショットで無断転載される。
- 将来への影響: 半永久的にネットに残り、進学や就職の評価対象になるリスク。
- 犯罪リスク: 空き巣やストーカー、なりすましの標的に。

「一度ネットに出したら、二度と消せない」——投稿ボタンを押す前の確認習慣を。

# 匿名性と拡散力が生む「言葉の波紋」とネットいじめ

中心（起点）：

「軽い冗談のつもり」  
「みんなが言っていたから」  
という無意識の書き込み。

波紋2（拡散力）：

悪意あるコメントや画像が一瞬  
で広まり、削除が不可能に。

波紋1（匿名性）：

顔が見えないことで言葉の重みが軽  
く感じられ、エスカレートする。

影響（到達点）：

画面の向こうにいる「生身の人間」  
の心に消えない傷を残す。

ネットいじめは被害者になるだけでなく、我が子が「無意識の加害者」になるリスクも孕んでいます。  
「見て見ぬふりも加担になる」という価値観を家庭で共有することが最前線の防御です。

# 忍び寄る外部の脅威と「フェイク」を見破る力

## The Reality of Crime

- 小学生のSNS被害は3倍に  
(平成27年比・警察庁調べ)
- 巧妙化する手口: オンラインゲームのチャットで同世代や女性を装い、「コスプレ撮影をしよう」と誘い出し、買春や写真要求などの犯罪に巻き込むケースが多発。

### フェイクと脅威を防ぐ「フィルタリング思考」フロー

#### 1. 立ち止まる

感情を強く揺さぶるタイトルや、「友達募集」の誘いに即答しない。

#### 2. 裏付けを取る

情報の出典はどこか? 他の信頼できるサイトでも報じられているか?  
相手の正体は本当にプロフィール通りか?

#### 3. 相談・遮断

迷ったら必ず親に相談する。  
違和感があれば即ブロックする。

# 「バズりたい」承認欲求と「推し活」の心理学



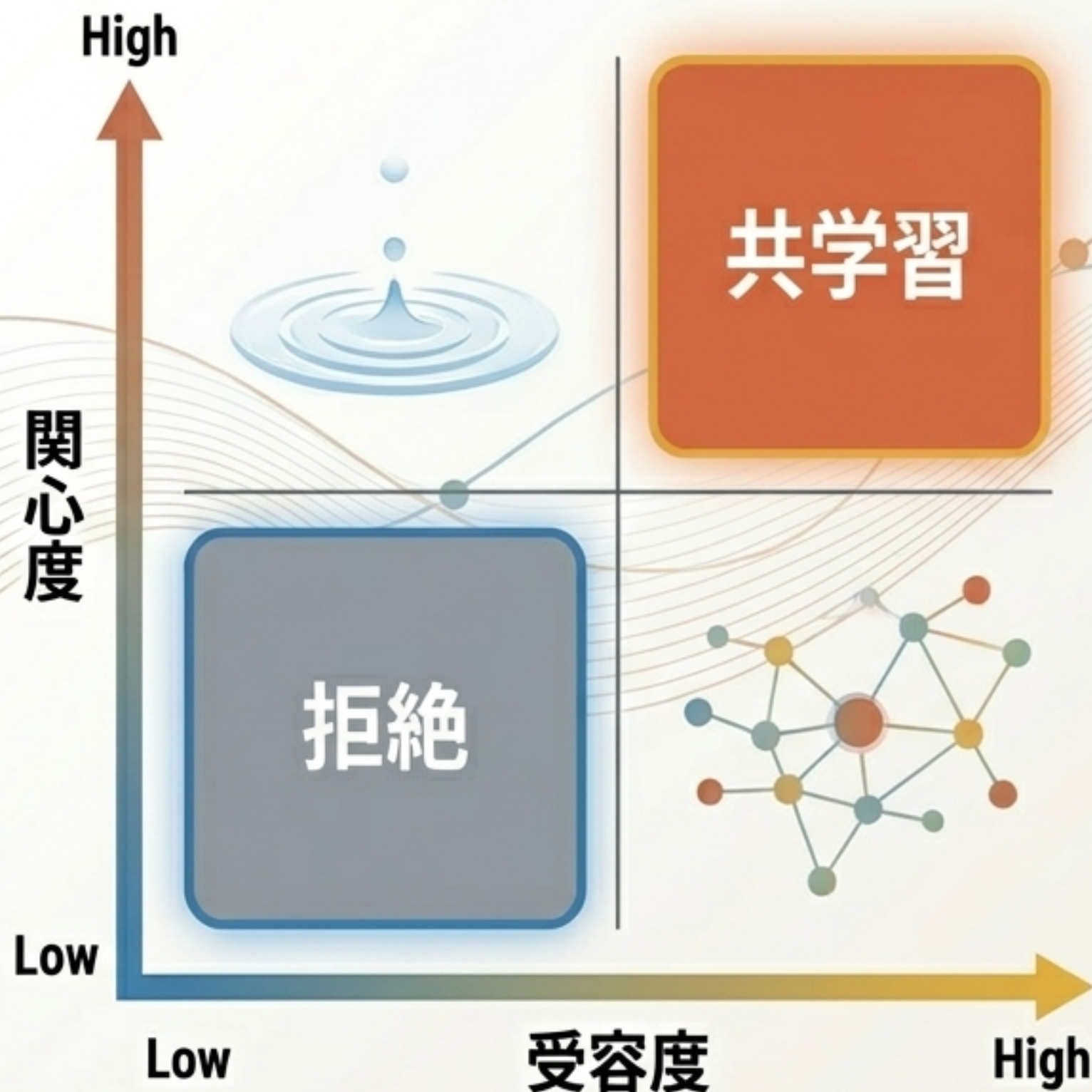
## 【デジタルの承認（リスク）】

- 心理：思春期特有の自然な感情。反応が「自分の価値」に直結してしまう。
- 推し活の罠：共感が欲しくて投稿のハードルが下がり、無意識に個人情報を漏洩させてしまう。

## 【家庭の承認（セーフティネット）】

- 対策：日常の中で「頑張ったね」「あなたらしくて素敵だね」と声をかける。
- 効果：SNSの反応だけに自分の価値を依存せず、安心して自分らしくいられる「心の居場所」になる。

# 未知の言葉とテクノロジー (AI) に対する親のスタンス



## 拒絶 (左下)

「そんな言葉使わないの!」  
「AIなんて信用できない」  
→ 子どもは親に隠すようになる。

## 共学習 (右上・理想)

「それってどういう意味?」  
「AIにどう質問すればいいかな?」  
→ 親子で一緒にリテラシーを育む。

## Examples of Co-Learning Opportunities

・ネットスラング: 「草(笑い)」「神(最高)」「バズる」。これらは子どもたちの文化。意味を知ること、会話のズレやいじめの兆候に気づける。

・生成AI: 答えを鵜呑みにせず、「本当に正しいかな?」と一緒に真偽を確かめる(ファクトチェック)習慣をつける。



# 究極の比較：「監視」から「見守り」へのシフト



項目	監視 (Kanshi)	見守り (Mimamori)
目的	親が安心するため	子どもが安全に自立するため
方向性	一方的なチェックと制限	双方向の対話とルールの共有
前提	子どもを信用していない	子どもの成長を信じている
子どもの反応	隠れて使うようになる、嘘をつく	困ったときに自ら相談してくる
結果	トラブルの発見が遅れ、深刻化する	トラブルを未然に防ぎ、自己管理能力が育つ

# 親のデジタル習慣は、子どもの「映し鏡」になる



## 親のSNS利用が招く3つの落とし穴



### 1. プライバシーの侵害（シェアレンティング）

子どもの面白い失敗や写真を無断で投稿していませんか？  
子どもの気持ちを確認しない投稿は、信頼関係を破壊します。



### 2. スマホ優先の態度

子どもが話しかけているのに画面から目を離さない姿勢は、  
「自分よりスマホが大事」という誤解を与えます。



### 3. 偏った情報の発信

親がSNSで過激な言葉を使っていれば、子どもはそれを  
「普通」のコミュニケーションだと学習してしまいます。

情報モラル教育は、まず保護者自身の背中を見直すことから始まります。

# 「相談される親」になるための3ステップ会話術

## Step 1: 否定から入らない

- × 「そんな動画ばかり見てるからよ」
- 「それってどんなところが面白いの？」

解説: アプリや使い方を頭ごなしに否定すると、子どもは心を閉ざします。まずは興味を持つこと。

## 対話の サイクル

## Step 2: まず「共感」する

- × 「そんなの気にしなくていいよ」
- 「それは怖かったね」「つらかったね」

解説: すぐに解決策や説教を出すのではなく、感情に寄り添うことで「親は味方だ」という安心感を与えます。

## Step 3: 一緒に考える

- 「どうすればよかったかな？」
- 「次はどう対策しようか？」

解説: 親が一方向的に答えを出すのではなく、自分で考える力を引き出します。

# 情報モラル教育：学校任せにしないベストミックス

## 学校の役割（知識と集団）

- ネットの仕組みやリスクの体系的な知識提供。
- 集団生活の中での継続的な声かけ。
- （限界：年に数回の授業にとどまる）

学校

## 真の情報モラル

知識が「生き方の姿勢」へと昇華し、子ども自身が自分で身を守る力を獲得する。家庭こそが最前線です。

家庭

## 家庭の役割（実践と感情ケア）

- 毎日の生活の中での継続的な声かけ。
- 子どもの性格や成長に合わせた個別対応。
- トラブル時のリアルタイムな感情ケアと対話。

# 今夜から架ける橋：今日、子どもに聞いてみたい3つの質問



プレゼンを閉じた後、ご家庭で以下の質問から対話を始めてみませんか？

**1. 『最近、スマホでどんなことが流行ってるの？』**

意図：否定せず、子どもの世界に純粋な興味を示す第一歩。

**2. 『みんなが使ってる新しい言葉ってある？』**

意図：ネットスラングをきっかけに、コミュニケーションの壁を下げる。

**3. 『もしネットで嫌なことや怖いことがあったら、どうする？』**

意図：トラブルが起きる前に、「いつでも相談していいんだよ」という最強のセーフティネットを張る。

デジタル時代の子育てに完璧な正解はありません。  
しかし、親子の「対話」という橋があれば、どんな波も一緒に乗り越えていけます。