

# ～ネット(SNS等)に潜む危険～ 子供を守れるのは身近な大人です！

令和8年4月  
魚津市教育委員会  
魚津市小・中学校生徒指導協議会

## 魚津市のネット使用の実態は？



魚津市小・中学校生徒指導協議会が行った、小学校1年生から中学校3年生までを対象としたアンケートから、2つの問題点が見えてきました。

### 1つ目「ネット依存」傾向

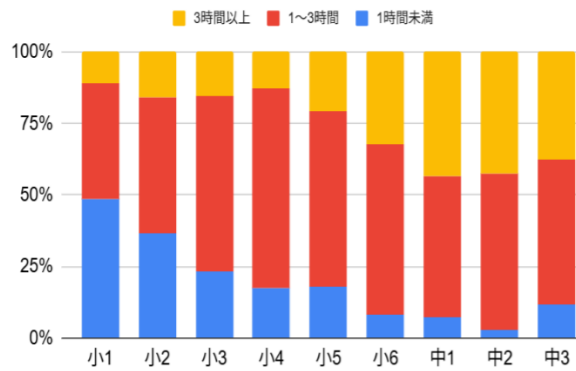
毎日1時間以上、何らかの形でインターネットを利用している子供の割合は、学年が上がるにつれて増加しています。また、小学6年生以上では、1日に3時間以上使う子供が3割を超えています。インターネットの長時間の使用は「**ネット依存**」を引き起こし、**自分の力では回復できない**状態になることもあります。

例えば・・・

- ・インターネットをしないと落ち着かず、集中力が低下し、成績が下がった。
- ・夜中までゲームに熱中して、睡眠不足から朝起きられなくなった。

等です。

インターネット(スマホや動画、オンラインゲーム)の1日の平均使用時間(R7)

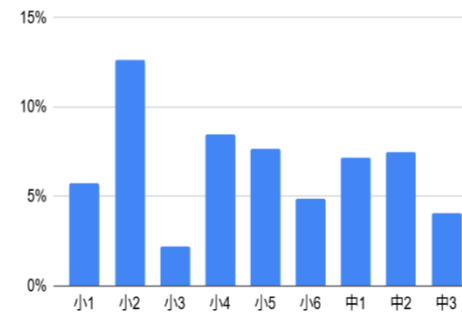


### 2つ目「ネットトラブル」

小学校低学年から高学年、さらに中学生においても、一定数の子供がインターネットの利用で嫌な思いをしたり困ったりした経験をしています。

これまでの魚津市内でのネット被害やSNS等によるトラブル等の事例として、以下のようなものがありました。

SNSやオンラインゲーム等で、嫌な思いをしたり困ったりした経験の割合(R7)



- ・SNSのグループで悪口を書かれた。
- ・SNSに誹謗中傷する動画が投稿されていた。
- ・顔写真や動画を加工され、無断でSNSのグループで拡散された。
- ・オンラインゲーム中に無断で録音され、嘲笑された。



このままでは、**依存 依存 依存 依存 依存 依存 依存 依存** **トラブル トラブル トラブル トラブル トラブル**

その結果・・・

自分の軽率な行為が友達の心を傷つけることになり、それが**いじめ**につながる恐れがあります。

ネットから離れられず、生活のリズムや体調を崩してしまい、学校生活にまで影響を及ぼす恐れがあります。

そうならないためには・・・



**人権を侵害する行為は絶対に許しません！**  
一度ネット上に流出した情報は簡単に消すことはできません。匿名の情報でも、記録をたどって名前や住所が特定され、責任が問われます。

**最低限のルールを家庭でつくりましょう！**  
1日の生活リズムを崩すことは、脳や体の機能が正常に動かないことにつながります。崩れたりリズムを戻すには、相当の時間がかかります。

まずは、子供と一緒に**セルフチェック！**

- ネットが使えない時に、イライラ、ソワソワしてしまう。
- ネットの時間を減らそうとしたが、うまくいかなかったことがある。
- 友達に会うより、ネットを選んだことがある。
- ネットを使いすぎて、睡眠不足になってしまったことがある。
- いやな気持ちをまぎらわすためにネットを使ってしまったことがある。
- ネットがきっかけで家族や友達とけんかになったことがある。
- ネットが原因で成績が落ちてしまった。

4つ以上ある場合は、親子で、よりよい使い方をいっしょに考えましょう。

## いたずらではすまされない！

子供でも**加害者**になることがあります

- 学校の爆破予告を書き込んだ→**威力業務妨害**
- 人の写真や動画を無断で投稿した→**肖像権の侵害**
- 他人を傷つける書き込みや写真の加工をした→**侮辱罪**
- 他人のIDやパスワードでログインした(なりすまし)→**不正アクセス禁止法違反**

## タブレットのルールを確認してください

スマホを持っていなくても、学校から貸与されたタブレットで、違法行為をしてしまう可能性がないわけではありません。学校での指導を逸脱した使用であれば、基本的に**本人や保護者の責任**となります。親子でルールを確認してください。

## 本当に必要？子供にスマホ・・・

- ・スマホを持たせる場合は「何に利用するのか?」「なぜ必要なのか?」**目的や理由**を親子で確認しましょう。
- ・使い始める前に、利用についての**ルール**を決めましょう。

### ◆◆◆家庭でのルールの例◆◆◆

時間	スマホは( )時以降は使わず、( )
置き場所	に置きます。
きまり	① フィルタリングは変更・解除しません。 ② 困ったらすぐに家族に相談します。 ③ 個人情報は書き込みません。 ④ 人の嫌がることは書き込みません。(相手の立場に立って考えます。) ⑤ 相手の断りもなく、写真や動画を送信しません。 ⑥ 食事中や会話中は使いません。
守れなかったとき	ルールを守れなかったら( )日間使いません。

※ルールは大人が一方的に決めるのではなく、**子供と一緒に**つくることが大切です。