

安全なインターネット利用のための保護者向け啓発コラム

① オレオレ詐欺に気づいて！お子さんのインターネット利用に関する保護者の注意点

オレオレ詐欺には複数の犯罪者が関わっており、それぞれが役割を分担しています。中でも、被害者から現金やキャッシュカードを受け取る役を「受け子」と呼び、受け子になる人の多くは若者や学生です。以下のような形で誘われ、犯罪の片棒を担がされていることに気づいていない場合が多いといわれています。

- ・ SNS やアプリで知り合った人から、「書類を受け取ってほしい」と頼まれ、その書類と引き換えに現金やキャッシュカードを受け取る。
- ・ バイト先の友人から「荷物を届けてほしい」と頼まれ、その荷物と引き換えに現金やキャッシュカードを受け取る。
- ・ バイト先の先輩から「宅配のバイトをしてほしい」と頼まれ、指定された住所に行き、現金やキャッシュカードを受け取る。

保護者の皆さんは、お子さんがオレオレ詐欺の片棒を担がされないように、お子さんの SNS やアプリの利用状況を把握し、知らない人とのやりとりに注意するようにしてください。



② SNS での誹謗中傷に備える！子どもの心と安全を守るために保護者ができる3つのこと

SNS は使い方によっては大きなトラブルに巻き込まれることもあります。特に、子どもは SNS での誹謗中傷の被害に遭いやすく、心の傷や学校生活への影響が深刻になることもあります。保護者の皆さんは、以下の2つのことを意識してください。

1. 子どもが誹謗中傷を受けたときは、冷静に対処する

子どもが SNS で誹謗中傷を受けたときは、まずは相手に反応しないようにしましょう。また、投稿を見るたびに傷つくこともあるため、相手の投稿を見ないように伝えたり、ミュートやブロックなどの機能を使ったりするなどの対処法を教えましょう。また、誹謗中傷の証拠を残しておくことで、SNS の運営会社に削除要請を行ったり、警察や専門家に相談したりすることもできます。

2. 子どもの心のケア

子どもが SNS で誹謗中傷を受けたときは、心に大きなダメージを受けている可能性があります。保護者の皆さんは、子どもの気持ちを受け止めてあげることが大切です。子どもが話したくないときには、無理に聞き出そうとせず、学校やカウンセラーなどの専門家とも連携して、子どもの心のケアを行いましょう。



③ ネットの出会いに注意！自撮り画像で脅迫されることも

子どもたちが自分の顔や体を撮影した写真（いわゆる自撮り）を SNS やメールで送ったり、公開したりすることは危険な行為です。自撮りの写真は、相手に悪意があれば勝手に加工されたり、拡散されたり、脅しに使われたりすることがあります。

- ・ 友達と仲良くなったつもりの相手に自撮りの写真を送ったら、その相手が実は大人の男性で、写真をネットにばらまくと脅された。

・自撮りの写真を SNS にアップしたら、知らない人から「会いたい」「付き合いたい」というメッセージが届き、断ると写真を加工して出会い系サイトに掲載すると脅された。

保護者ができる対策として、まず、子どもたちに自撮りの写真の危険性を教えてあげてください。自撮りの写真は、自分の意思で送ったり、公開したりしても、その後の管理は自分ではできません。自分の顔や体を撮影した写真は、絶対に他人に見せない、送らない、公開しないように伝え、絶対に守るように伝えましょう。



④ フィルタリングとペアレンタルコントロールで、子どものスマホを安全に！

スマホは小学生にとっても楽しくて便利なツールですが、同時に小学生には不適切な内容や有害な情報も溢れているのが現実です。スマホの操作や設定に不慣れな子どもは、意図せずそういった情報にふれてしまったり、スマホのワナにハマってしまったりすることもあります。

そこで、子どもにスマホを与える時は、必ずフィルタリングやペアレンタルコントロールの設定を行ってあげましょう。フィルタリングは、ネット上の不適切な内容や有害な情報をブロックする機能です。ペアレンタルコントロールは、スマホの使用時間やアプリの利用制限などを設定する機能です。

フィルタリングやペアレンタルコントロールの設定は、スマホの機種やキャリアによって異なりますが、基本的には、スマホの設定画面や専用のアプリから行うことができます。詳しい方法は、購入した店舗でも確認することができます。



フィルタリングやペアレンタルコントロールの設定を使うことで、子どものスマホの安全性や安心感を高めることができますので、子どもに渡す前に設定しておきましょう。

⑤ スマホの使い方について、子どもにどう声掛けする？ 「I&YOU メッセージ」の効果とは

スマホは便利なツールですが、使いすぎると目や体に悪影響を及ぼしたり、人間関係にも問題を引き起こしたりする可能性があります。特に小学生は発達段階によっては自己管理能力や判断力が未熟な事もあるため、スマホの使い方に注意が必要です。

そこで保護者の方には、声掛けの方法として、I&YOU メッセージをオススメします。これは、自分の気持ちや考えを伝える「I メッセージ」と、相手の気持ちや考えを尊重する「YOU メッセージ」を組み合わせたものです。

例えば、子どもがスマホに夢中になっているときに、「スマホばかり見ていると目が悪くなるよ」と言うのではなく、「スマホを見ていると楽しいね。でも、私はあなたの目が心配だから、休憩を取ってほしいな」と言うと、子どもは自分の気持ちを否定されずに、保護者の気持ちを伝えることができます。

I&YOU メッセージは、子どもの自尊感情や自主性を育てるとともに保護者との信頼関係を深める効果があります。スマホの使い方に限らず、日常のさまざまな場面



で、I&YOU メッセージを使ってみましょう。

⑥ ネットの人に相談して深入りしないために。身近に相談できる人がいる環境づくり

悩みや相談事をインターネットで知り合った人に話す子どもが増えています。しかし、発達段階によっては自分の感情や考えをうまく表現できなかったり、相手の意図や背景を理解できなかったりすること多いため、ネットの人に相談しても、解決にならないどころか誤解やトラブルが生じたり、酷い場合は犯罪に巻き込まれる可能性もあります。

ネットの人は、多くの場合相談に対する答えに責任を持つ必要がないため、一面的、表面的な発言で助言をする場合があります。一方で、身近な人との関係は長期的で深いものです。保護者の方は、子どもがネットの人に相談するのではなく、身近な人に相談できるような環境づくりをする事が重要です。



ネットの人に相談して深入りしてしまわないためには、保護者の方が悩みを聞ける関係にあるのが一番ですが、それが難しい場合は学校の先生に協力してもらうなど、子どもが相談できる大人がそばにいるような環境づくりをしてきましょう。

⑦ 子どものネットトラブルに備える！相談窓口の活用法

スマホは、インターネットを手軽に利用できる便利な道具ですが、同時に様々なトラブルや危険にもさらされる可能性があります。特に近年は小学生であっても、ネットを利用する中でネット上の人に騙されたり、自分の個人情報を軽率に公開してしまったりすることもあります。

保護者の方は、子どものネットの使い方に対して、ルールの作成と日ごろの声掛けが大切です。また、子どもがネットで困ったことや悩んだことがあった場合は、専門の相談窓口を利用することもできます。

ネットの問題・トラブルに関して相談窓口の一部を紹介します。

- ・ [違法・有害サイトに関する窓口](#)/総務省
- ・ [インターネット上の誹謗中傷に関する相談窓口](#)/法務省
- ・ [情報セキュリティ安心窓口](#)/IPA

ネットに関して相談窓口は、子どものネット利用に関するトラブルや悩みを解決するだけでなく、ネットの正しい使い方や安全な利用方法を教えてくれる役割も果たしています。相談窓口をうまく利用しましょう。



⑧ 子どもと一緒に作るスマホのルール！有効なルールの作り方

スマホは使い方によっては、目や体の健康に悪影響を及ぼしたり、学習や生活に支障をきたしたりする事があります。そこで、保護者の方は子どものスマホの使い方に対して子どもと一緒にルールを作ることが大切です。

どのようなルールを作るのがよいのでしょうか？ルールは、子どもにとっても納得できるような、明確で具体的

なルールがよいでしょう。例えば、「スマホは一日に何時間まで使っていいか」「スマホはどこで使っていいか」「スマホは何に使っていいか」などのルールを、子どもと一緒に話し合って決めましょう。

また、ルールを守れなかった時にはどうするかも、事前に決めておくことが重要です。ルールを破った場合の対処法として使用を制限する方法もありますが、できればそういった罰則を行わずにルールを守れるように誘導できるのが理想的です。

ルールは、子どものスマホの使い方をコントロールするだけでなく、子どもの自己管理や責任感を育てる効果もあります。子どものスマホの使い方について、保護者の方は、有効なルールを作ってあげましょう。



⑨ 小学生に伝えたい生成 AI のメディアリテラシーと著作権

「生成 AI」をご存知ですか？昨今話題になっている技術で、AI を使って文章や画像などを自動で作り出すことができます。しかし、それを利用するときには、メディアリテラシーと著作権の問題は考えておく必要があります。

生成 AI は、本物そっくりの偽情報や、個人の好みに合わせた情報を作り出すことができます。そのため、生成 AI の出力したものを見るときは、その情報の真偽を確かめることが大切です。

また、生成 AI は他人の作品を学習して新しい作品を作り出します。そのため、生成 AI の学習や出力には他人の著作権を尊重することが必要です。生成 AI を使って作品を作る時は、既存の作品の著作権を侵害していないかなど確認する必要があります。

生成 AI はさまざまな分野で使われ始めた、新しい学びや表現の可能性を広げるツールです。しかし、メディアリテラシーや著作権の問題など、まだ明確な指針、方針が定まっていない場面が多いツールでもあります。知らないまま使ってしまう事が無いように、お子さんとも一度話をしてみましょう。



⑩ フィルターバブルで自分の視野が狭くならないように！子どものネットの使い方を見直そう

インターネットは、使用している人の検索履歴や閲覧履歴に基づいて、その人にとって都合の良い情報や意見を優先的に表示することがあります。これを「フィルターバブル」と呼びます。

フィルターバブルによって、自分の視野が狭くなったり、自分の考えが正しいと思い込んだり、他の人の考えに対して偏見や敵意を持ったりする場合があります。特に小中学生は、ネットの情報を批判的に見る能力や多様な視点を持つ能力が未熟なため、フィルターバブルに陥りやすい年代でもあります。

保護者の方は、子どもがネットで見たニュースや情報について、日ごろから話をして、把握しておくことをお勧めします。また、子どもには、ネットで好きな情報ばかり見るのではなく、色々な人と話をしたり、本を読んでみたりなど、様々な情報源や意見に触れることを促してあげることが重要です。

ネットは、自分の知らないことをいち早く知れるツールですが、同時に利用者の思考や判断を曇らせることもある危険な面もあります。子どものスマホの使い方について、保護者の方はフィルターバブル=情報が偏ってしまうことがあるという視点から、お子さんにどのような話ができるか考えてみましょう。

