

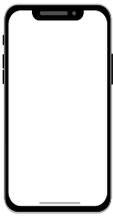


「スマホケータイ安全教室」で学んだこと

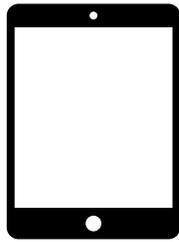
今回は、6月9日(日)のフリー参観で行ったKDDI「スマホケータイ安全教室」の講演内容について特集します。この日は、2校時目に1～4年生、4校時目に5～9年生を対象として、講師の大浦さんにお話をさせていただきました。講演で全国を飛び回っていらっしゃる方で、全国各地で起きている事例などをもとに、とても分かりやすく伝えてくださいました。



インターネットにつながる主なデジタル機器



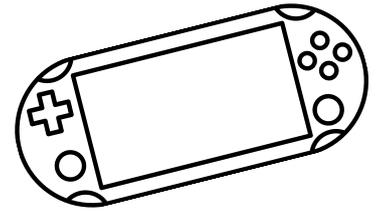
スマートフォン



タブレットPC



パソコン(ノート・デスクトップ)



ゲーム機

インターネットを通して、多くの人と交流したり、だれでも気軽に情報発信したりできます。しかし、便利さの陰には多くの問題点もひそんでいます！

1

SNSなどでのトラブル

スマートフォン(SNSなど)や携帯電話(メッセージ機能)などでは文字だけでやり取りをするため、正しく自分の感情が伝わらず、相手と行き違いになり、ケンカになってしまうことがあります。日常生活と同様、相手を傷つけるような言動は、ネット上でもダメです。

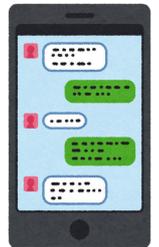
ネット上でも、相手の気持ちをしっかり考えよう！

インターネットの広がりにより、SNSなどを通じて世界中の人たちとつながることができるようになりました。しかし、子どもたちがネット上で知り合った人と直接会うことは非常に危険です。中には、子どもをだまして悪いことをしようとする人がいるからです。悪い人はいい人のフリをして近づいてきます。

ネット上で知り合った人に 実際に会うのは超危険!!

ネット上の情報は、誰でも見ることができます。自分は会うつもりがなくても、SNS上の情報など(写真に映り込んだ背景や看板、名札など)から住所や学校を特定して相手が会いに来ることがあります。ストーカー行為を受ける危険性もあります。SNSに写真を投稿する時は、十分に注意しましょう。また、ネット上に個人情報(名前、住所、電話番号、ID、パスワードなど)は絶対に載せません。

個人の特定につながる情報をネット上に投稿しない



2

個人情報があばかれる問題

気軽にSNSに投稿した不適切な動画があつという間に世界中に拡散して炎上し、誹謗中傷を受けるトラブルが続出しています(回転寿司チェーン醤油ペロペロ事件など)。ネット上に一度アップされた情報を、完全に消すことは不可能です(一見消えたように見えても、どこかのサーバー上にデータが残っている)。自分では「バレない。」と思っても、SNS上の様々な情報を照らし合わせて個人名や住所、学校名を特定され、誹謗中傷を受ける危険性があります。安易な投稿によって、自分が被害者にも加害者にもなりうることを理解しておきましょう。

ネット上への投稿には、十分に気をつける

3

オンラインゲームでのトラブル

戦闘型オンラインゲームの対戦中に日常生活では考えられないようなひどい言葉（死ぬ、消えろ、殺す、ウザい、ざこ、生きる価値ないなど）で相手を攻撃したり、誹謗中傷したりするトラブルが起きています。SNS上でのトラブルも含めて、夢中になればなるほど相手への攻撃的な言動や誹謗中傷は、エスカレートしやすい傾向があります。

ネットゲームでも、相手の気持ちをしっかり考えよう!

課金トラブルもあとを絶ちません。戦闘型オンラインゲームにハマリ、相手に勝つために課金を続け、請求が来て初めて保護者が知ることになるという事例が全国各地で起きています。無料オンラインゲームが成り立っているのはこうした課金システムがあるからです。最初は無料でゲームさせておき、夢中になったところで課金させるようになっているのです。「有料ガチャ」も同じで、レアアイテムが当たる確率はわずか1%と言われ、それをゲットするために課金を繰り返させる仕組みになっています。同時に、課金するために親のクレジットカードを勝手に持ち出すなどのトラブルも起きています。こうした落とし穴にはまらないように、十分気をつけましょう。

無料ゲームに落とし穴 課金には十分注意

4

スマホ・ゲーム依存の問題

オンラインゲームや動画、SNSなどは、ついつい夢中になりがちで、時間を忘れて使うことになり、いつの間にか日常生活や健康に支障が出るほどのめり込んでしまうことがあります。自分で時間をコントロールできない子どもに何のルールも決めずにスマホやタブレットPCを使わせると、際限なく使ってしまいます。これが悪化すると、「スマホ依存症」「ゲーム障害」などといわれる状態となります。



「スマホ依存症」とは、日常の様々なことよりスマホ操作を優先してしまう依存状態のことです。スマホに没頭するあまり実生活に支障をきたすことが特徴で、自分がスマホに依存していることに気が付いていない人もいます。

【スマホ依存症の主な症状】

- スマホが手元にないと不安になる
- SNSやメールを必要以上にチェックする
- 食事中や会話中にもスマホを見てしまう
- スマホの充電が切れることに大きな不安を抱いている

「ゲーム障害」も、大きな問題になっています。

【ゲーム障害と診断される状態】



- ゲームをする時間を自分でコントロールできない
- 日常の活動や他のことより、ゲームの優先度が非常に高くなっている
- ゲームをすることで日常生活に悪影響が出ているにも関わらず、ゲームを続けてしまう
- こうした行動により、勉強、家庭生活、人間関係、仕事や健康などに著しい支障が出ている
- この状態が12ヶ月続いている（深刻な場合は、これより短い場合でも診断される可能性あり）

こうした状態に至らなくても、長時間使用を続けることで、睡眠障害（朝起きられない、昼夜逆転など）、体力低下、不規則な食事による低栄養状態、視力低下、頭痛、首・肩・背中・手指などの痛み、成績の低下、物を壊す、家族への暴言、ゲーム以外のことが無気力・無関心になるなど、様々な支障が出てきます。

限られた時間を大切に使うために必要なルールを親子で話し合って決めましょう。

【重要】スマホやゲームを使用する時間をきちんと決めましょう!

上手に使えばとても便利な道具。しかし、使い方を間違えれば、様々なトラブルへの入り口が子どもたちの周りにはひそんでいます。それを見抜き、トラブルを事前に回避する力は、自然に身に付くものではありません。

スマホやタブレットPCを使いこなし、どんどん新しいことに興味をもつ子どもたち。一方、大人たちはリスクを知っているからこそ、新しいことには慎重です。子どもさんと一緒にリスクについて確認し、保護者も学びながら、子どもたちに自分で自分をコントロールできる力を高めていきましょう。



KDDIスマホ・ケータイ安全教室教材のご紹介

消費者庁「オンラインゲームトラブル」

ゲーム障害とは？依存との関係、診断基準や治し方について
解説 LITALICOジュニア

ゲーム障害について
国立病院機構久里浜医療センター

参考サイト

