

\\親子で考えてみよう!/
**SNSとの上手な
つきあい方**



愛媛県



令和2年3月発行

編集・発行 愛媛県人権啓発センター（人権対策課内）

お問い合わせ 089・941・8037

監修・協力 平松 義樹（愛媛大学名誉教授）

宮本 美枝（臨床心理士）

印刷 平和印刷工業株式会社

法務省委託事業

ある日の小学校の保護者会の後...

そうそう!



最近外出先で子どもと連絡を取り合えないことが多くなってきて、スマートフォンを持たせようか悩んでいるの。



え、もう持たせるの?



早いんじゃない? まだ持たせるのは怖いわね。

とはいえ、

最近では、学校でもプログラミング教育が導入されたり、タブレット端末を使った学習を取り入れたりしている、子どもも面白いのを知っているから欲しがったりしますよね。



そうね。

ゆくゆくは持たせることになりそうね。情報の収集だけでなく、中学生や高校生になると、部活動の連絡はSNSになったり、いろんな場面で活用されていて、まったく使用させないのも難しいわね。

明日部活休みだよ



これからの時代、「読み書き」「計算」などと一緒で「情報ツールの活用」も生活する上で基本的な力になっていきそうね。

でも、一度持たせたら、使い方の管理が大変じゃない?

子ども(18歳未満)のSNSの利用に関する権限は保護者にあるものね。スマートフォンを持たせる持たせないから始めて、どこでどのような目的で何時間くらい使わせるかも各家庭の責任になるし、家庭の中でルールも決めないといけないし、上手くいくかどうか心配だわ。

ルール



このご時世、避けては通れないですよ。

大人になれば、本人の責任で、SNSを使うようになるから、将来的には自分で判断して正しく使える大人になってほしいですよ。ずっと中身をチェックするわけにもいかないし、小さいうちの関わりが大事かも。



そうね、

子どもが自分自身で情報を正しく選べるようになるまでは、大人の見守りが必要ね。嘘の情報に振り回されないように情報を取捨選択することも教えておかななくちゃ。



確かに！

学校でも学ぶ機会はあるけど、日常的に使っている様子が見えるのは主に家庭だから、家庭での教育が必要だと思うわ。



最近、

SNSによる誹謗中傷などの人権侵害が大きな社会問題になっていますが、不確かな情報や差別につながるものを子どもに発信させないことはとても重要ですね。大人が、一緒に取り組むことでトラブルも未然に防げたら、子どもの人権を守ることもつながりますね。



SNSは使い方を間違えば 人を傷つける凶器になります

携帯電話・スマートフォンやパソコンを利用した主な被害状況(調査結果)

調査対象：愛知県内 公立小学校4,5,6年生児童及び公立中学校全学年生徒 (単位：%)

回答	小学生			中学生		
	4年	5年	6年	1年	2年	3年
インターネットの掲示板やメールで悪口	1.5	1.8	1.8	2.9	3.9	5.3
自分の個人情報や写真などを無断で流された	0.4	0.6	0.9	1.6	2.1	2.7
心当たりのない利用会費の請求を受けた	0.4	0.5	0.7	1.3	1.9	3.4
知らない人からメールや電話があった	3.4	5.1	6.9	11.2	15.6	21.2
他人がらしつこくメールを送られたり、つきまとわれたりした	0.7	1.1	1.0	1.5	1.9	2.5
インターネットで知り合った人と実際にあった	0.8	0.8	0.8	1.0	1.5	2.5
ラインで仲間外れにされた	1.0	0.9	0.9	1.3	1.7	1.4
特にトラブルにあったことはない	91.0	89.8	88.4	81.4	76.8	70.6

■ 1位 ■ 2位 ■ 3位

令和2年1月実施 携帯電話・インターネット等に関する調査
(愛知県教育委員会 義務教育課)

SNSによる人権侵害は身近なところでも起こっており、 大人の見えなところでトラブルになっていることも…

近年、SNSを利用する子どもの低年齢化が進むと同時に、子どもがトラブルに巻き込まれ、不安を抱える事例が増えています。

SNSはとても楽しく便利な道具ですが、大人の目が行き届きにくく、いつでも安易に書き込みができ、顔も見えないため、感情的な仕返しや悪ふざけによる投稿に対する罪悪感も低下する傾向があります。また、情報が次々と更新されていくため、事態の動きが早く、短期間で深刻化してしまうこともあります。

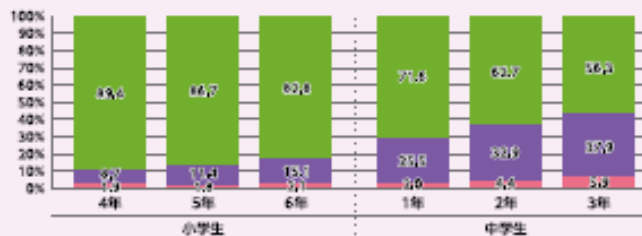
そのため、本人や周りに自覚がなくても、問題が大きくなっていることがあるので注意が必要です。

すべての子どもたちが 使いたくて使っているわけじゃない？！

メール(ライン等を含む)やSNSに対して、 返信することを負担に感じた割合

調査対象：愛知県内 公立小学校4,5,6年生児童及び公立中学校全学年生徒のうち「携帯電話・スマートフォン・ゲーム機等、インターネットが利用できる自分専用の機器を所有している」と答えた者 (単位：%)

回答	小学生			中学生		
	4年	5年	6年	1年	2年	3年
よくある	1.9	1.8	2.1	2.9	4.4	5.9
時々ある	8.7	11.4	15.1	25.5	32.9	37.9
ない	89.4	86.7	82.8	71.6	62.7	56.3



令和2年1月実施 携帯電話・インターネット等に関する調査
(愛知県教育委員会 義務教育課)

SNSの普及で学校生活と家庭生活の境界線があいまいに…

学年が上がるにつれ、メール等の返信に対して負担を感じる割合が高くなっています。特に、中学生になるとその傾向は強くなり、中3では4割が負担と感じた経験があると回答しています。

SNSの普及により、24時間いつでも連絡が取りあえる状態が生まれ、学校生活と家庭生活の境界線がなくなっています。さらに友人関係への不安から子どもが自らSNSとの距離を置くという選択が難しいことがあります。

スマートフォン・タブレットを 子どもが使い始める前に…

まずは発達に応じた環境を整え、 基本のキを教えよう!



左の写真を見てください、女の子がスマートフォンを見ているですね。女の子が、スマートフォンを触っているということは保護者も見ることができますが、誰と何をしているかは見ることはできません。

保護者が契約者として、子どもにスマートフォンを与えるということは、何かトラブルがあった時も、保護者がすべての責任を取るということです。

SNSに衝動的に安易に書き込んだ内容が、ずっと残り、子どもの将来に影響を及ぼしたり、書き込まれた誹謗中傷によって、子どもだけでなく家族が大きく傷ついたりすることもあります。

だからこそ、保護者がSNSの使い方を教えずにはならないのです。子どもが加害者にも被害者にもならないために。

SNSの利用が始まると、友だち申請や写真の掲載など、自分だけにとどまらず、他者への影響も少なくありません。友だち同士でも紹介する場合や、インターネット上に動画や写真を掲載する場合は、必ず相手に了解を取る必要があることを教えましょう。

グループワークでは、言葉の使い方や、掲載可能な写真・動画など、自分だけでなく、関わるすべての人の人権が尊重される情報発信の仕方について家庭で話し合しましょう。

さらに、まだ子どもだけで有害情報かどうかの判断が難しい場合は、利用時間や接続サイトなどを保護者が管理することが必要です。あらかじめフィルタリングやペアレンタルコントロールの活用をルールに盛り込み、長時間使用を制限したり、アダルトサイトなどの有害コンテンツへアクセスしたりしないよう、トラブル回避策を事前に考えておきましょう。

SNSを含むインターネットに潜む リスクについて親子で想像してみよう

SNSを利用するにあたっては、顔の見えない相手を想像しながら使わなければなりません。SNSの向こうにいるのは友だちだけではありません。その先とも簡単につながることができ、知らない人も見ることを想像して利用する必要があります。また、人間関係が変化すれば、今は大丈夫でも、後々悪用されるケースもあります。そういったことを防ぐためにもインターネットの性質をよく理解させ、内容が適当かどうかよく考えて発信するよう教えましょう。



また、SNSに掲載するということは、自分の都合に関係なく誰にでも見られる状態を自ら選ぶということです。掲載内容が短時間のうちに一気に拡散したり、心無い言葉で批判されたりすることも自分の手では防ぐことはできないことを認識させておかなければなりません。

さらに、SNS上には、嘘の情報なども多数あり、信用のある情報を選んで利用、発信しないと犯罪行為にもつながる恐れがあることも教えましょう。

SNSを含むインターネットの性質

公開される

インターネットは世界中につながっています。限られた人だけに公開しているつもりでも、知らない人の目に触れることもあります。

取り消しできない

一度書いたものは自分が見える範囲で削除できても、見えないところに残っていたり保管されていたり、すべてを完全に取り消すことはできません。

拡散する

簡単に保存・コピー添付できるため、あっという間に広がり、どこにでも誰にでも拡散します。

誰かがわかる

誰が投稿したかは、名前を書いていなくても、発信元に必ず割り当てられたIPアドレスから割り出すことができます。画面には表示されていませんが、実はすぐに発信者が特定できるのです。

人権侵害のない情報発信のために

「顔バレ」動画で個人情報がばれる?

フェイスブック、Instagram、ツイッター、ティックトックという言葉を知っていますか。実際に使われている方もいるでしょう。これらの個人投稿アプリに、子どもたちは、写真や動画を気軽に投稿し、「いいね」を送ったり、コメントしたりして、他のユーザーとコミュニケーションをとります。



ところが、誰でも手軽に楽しめる個人投稿アプリですが、かなりの危険が潜んでいます。特に、動画投稿アプリでは、ほとんどの投稿者が顔を出しているのです。再生時間を短く設定したり、ダウンロードの制限をかけたとしても、危険を回避しているつもりでも、掲載した顔や背景はもちろんのこと、画像に映り込んでいるわずかな情報からでも、場所や個人を特定することも不可能ではないのです。

写真のExif情報から個人情報を守る



スマートフォンで写真を撮ると左のようにExif情報という、撮影した日時や場所などの様々な情報が撮影した写真に貼りつけられます。

スマートフォンで写真を撮って、Exif情報をつけた状態で安易にアプリに投稿していると、**本人の知らないところで、大切な個人情報が悪用されるおそれがあります。**こういう被害にあわないために、まずはスマートフォン搭載カメラのGPS設定をオフにして写真を撮りましょう。

スマートフォン搭載カメラ GPS設定オフの方法
カメラ機能にかかる「設定」→位置情報をオフ

ネットいじめ 意見や批判のつもりが「誹謗中傷」や「脅迫」に!



SNS上のコメント欄などで、「死ぬ(市ね、氏ねなど)」や「殺す」といった表現が頻りに使われることがあります。投稿者の本意は分かりませんが、こういった表現を使い慣れると、

過激な表現へのハードルが下がってしまうおそれがあります。少し腹が立ったときでも「殺す」「死ぬ」と吐き捨てていると、相手はその意図を理解しないで特定の個人に向けられたものと解釈された場合には、そのまま脅迫になりかねないのです。

脅迫罪は、生命や身体、財産、自由などを侵害する言葉を相手に送った時点で成立する罪なのです。このことをお子さんに教えてあげてください。ネットでは表現の自由が保障されていますが、怒りに任せて行きすぎた表現をしていると、知らぬ間に人権侵害をしていることになるのです。

ネット用語、略し言葉をご存知ですか?



SNSで使われている「フロリダ」「草」…何のことかご存知ですか?「フロリダ」は「お風呂に入るからSNSから離脱する」、「草」は「笑える、面白い」を意味する用語です。このようにインターネット上には略し言葉や本来の意味と違う使い方がされているネット用語が多数存在します。

その中には、そのものが相手への誹謗中傷を含む言葉も多数あります。例えば、TNJ(「たいしたことないじゃん」)女子、ウーロン茶(「うざいロン毛の茶髪男子」)、「陰キャ」(暗く自立できない人、陰気な人)、「コミュ障」(コミュニケーションがとりにくい人)、「ぼっち」(ひとりぼっち)、「メンヘラ」(心に問題を抱える人)など…

SNSでは、特定の個人を示しこれらの言葉を使うことで、レッテルを貼り、相手の悪いイメージや嘘の噂を意図的に広めたり、これらの発信が元で、トークグループからの仲間外しにつながったりと、人間関係のトラブルやいじめのきっかけとなることがあるので、使い方には注意が必要です。

アカウントを乗っ取り悪用 「なりすまし」に要注意



SNSアカウントは悪意のある人からは簡単に乗っ取られる恐れがあり、悪用される可能性があります。アカウントとは、スマートフォンやパソコン等で様々なインターネット上のサービスを利用するための権利のことです。これらのアカウントにはID(識別番号)とパスワードが付与され、IDとパスワードで認証を受け、ログインします。

このSNSアカウントを乗っ取ったり、嘘のアカウント情報を登録したりして、その人物のように見せかけ、個人情報を盗んだり、嘘の投稿をしたり、商品を騙し取ったりする行為を「なりすまし」といいます。

「なりすまし」には①個人情報を盗み、不正に入手したIDやパスワードを使って金品等の財産を盗むもの、②本人を装って偽のアカウント情報を登録し、過激な投稿や、嘘の投稿などにより、本人の社会的評価をさげるなどの嫌がらせをするものがあります。

ID・パスワードは 誰にも教えないよう徹底を!

「なりすまし」被害の原因の多くは、個人情報の漏えいです。メールやSNSで個人情報やパスワード、クレジットカードの情報などを聞かれたら、まずは「なりすまし」を疑うよう教えましょう。

自分以外の誰かにIDとパスワードを教えることもトラブルの原因となります。他人にIDとパスワードを教えることは銀行口座と暗証番号を同時に教えるのと同じくらい危険なことです。友だち同士でもIDやパスワードを教えたり、教えてもらったりすることはいけないことだと認識させておく必要があります。

また、盗み見たパスワードを入力して、ゲームにログインするなど、本人のいないときに不正アクセスすることも、犯罪行為となることを伝えておきましょう。

アカウントの漏えいを防ぐ具体的な方法

- ①セキュリティロックを必ずかける
- ②ID、パスワードは慎重に取り扱う

SNSトラブルの具体例を知りたいときは…

愛媛県警察本部少年課が、県内で実際に発生した事件や事例などを題材にした「情報モラル映像教材」を制作し、県警ホームページなどで公開しています。



もしトラブルに巻き込まれたら…

違法・有害情報相談センター(総務省委託)

H.P. <https://www.ihaho.jp/>

松山地方法務局

【みんなの人権110番】

T.E.L. 0570-003-110

【子どもの人権110番】

T.E.L. 0120-007-110

【インターネット人権相談受付窓口】

H.P. <http://www.jinken.go.jp/>

愛媛県警察少年サポートセンター

【少年相談】

T.E.L. 089-934-0110

いじめ相談ダイヤル24

T.E.L. 0120-0-78310

法テラスサポートダイヤル

T.E.L. 0570-078374



愛媛県人権啓発センター

T.E.L. 089-941-8037

臨床心理士の先生に聞きました! 保護者が子どものためにできることは?



日ごろの親子のコミュニケーションを大切にしましょう

SNSを使うことは、決して悪いことではありません。上手に使うことで、様々な情報を得ることができ、いろいろな人とつながることができます。また、自分の好きなこと、興味のあることなど、「個人の世界」を作ることができます。逆に言えば、たとえ家族であっても、その内容を簡単に把握することはできません。本人が、SNS関連で悩みがあっても、親には、見えてこないということです。

そのようなSNSのトラブルから子どもを守るために、大人にできることは、日ごろから、子どもに関心を持っておくということです。スマートフォンの使い方や利用時間など、子どもの状態を把握しておきましょう。すべてを把握しておくことは不可能ですが、そのことを話題にできる関係を作っておくことが大切です。日ごろから、子どもとコミュニケーションをとることを心がけ、困ったときには相談できる関係を作っておきましょう。

また、家庭での問題の解消が難しいときは、学校のスクールカウンセラーや専門機関などに相談することも検討しましょう。

大人にもSNS依存が急増中! 私たちも見直そう! SNSの使い方

SNSのため子どもを後回しにしていませんか? 大人がSNSを優先するあまり、子どもへの対応を後回しにしたり、そっけない返事をして、子どもに寂しい思いをさせていることが少なくありません。子どもは大人との日常の関わりを通して自分が大切にされている実感を持ち、成長していきます。

今の子どもたちは、SNSが浸透した結果、人と直接話すことが少なくなっています。家庭でのコミュニケーションを増やすことは、コミュニケーションのスキルアップにもつながります。子どもと共有できる時間を大切にしましょう。また、自分自身もSNSに時間を使いすぎているか、振り返ってみましょう。



こんな時は…

Q:うちの子、ルールが守れない! どうしたらいいですか?

A:ルールを破るのにも理由があります。理由を本人にしっかり聞いたうえで、一緒に考え、本人に合うようルールを見直すとともに、今後どうするかよく話し合うきっかけにしましょう。親のほうが一方向的に怒っていると、子どもは本当のことを言いにくくなります。まずは、子どもの言い分を聞いてみましょう。

Q:最近、SNSのやり取りのため、スマートフォンが手放せないみたい。どうしたらいいですか?

A:SNSは24時間つながっていますが、自分にも相手にも都合があります。夜遅い時間には利用を控えることや、すぐに応答がなくても、相手の都合によるものと認識するように教えましょう。特に、相手からの返信に対して神経質になっている場合や、頻繁な発信を行っている様子が見受けられる場合は、自分の居場所をSNS上に求めているのかもしれませんが、すぐにダメと制限するのではなく、学校の様子を聞いたり、子どもの話しやすい話題から、日ごろの会話を増やすよう心がけましょう。

Q:もしかして直接会ったことがない人ともつながってる? どうしたらいいですか?

A:最近では、SNS上だけの友達がいる子どもが増えています。やり取りを重ねるうちに心よりどころとなったり、本当の友達のように親しくなることも少なくないようです。しかし、SNS上には嘘の情報なども多数あります。個人情報や漏れたり、性犯罪に巻き込まれたり、SNSによる犯罪被害も多発しています。自分の身を守るためにも、信用しすぎず、個人が特定されるような情報はSNSでやり取りしないことを徹底することが重要です。SNS上では、匿名性が高いため、情報が歪められやすく、拡散されたりすることもあります。「怖い」、「変だな」と感じたらすぐに大人に相談するように伝えましょう。

子どもを大切に思い、そのことが伝わるように子どもに対応することが、「相手の人権を尊重できる人間」を育てることにつながります。

SNSとの程よい距離感を親子で協力して見付け出し、必要で正確な情報を子ども自身が取捨選択する力を身に付けられるよう見守るとともに、責任を持って情報発信ができるよう、自律に向けて寄り添っていきましょう。