

インターネット・SNS利用のルール作り

「ゲーム障害」や「ネット依存」にならないために

① ネット依存

2019年、WHO(世界保健機関)がゲームに熱中し、利用時間がコントロールできず、日常生活にも支障がでる症状を「ゲーム障害」という新たな病気として正式に認定しました。どのような症状かと言うと、

- ①ゲームを最優先する
- ②時間や頻度を自分で制御できない
- ③問題が起きているのに続ける

という状況が一般的に12か月以上続くと「ゲーム障害」と診断されます。

また、SNSや動画視聴に夢中になり、やめられないケースも含めて、「ネット依存」状態と言われます。「ネット依存」の割合は、厚生労働省の調査によると2012年は中学生6.0%・高校生9.4%でしたが、2018年には中学生12.4%・高校生16.0%とほぼ倍増しています。国際的にみて、ネット依存はもはや一部の人の問題ではなく、広くすべての人の問題といっても過言ではありません。自分とインターネットについて、立ち止まって考えてみる必要があります。

ネット依存のスクリーニングテスト

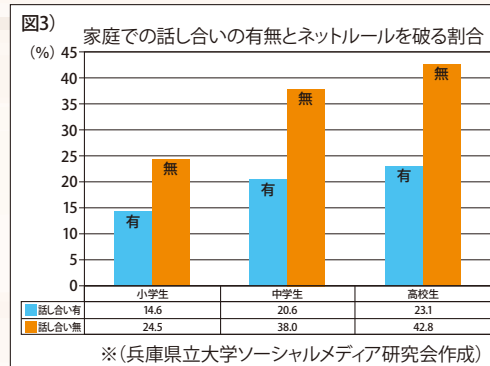
5つ以上あてはまると「ネット依存」の可能性がります。

- ① インターネットに夢中になっていると感じることがある
- ② ネットを使う時間をもっと長くしたいと感じる
- ③ うまくネットをやめることができない
- ④ ネットの使用時間を短くしようとするとイライラする
- ⑤ 考えていたより長い時間続けてしまう
- ⑥ ネットで人間関係を台無しにしたことがある
- ⑦ ネットへの熱中のしすぎを隠すために、家族、先生や他の人に嘘をついたことがある
- ⑧ 絶望、不安から逃げるためにネットを使う

(キンバリーヤング氏作成/文章は一部簡略化しています。)

② 守られるルールと、破られてしまうルールの違い

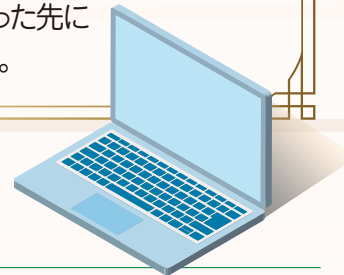
インターネットはついつい使いすぎてしまったり、うっかり危険な使い方をしてしまっていることがあります。右の図3を見ても、子どもは「一方的に大人に決められたルール」より、「家庭で話し合って決めたルール」の方がよく守られることがわかっています。時間をとって、子どもの意見も聞いて、しっかり話し合うことが大切です。



ルール例

時間	一日〇時～〇〇時まで・食事中は禁止にする	約束	相手の気持ちや事情を考えてやり取りする
場所	使う場所を決める(リビングだけで使う・布団に持って行かない)	制限	フィルタリングを設定する・時間制限機能を活用する
お金	課金は禁止・課金をするときは保護者に相談・課金の限度額を決める等	相談	困ったら保護者や相談機関に相談する

インターネットは、匿名で簡単に発信できることから、他人を誹謗中傷したり、差別を助長したりする情報が掲載されていることがあります。人として大切にされるべき人権が守られない問題も多数発生しています。インターネットで発信する情報であっても、直接人と接するときと同じようにルールやモラルを守り、相手の人権を尊重することが大切です。お互いの顔が見えなくてもインターネットでつながった先にいるのは、心をもつ生身の人間であることを忘れずにコミュニケーションをとりましょう。



著者紹介 ・竹内 和雄(たけうち かずお) 兵庫県立大学環境人間学部准教授
・兵庫県立大学ソーシャルメディア研究会

発行 尼崎市教育委員会事務局 社会教育課 TEL.06-4950-0405 FAX.06-4950-5658

社会教育課では、幼稚園、小・中学校の保護者等による自主学習グループの継続的な人権学習を支援しています。また、市内の自主学習グループから希望があれば、社会教育課に登録している人権教育指導者の派遣も行っています

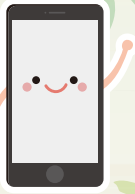


市民啓発冊子
公式ホームページ

発行日: 令和3年1月

SNS と 人権

一歩立ち止まって考えよう!

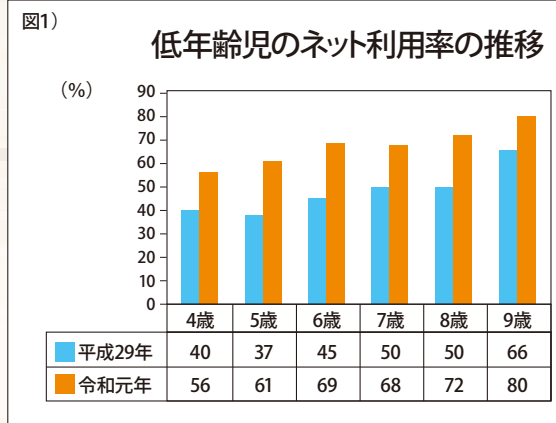


～「新しい生活様式」に必要なSNSの知識～

オンライン授業、WEB会議、リモート勤務、リモート里帰りなど、私たちはコロナ禍でこれまで以上にインターネットを生活のあらゆる場面で利用しはじめました。

一方、ネット依存、ネット炎上、ネット上の誹謗中傷や危険な出会い、ネットいじめ…。インターネットに関連した多くのトラブルも起こっています。だからと言って、インターネットを使わない時代に逆戻りはできません。「正しく怖がり、賢く使う」ため、私たちはどのようなことに注意をし、どのような姿勢でインターネットを使っていけばよいのでしょうか?それぞれの立場で自分のこととして考えてみましょう。

子どもたちの身近に危険が!

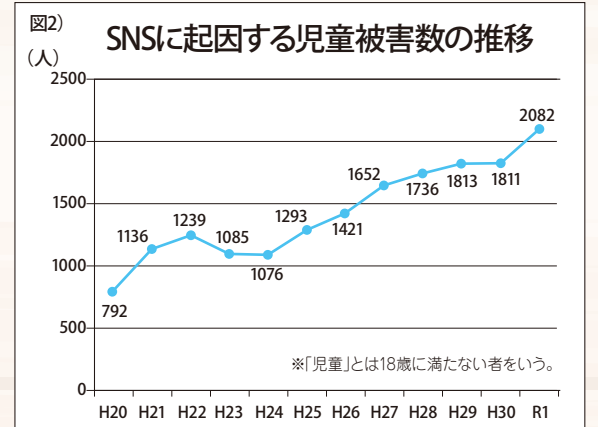


(令和元年度青少年のインターネット利用環境実態調査(内閣府)2020年4月)

図1の内閣府が行っている、調査結果によると、平成29年度と令和元年度では低年齢児のすべての年齢でネットの利用率が伸びています。

この調査結果から、ネット利用の低年齢化が驚くスピードで進んでいることがわかります。

そこには、スマホなどのインターネットを使いこなしている世代の保護者に育てられた子どもたち、いわゆるスマホネイティブ2世が増えていることにその一因があるかもしれません。



(令和元年における少年非行、児童虐待及び子供の性被害の状況(警察庁)2020年3月)

図2は、SNSでの出会いがきっかけで被害にあった18歳未満の子ども数の推移です。統計を取り始めた平成20年から右肩上がりに増えています。

SNSは、知らない人と簡単に友人や知人になることができ、誰とでも写真や動画を共有できる便利なものですが、逆にそれを悪用する人もいます。SNSで知り合った人を信用して、自撮り画像を送信してしまった結果、悪用されたり、実際に会って犯罪に巻き込まれたりする被害が増加しています。

被害にあったきっかけが、子どもたちがよく使うスマートフォンアプリであることも多く、子どもたちの身近なところに危険が迫っていると言えます。

子ども自身がネットの危険性を知ることはもちろん、周りの大人も子どもたちのネットの使い方に関心を持ち、安全にインターネットを使える環境を整えてあげることが大切です。



被害者にも加害者にもならないために

画面の向こうに誰が見える？ 自分も相手も大切にしている？



① SNSでのトラブル

実際に、トラブルに発展したSNSでの書き込みです。

花子さんは、クラスのリーダー的な存在のAさんに、おみやげでぬいぐるみをもたらって大喜びです。

うれしい花子さんは、早速もらったぬいぐるみの写真をグループチャットに載せました。軽い気持ちで「このぬいぐるみかわいくない」と書き込みました。しかし、その後、誰からも返事が来ず、翌日学校に行くとグループ全員から無視されてしまいました。



イメージ図

かわいくない？
花子さんの気持ち

どうしてこんなことになってしまうの？

何が原因なの？

花子さんは、文末に「？」をつけ忘れたので、「かわいくない」と否定的に断定したコメントを書いたと勘違いされてしまいました。怒ったAさんは、別のグループを作り、そこで「花子と話しちゃダメ！」というニュアンスのメッセージを発信しました。

勘違いに気付いた人もいましたが、巻き込まれたくないので、みんな花子さんに話しかけませんでした。

どうすればよかったの…

ネットは文字だけなので、微妙なニュアンスが伝わらず、勘違い等からトラブルになるケースも珍しくありません。ネットだからこそ、相手への思いやり、相手の気持ちを考えることが実は大切なのです。

A子さんや花子さん、勘違いに気づいた人はどうすればよかったのでしょうか。周りの人と話し合ってみませんか！

② ネットの危険

① 誹謗中傷(言葉の攻撃)

ネットでの書き込みが原因にもなって、有名人が自殺にまで追い込まれてしまったという、悲しい出来事が話題になったことも記憶に新しいところです。匿名だからと思って、軽い気持ちで書き込んだとしても、書かれた側には大きなダメージがあります。

ネットの向こうには自分と同じ人間がいることを忘れてはいけません。「相手の顔を見て、直接言えないことはネットに書かない。」という心がまえが必要です。自分が同じことをされたらどう感じるのか、書き込む前に考えたいですね。

② これって犯罪？

インターネット上では、被害者になるだけでなく、知らないうちに加害者になってしまうケースがあります。次のような行いは、大人はもちろん子どもであっても罪に問われることがあります。

- ① 「この学校を爆破する」とネット掲示板に書き込む
→ 威力業務妨害罪(懲役3年以下、罰金50万円以下)
- ② 友達のテスト用紙をネットに載せる
→ 名誉毀損罪(懲役3年以下、罰金50万円以下)
- ③ 「あいつ、キショイやつ！」とネットに書き込む
→ 侮辱罪(拘留又は、科料)
- ④ 男女を問わず友達の裸の写真をスマホで撮影してネットに載せる
→ 児童ポルノ禁止法(懲役5年以下、罰金500万円以下)
※撮影し保存するだけでも 懲役3年以下、罰金300万円以下
- ⑤ 「つきあって」としつこくメッセージを送りつける
→ ストーカー規制法(懲役1年以下、罰金100万円以下)

③ ネットの出会い



令和元年に、大阪の小学生がSNSで知り合った遠く関東地方に住む男性に誘拐される事件が起きました。SNSでの出会いがきっかけになるなどの犯罪も増え、前のページの図2のとおり、18歳未満の2,082人が被害にあい、過去最高の件数になっています。

尼崎市教育委員会が尼崎市立の小学校4年生～6年生(3,695人)を対象に行ったアンケート調査によると、「SNSでのやりとりなど、ネット上で知り合った人と実際に会ったことがある。」と回答した児童が8% 近くいました。
(令和2年度情報モラル教育支援員派遣事業実施校におけるアンケート調査より)

もしも、子どもを誘拐しようと考えて近づいてくる人があれば、尼崎市内の子どもたちも恐ろしい被害に巻き込まれかねない状況と言えます。

インターネットやSNSなどに
心ない書き込みをされたり、トラブルに巻き込まれたりしたら、
ひとりで悩まず、周囲の人や相談機関に悩みを話してください。



相談窓口

- 違法・有害情報相談センター (インターネット上の違法・有害情報に関する相談)
- 兵庫県警察◇相談窓口(警察への相談)
- ◇ サイバーセキュリティ・捜査高度化センター(サイバー犯罪に関する相談)(フィッシング110番)
- ◇ 少年相談室ヤングトーク(少年の悩みごとの相談)
- ◇ 尼崎少年サポートセンター(少年非行防止等)

<https://www.ihaho.jp/>
TEL #9110
TEL 078-341-7441
TEL 0120-786-109
TEL 06-6493-2780

- ひょうごっ子悩み相談センター
ひょうごっ子くいじめ・体罰・子ども安全) 相談24時間ホットライン TEL 0120-0-78310
- 尼崎市ダイバーシティ推進課(じんけん何でも相談隊) ama-jinkensoudan@city.amagasaki.hyogo.jp(メールで受付)
- 尼崎市子どもの育ち支援センターいくしあ(子どもや子育て家庭からの相談) TEL 06-6430-9989

わたしたちが
一緒に考えます！