

## 子供と一緒にルールをつくりましょう

### ルールづくりのポイント

1 親子（家族）で話し合い決める	・ 押しつけではなく、子供が納得して、守ることができるルールづくり
2 具体的なルールに	・ 守っているのかわかる曖昧にならないように ・ 抜け道をつくらない
3 定期的にルールを見直す	・ 発達段階や交友関係の広がりに合わせてルールを変更
4 守れなかった時のルールも考える	・ 1～3を改めて確認した上で、罰則でなく「守れなかった時にどう責任を取るのか」という責任感や規範意識を醸成
5 困ったり、何かあったらすぐに大人に相談する	・ 決めたら終わりではなく「始まり」 ・ 決めた後の保護者の見守りが大事

- ・ 利用時間や使う場所、使う場面、使う機器の機能、利用の上限、ルールを守れなかった時など、項目ごとに考えてみましょう。
- ・ 社会にある様々なルールやマナーはインターネット上でも同様です。ルール等を理解し、トラブルを未然に防ぐ可能性を高めましょう。



小学生向け



中学生向け



資料ダウンロードページ



子供と一緒に家庭でのインターネット利用のルール作りができる資料をホームページで公開しています。二次元コードを読み込むか「埼玉県 子供安全見守り講座 配布資料」で検索してください。

## 困った時は専門機関に相談しましょう

いじめ、不登校、学校生活、性格などに関する悩み の相談	<b>県立総合教育センター「彩の国 よりそみんなの電話・メール教育相談」</b> 毎日 24 時間 <b>保護者用</b> 048-556-0874 <b>子供用</b> #7300 又は 0120-86-3192 Eメール相談 soudan@spec.ed.jp (Eメールの受信確認は平日 9 時～17 時) 対象：小学生、中学生、高校生及び青少年（原則として 18 歳まで）
ネットいじめ・ネットトラブル などの通報窓口	<b>県教育局 生徒指導課</b> 毎日 24 時間 netpat-saitama@true.ocn.ne.jp ※通報窓口のため原則返信はいたしません 対象：県内公立学校（さいたま市立を除く）に通っている生徒について、個人が特定され、誹謗中傷の書き込みがあるものなど。 （爆破予告など緊急に対応すべき情報については、警察に通報してください。）
インターネットを使った 犯罪	<b>けいさつ総合相談センター</b> 24 時間（夜間及び土曜日・日曜日・祝日・年末年始は当直対応） #9110 又は 048-822-9110
架空・不当請求の相談	<b>消費者ホットライン</b> （最寄りの消費生活センターや消費生活相談窓口などを案内） 188（いやや！）
インターネット上の違法・ 有害情報	<b>違法・有害情報相談センター</b> https://ihaho.jp
いじめや友達、どんなこと でも	<b>子どもスマイルネット</b> 毎日 10 時 30 分～18 時（祝日・12/29～1/3 除く） 048-822-7007 対象：原則 18 歳未満（高校生は対象）

掲載している情報は令和 6 年 5 月 1 日時点のものです。最新の情報は各団体のHP等で御確認ください。

令和 6 年 5 月発行 本資料に対するお問い合わせはこちらまで

埼玉県県民生活部青少年課 健全育成支援担当 電話 048-830-5858 メール a2905-08@pref.saitama.lg.jp



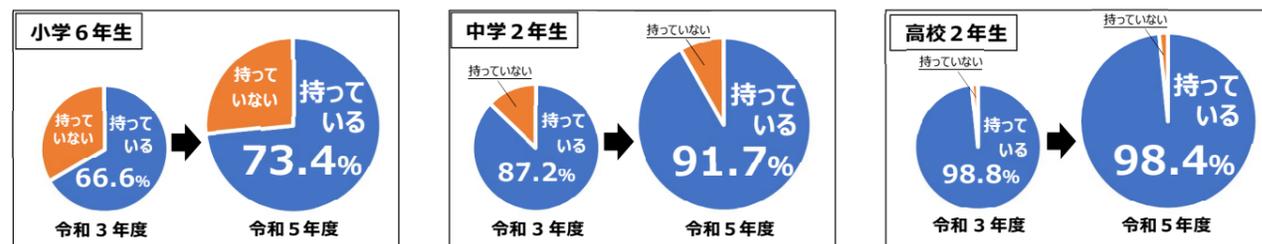
## 子供安全見守り講座資料（保護者版）



# スマートフォンなどを利用した子供の インターネット利用実態と保護者の役割について

## 1 子供のインターネット利用実態

### 自分専用のスマートフォンを持つ割合



令和 5 年度児童生徒におけるスマートフォン等の利用状況等に関する調査（県教育局生徒指導課）

多くの子供が自分専用のスマートフォンを持っています。

保護者は、子供がスマートフォン等でインターネットをどのように利用しているのか把握しておく必要があります。

### 小中学生の利用時間と内容

- ・ 平日 1 日あたりのインターネット利用時間

	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
小学生	129.1 分	146.4 分	207.0 分	213.7 分	226.3 分
中学生	176.1 分	199.7 分	259.4 分	277.0 分	282.1 分
高校生	247.8 分	267.4 分	330.7 分	345.0 分	374.2 分

- ・ 中学生の 39.7%、高校生の 54.4%が「5 時間以上」利用。学校種が上がることも利用は長時間となっています。

#### 利用内容の内訳（上位）

- 小学生** ①動画視聴(90.5%) ②ゲーム(87.5%) ③検索(72.8%) ※勉強等(67.3%)
- 中学生** ①動画視聴(94.1%) ②ゲーム(87.5%) ③検索(85.5%) ※勉強等(73.1%)
- 高校生** ①動画視聴(95.8%) ②音楽鑑賞(93.2%) ③検索(91.0%) ※勉強等(78.3%)

令和 5 年度青少年のインターネット利用環境実態調査 令和 6 年 3 月（内閣府）

### 低年齢層の利用時間と内容

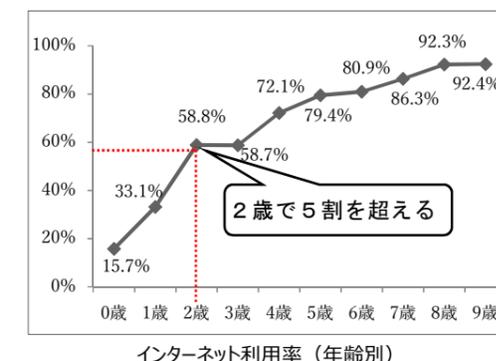
- ・ 低年齢層（9 歳まで）の子供の 74.9%(R4 年 74.4%)がインターネットを利用しています。
- ・ 年齢が上がることも利用率も高くなる傾向があり、2 歳で 5 割、6 歳で 8 割を超えています。
- ・ 平日 1 日あたりの平均利用時間は 124.9 分(R4 年 121.9 分)

#### 利用内容の内訳（上位）

- ① 動画視聴(93.6%) ② ゲーム(64.7%) ③勉強(40.0%)

#### 利用機器の内訳（上位）

- ① テレビ(53.3%) ②PC・タブレット(38.0%) ③ゲーム機(35.8%)



令和 5 年度青少年のインターネット利用環境実態調査・令和 6 年 3 月（内閣府）

## 2 インターネットトラブル

インターネットが普及し、私たちの生活はとて便利で豊かになりました。その結果、インターネットは現代の生活において必要不可欠なものとなっています。一方、使い方を誤ると様々な問題が生じてしまいます。

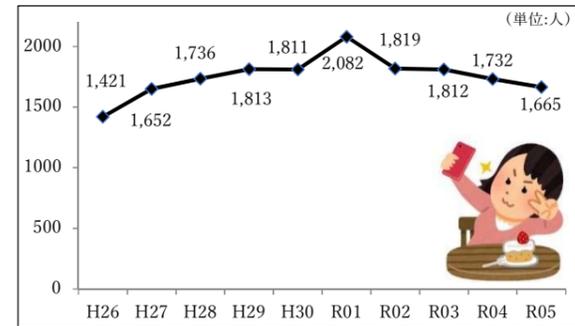
<p><b>ネットいじめ</b></p> <p>ライン外しや既読スルーなど、ネットいじめが過去最多の23,920件に増加しています(※1)。</p> <p>中傷や嫌がらせを書き込むことは許されません。軽い気持ちや不用意な書き込みも思わぬトラブルに発展する恐れがあります。</p>	<p><b>個人情報の流出</b></p> <p>ネット上に写真を載せたり個人情報を書き込むことはとても危険です。</p> <p>例えば一部の情報でも個人が特定され悪用されてしまいます。ネット上に流出した個人情報は完全には消えません。</p>	<p><b>長時間の利用</b></p> <p>ネットを長時間利用すると、睡眠や学習時間が減ります。</p> <p>視力低下や食欲減退など身体に影響が出る場合もあります。また、コミュニケーション能力が身に付かないなど、望ましい成長を妨げます。</p>	<p><b>ネット依存</b></p> <p>厚生労働省の推計によると、ネット依存の疑いのある中高生は2012年度に約52万人だったのに対し、17年度には約93万人でした。(※2)</p> <p>ネット依存により、日常生活や健康に支障が生じます。</p>
<p><b>ながらスマホ</b></p> <p>スマホを操作しながら歩く「歩きスマホ」や自転車を運転する「ながらスマホ」は、視野が極端に狭くなったり周囲の音が認識しづらくなり、大変危険です。</p> <p>自転車運転中のスマホの注視は法令で禁止されています。</p>	<p><b>高額課金・架空請求</b></p> <p>ネット上でのゲームアイテムの購入(課金)やショッピング、ゲーム・音楽などのダウンロードをし過ぎると高額になります。</p> <p>また、サイトにより商品が届かない架空請求の被害にあう場合もあります。</p>	<p><b>有害情報・危険サイト</b></p> <p>ネット上には、アダルトサイトや子供に見せたくない写真や動画、危険ドラッグ・違法薬物の誘い、振り込め詐欺の受け子の手配など、子供にとって有害な情報が溢れています。</p>	<p><b>なりすまし被害</b></p> <p>ネット上の個人情報などを無断で利用し他人のアカウントを作成して本人になりすます者がいます。その者により中傷を書かれたり、不正にアプリを取得されたり、詐欺行為をされる被害が発生しています。</p>

※1 文部科学省「令和4年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について」令和5年10月より  
 ※2 厚生労働省研究班調査2017年度より(約6万人の実態調査の回答からの推計)

## SNSがきっかけで犯罪の被害に遭う子供も

### 日常のちょっとした投稿が...

- 令和5年におけるSNSに起因する被害児童数は、1,665人であり、前年からは3.9%減少したもののおおむね横ばい状態であり、依然として高い水準で推移。
- 被害児童のほとんどがスマホを使ってSNSにアクセス。
- 被害児童の約9割がフィルタリングを利用していない。
- 被疑者と知り合うきっかけとなった被害児童の投稿は、「プロフィールのみ」や「趣味・嗜好」、「日常生活」、「友達募集」が半数以上を占める。



SNSに起因する事犯の被害児童数(18歳未満)の推移  
 令和5年における少年非行、児童虐待及び子供の性被害の状況(令和6年3月(警察庁))

## 子供が犯罪の加害者に

インターネットの不適切な利用により、子供たちが犯罪**加害者**になることもあります。子供たちの情報モラルを高め、インターネットを適正に利用できるよう家庭や学校で指導する必要があります。

### <以下の行為(事例)は全て犯罪で処罰の対象です>

- 他人を侮辱する内容や個人情報等をネットに書き込む
- 他人に「なりすまし」でネットで誹謗・中傷
- 他人のオンラインゲームに不正にアクセスして課金
- 交際相手にふられた仕返しに性的な写真をネットに公開
- ネット上での爆破予告や個人の脅迫
- コンピュータウイルスを作成しネットに公開
- 不適切な動画や写真をネットに公開
- 音楽や漫画、雑誌などの違法なダウンロード・アップロード

- |          |            |
|----------|------------|
| 脅迫罪      | 名誉棄損罪      |
| 侮辱罪      | 不正アクセス禁止法  |
| 詐欺罪      | リベンジポルノ規制法 |
| 恐喝罪      | 児童ポルノ禁止法   |
| 著作権法     | ストーカー規制法   |
| 威力業務妨害など |            |



## 3 子供の安全利用のために必要なこと ~保護者の役割~

### 子供にスマートフォン等を持たせる時は段階的に

- 保護者はインターネットが便利であると同時に、危険性もあることを理解し、正しく使い子供にお手本を示しましょう。
- 子供が使用するスマホは、保護者が購入し利用料金を払う「保護者の持ち物」です。持たせる際は利用目的を明確にしましょう。
- 年齢や発達段階に応じて使わせましょう。使いこなす力がついてきたら、徐々に利用範囲やサービスを拡大しましょう。
- 利用状況をこまめに確認しましょう。

### 未就学児の保護者の皆様へ

- スマホ越しに育児をしていますか?**  
言葉や表情のキャッチボールが子供の愛着や信頼感を育みます。子供と一緒にスマホに熱中しないようにしましょう。
- スマホやゲーム機、子供一人で遊んでいませんか?**  
インターネットに関する正しい知識の定着のため、親子で一緒に体験し、話し合しましょう。
- 子供の遊びがスマホやゲーム機に偏っていませんか?**  
乳幼児期は五感を育む大切な時期です。様々な道具遊びや身体を使った遊びをたくさん経験させましょう。

### 小学生の保護者の皆様へ

- 小学生は動画やゲームを中心に利用しています**  
スマホに限らず、ゲーム機などでもインターネットで見知らぬ人とつながる危険性があります。
- ネットトラブルは小学生でも起こります**  
小学生は未熟ゆえにネット上のやりとりにも危うさが見られます。現実社会で許されないことはネット上でも許されません。
- 基本的な生活習慣は定着していますか?**  
低年齢層におけるネット依存が進行しています。運動・睡眠・栄養のバランスは、育ちざかりの子供にとって大切です。

### 中学生の保護者の皆様へ

- 利用目的を確認してからスマホを与えていますか?**  
中学生になるとスマホを欲しがる子供が多いようです。与える際は「利用目的」や「欲しい理由」をしっかりと確認しましょう。
- 児童買春・児童ポルノ被害は13歳から増加します**  
「危険なサイトを見ない」「ネット上で知り合った人と会わない」といった指導が必要です。
- いじめる側にもいじめられる側にもさせないように**  
いじめは絶対にしてはいけない行為です。ネットにつぶやく言葉の重さを理解させましょう。

### 高校生の保護者の皆様へ

- 「目立ちたい」「人気者になりたい」は危険な気持ちです**  
ネットへの投稿は容易に消えません。安易な投稿で、進学や就職、結婚など、子供の人生を台無しにしてしまう恐れがあります。
- 高校生はSNSのヘビーユーザーです**  
SNSへの投稿やメッセージのやりとりを気にし過ぎるあまり、長時間の利用、そしてネット依存につながる危険があります。
- 親子で気軽に話せる信頼関係を構築していますか?**  
交友関係や行動範囲が広がり、親の目が届かなくなるのが高校生です。何かあった時こそ親子の信頼関係が不可欠です。

## ペアレンタルコントロール(保護者による見守り)をしましょう

### フィルタリングサービスの利用

「保護者は、携帯電話を18歳未満の青少年が使用する場合には、その旨を申し出る義務」が、「携帯電話事業者は、原則としてフィルタリングサービスを提供する義務」が定められています。(青少年インターネット環境整備法)

携帯電話会社から提供されている「あんしんフィルター」または、各社提供のフィルタリングサービスを利用しましょう。

携帯電話事業者	Android		iOS (iPhone/iPad)	
	Web	アプリ	Web	アプリ
ドコモ、KDDI (au)・UQ、ソフトバンク・ワイモバイル	あんしんフィルター(※3)		あんしんフィルター	
その他の携帯電話事業者(いわゆる「格安スマホ」、「格安SIM」の事業者)	各事業者が提供するフィルタリングサービスもしくは、各種フィルタリングアプリ等			スクリーンタイム

※3 Android 端末の一部の機種では、あんしんフィルターではなく、OSの機能や他のアプリなどを使用する必要があります。

総務省「上手にネットと付き合う!」より抜粋

### 保護者による使用機器本体の機能制限の設定

保護者がPCやスマートフォン等機器本体の設定を変更することで、年齢による閲覧制限や取得できるアプリの制限が可能です。(アプリの導入が必要な場合があります。詳細はサービス提供各社のホームページ等を御確認ください。)

- iPhone/iPad 機能制限の利用方法  
設定>スクリーンタイム>休止時間、App 使用時間の制限等を設定。
- Android (アンドロイド) の機能設定の利用方法  
GooglePlay ストアのメニューアイコン> 設定> 「ファミリー」内の保護者による使用制限を on> 暗証番号作成後、制限内容を設定。