

知っていますか!?

香川県教育委員会では、各市町(学校組合)教育委員会や、香川県PTA連絡協議会等の関係機関とともに、小・中学生のスマートフォンやゲーム機等の利用に関する共通ルールとして、「さぬきっ子の約束」を定め、子どもたちや保護者に向けて呼びかけています。

スマートフォンやゲーム機などを使う場合の

さぬきっ子の約束

- ①家の人と決めた使用ルールを守ります。
- ②自分も他の人も傷つけない使い方をします。
- ③夜9時までには使用を止めます。



もっと考えてみたい! そんなときは

香川県教育委員会ホームページ

「かがわの家庭教育」～家族で考えようネット利用～



子どものネット利用の
ヒントとなる
動画や冊子を掲載中!



困ったときの相談窓口 子どものネットトラブルや家庭教育について相談できる窓口があります。

※相談時間などは変わることがあります。

香川県教育センター

- ・子どものネットトラブル相談 TEL 087-813-3850 月～金曜日 9～17時(祝日・年末年始を除く)
- ・24時間いじめ電話相談 TEL 087-813-1620 24時間(通年)
- ・24時間子供SOSダイヤル TEL 0120-0-78310 24時間(通年)
- ・子育て電話相談 TEL 087-813-2040 9時～21時(通年)
- ・子ども電話相談 TEL 087-813-3119 9時～21時(通年)

香川県子ども女性相談センター

- ・子どもと家庭の電話相談 TEL 087-862-4152 月～土曜日 9時～21時(祝日・年末年始を除く)

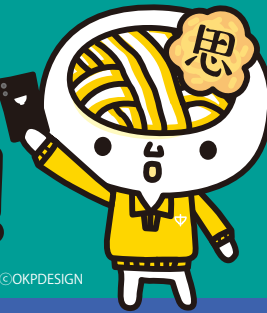
香川県警察

- ・少年サポートセンター TEL 087-837-4970 月～金曜日 9時～17時(祝日・年末年始を除く)
- ・中護少年サポートセンター TEL 0877-33-3015 月～金曜日 9時～17時(祝日・年末年始を除く)

香川県消費生活センター相談専用電話

- ・課金や商品購入等に関するトラブルはこちらへ TEL 087-833-0999 月～金曜日 8時30分～17時(祝日・年末年始を除く)

スマホやネットの使い方 いっしょに話そう!考えよう!



ツルきやうどん 脳 / ©OKPDESIGN

成長とともにペアレンタルコントロールからセルフコントロールへ

スマホやネットは、**便利** で **役立つ** 道具です。

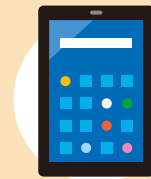
家族といつでも
連絡が取り合える

分からないことを
すぐに調べられる

友人との多様な
コミュニケーション

オンラインでの
仕事、学習、ゲーム

インターネットにつながる機器(一例)



タブレット

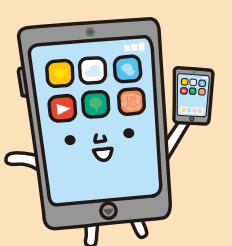


スマートフォン



ゲーム

インターネットに
つながる機器は、
スマホだけでは
ありません。



便利な反面、様々な心配も...



長時間の利用

勉強や生活リズムの
乱れが心配。



SNSのトラブル

何気ない文字のやり取りで
トラブルになることも。



個人情報流出

会ったことのない人に
名前や住所、学校を教えると
悪用される危険も。

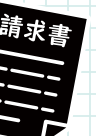


知らない人との 出会いは要注意!

年齢や性別など事実とちがう場合があり、
犯罪に巻き込まれることも。

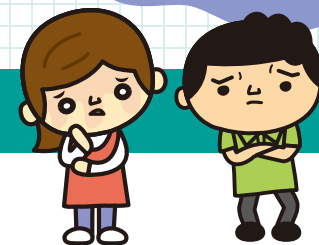
課金によるトラブル

オンラインゲーム、投げ銭など、
高額請求が発生することも。



写真や動画を安易に投稿

一旦投稿すると情報が拡散し、
完全に消すことが難しい。

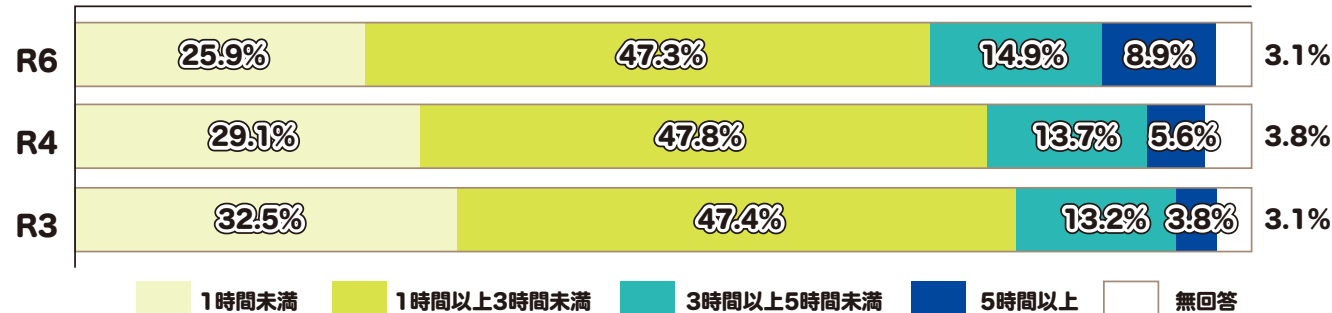


スマートフォンなどのトラブルからお子様を守るために

01 | 子どものネット利用の状況

スマホ等の平日の利用時間 小学生(4～6年)

令和6年度香川県教育委員会調べ

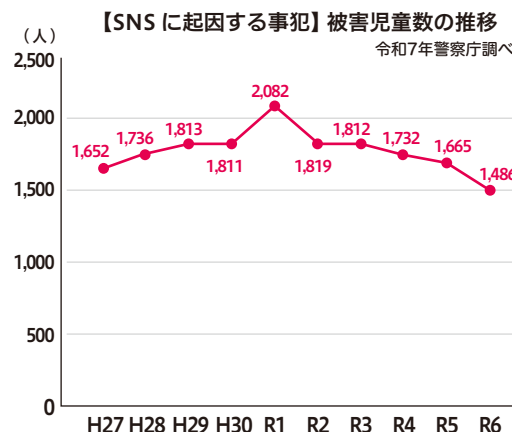


利用時間は年々増えて
います。健康面への影
響も考えられます。

SNS に起因する事犯

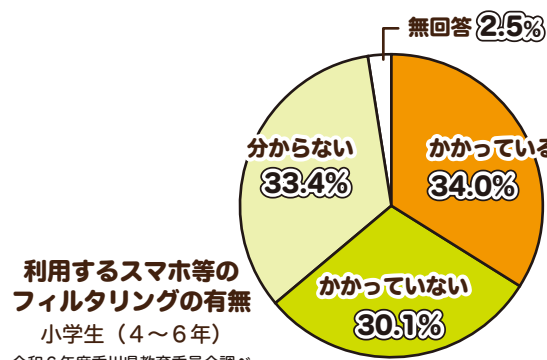
被害にあった児童がSNSにアクセスする際に利用した端末については、スマホが圧倒的に多く令和6年(2024年)には全体の97.5%を占めています。

※令和7年警察庁調べ



スマホ等に
「フィルタリング設定を
している」と答えた児童は、
約3割になっています。

被害児童の約9割が、使用しているスマホに
フィルタリング設定をしていませんでした。
(利用の有無が判明した児童数に対する割合)



利用するスマホ等の
フィルタリングの有無
小学生(4～6年)
令和6年度香川県教育委員会調べ

これまでに経験したトラブル

令和6年度香川県教育委員会調べ

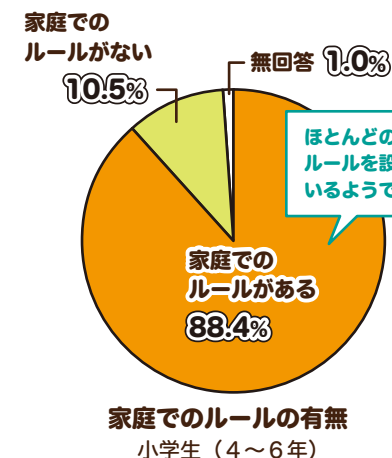
小学生(4～6年)		中学生	
1位	悪口やいやなことを書き込まれた	1位	オンラインゲームのしすぎで成績が下がった
2位	オンラインゲームのしすぎで成績が下がった	2位	悪口やいやなことを書き込まれた
3位	オンラインゲームのしすぎを注意されて 家族に暴言や暴力をした	3位	メールなどが原因で友達とけんかになった

トラブルの原因はSNSとオンラインゲームが多くなっています。
利用する場合はしっかり話し合いましょう。



02 | 家庭でのルールづくり

令和6年度香川県教育委員会調べ



ほとんどの家庭で
ルールを設定して
いるようです。

小学生(4～6年)

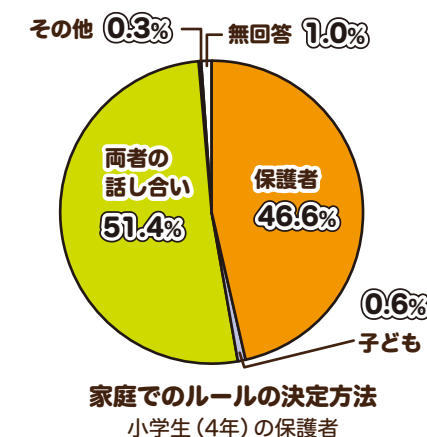
小学生(4年)の
保護者

家庭でのルールの遵守状況
ルールが守れていると答えた割合

ルールが守れていると感じ
る割合が、子どもと保護者
で違うようです。
ルールの内容やルールの決
め方など見直しをしていく
ことも必要です。

親子でのルールづくりのポイント

ネットトラブルを予防するためには、子どもとの普段からの
コミュニケーションが大切です。子どもの様子を常によく見
ておくことはもちろん、困ったときに相談できる関係づくり
をしておきましょう。また、スマホ等を使わせる場合は、事
前にルールを決めておきましょう。



家庭でのルールの決定方法
小学生(4年)の保護者

ルールづくりのポイント

- ① 子どもと一緒にルールをつくる
- ② 家族みんなで守ることができるルールを考える
- ③ 子どもの成長段階にあったルールを設定する
- ④ 守れなかったときにどうするかを決める
(守れた時にほめることも必ず！)
- ⑤ フィルタリングの設定をする

大人は

- ・守れたらほめる
- ・勝手に決めない
- ・事情を聞かずに叱らない

子どもは

- ・ルールを守る
- ・素直に話す
- ・困ったら相談する

ルールを決めた後は

- 保護者が手本になる
- つくったルールを紙に書いてはっておこう
- 子どもの成長等に合わせて定期的に見直す
- 何かあったら保護者に必ず相談する

ポイント！

フィルタリングの利用とルールづくりで意識の向上を！
スマホやネットは、便利な道具である反面、その利用には、ネットに対する
知識や判断力、コミュニケーション能力が不可欠です。これらの力が身に付
いているか見守りが必要です。



スマホを利用する時に大切なスキル

03 | フィルタリング・ペアレンタルコントロール

④ フィルタリングとは

子どもが危ないサイトへアクセスできないように制限する機能です。
18歳未満の青少年がスマートフォンなどを使用する際、フィルタリングは保護者の責務となっています。



④ ペアレンタルコントロールとは

「ペアレンタル」は「親の」、コントロールは「制御する」「管理する」という意味です。つまり「ペアレンタルコントロール」とは「親の管理」という意味で、子どものスマホ等の利用を、保護者が管理することを指します。
利用時間の制限、危険なサイトへの接続制限（フィルタリング）、アプリの利用制限などを、保護者の端末で設定・管理することを「ペアレンタルコントロール」と呼びます。
子どものスマホの契約の際に、店頭でこれらの機能の初期設定をしてもらえます（各種設定は、携帯会社によって異なる場合があります）。



子どものスマホ等の使い方 こんな悩みはありませんか？

1位	利用時間の長さ
2位	有害サイトへのアクセス
3位	学習への影響が心配

令和6年度香川県教育委員会調べ

子どものスマホ等の使い方に対して心配があると答えた保護者が9割を超えています。



フィルタリング・ ペアレンタルコントロールで できること

- Webサイトの制限
- 休止時間（利用時間）の設定
- 利用するアプリの制限
- 課金の制限
- 利用状況の確認
- GPSによる子どもの安全確認 等

注意 こんな時も設定は忘れずに！

- ・Wi-Fi接続のみのタブレットを使わせる時
- ・解約済みのスマホや保護者のスマホを貸す時

＋ ルールづくり ＋



保護者の
見守り



利用時間や有害サイトなどの心配事を減らすために
フィルタリング・ペアレンタルコントロールを！

ですが、一番大切なのは

保護者の見守りです！



フィルタリング・ペアレンタルコントロールは 以下のアプリで設定できます。

※アプリによって機能に違いがあります。

iPhone・iPad

ファミリー共有、スクリーンタイム（無料）

大手キャリアの契約スマホ

あんしんフィルター（無料）

※一部キャリアは有料での利用となります

スマホアプリ

各アプリごとの設定・利用制限

Androidスマホ・タブレット

ファミリーリンク（無料）

ゲーム機

- ・NintendoみまもりSwitch（みまもり設定）
- ・PlayStationのペアレンタルコントロール機能 など

その他

フィルタリングアプリ（有料）

大手の携帯電話会社が提供するあんしんフィルターをはじめ、iPhone・iPadなら、ファミリー共有やスクリーンタイム、Androidスマホ・タブレットならファミリーリンクやDigital Wellbeingがあります。そのほか、アプリごとの設定もあるのでアプリをインストールする際には調べてみましょう。

また、ゲーム機にもペアレンタルコントロール機能があるので活用しましょう。

④ 効果的に利用するために

子どもにそれぞれのルールやフィルタリング等の設定がなぜ必要かを伝えましょう。



① 子どもといっしょに機器の
利用ルールを決めましょう。

② ルールに合わせて、フィルタリング等の
設定をしましょう。

③ 子どもの成長に合わせて、子どもと
話し合いながらルールやフィルタリング
等の設定を見直しましょう。

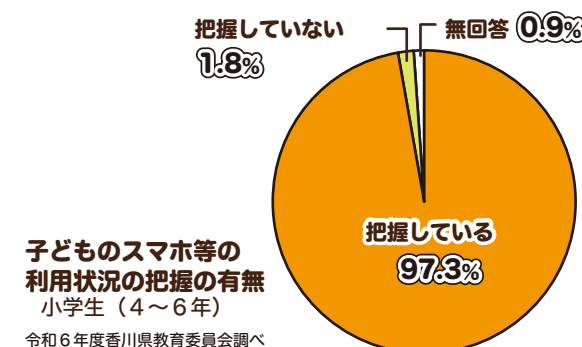
④ 一番大切なのは保護者の見守りです。
子どもに寄り添って、よりよい使い方が
できるようにしていきましょう。

④ 成長とともにペアレンタルコントロールから セルフコントロールへ

子どもの成長とともに、子ども自身にまかせることも大切ですが、まだまだ知識も判断力も未熟な子どもたちには使用に制限をかけることも大切です。
子どもの年齢や発達段階に合わせて、フィルタリングを含むペアレンタルコントロール機能を活用しましょう。

子どもに合わせて制限をカスタマイズしましょう。また、成長に合わせての見直しも忘れずに！

子どもがスマホをどんな使い方をしているか把握しましょう。



使い方のチェックポイント

- ☐ スマホの利用時間について
- ☐ アプリやオンラインゲームの名前、それらのサービスで何をしているのか（動画視聴・チャット・課金など）
- ☐ SNSやオンラインゲームなどのやり取りの相手

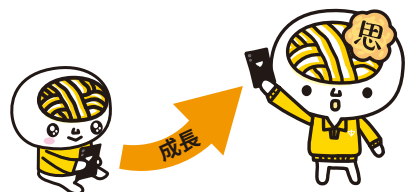


04 | 気になる！ルール見直しのタイミング

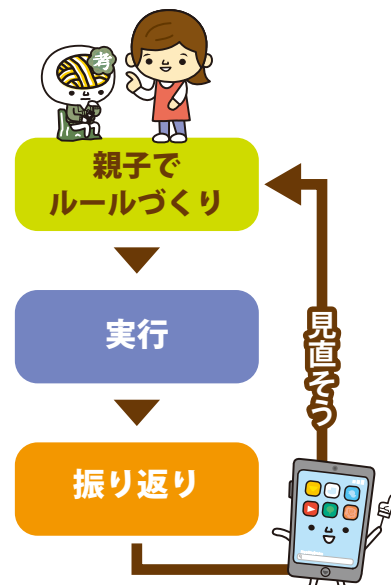
スマホやゲーム機、タブレットを新しく持つ時、学年が上がる時などが、ルールづくりのチャンスです。

ポイントは、「一緒にルールをつくること」。「なぜそのルールが必要か」を子どもに理解させること、子どもからの意見を取り入れることが、子どもがルールを守る秘訣です。大人が一方向的に決めたルールは、守りづらいもの。ルールを守れなかったときや進級等で生活習慣が変わったときはルールを見直すことも大切です。子どもの成長に合わせて親子でルールを見直しましょう。

子どもの成長に合わせて、他律から自律へ



年齢が上がるにつれて少しずつ自分でルールを考えることができるようになっていき、いずれば自分で管理することになります。子どもたちが自律していけるよう、見守っていくことが大切です。



子どもたちの悩みから考えてみましょう

小学生（4～6年）		中学生	
1位	視力の低下が気になる	1位	視力の低下が気になる
2位	寝不足	2位	勉強に集中できない
3位	返事がないと不安	3位	寝不足

令和6年度香川県教育委員会調べ

長時間利用の心配

長時間利用等による子どもたちの生活習慣や健康への影響も心配です。文部科学省の学校保健統計調査において、日本における裸眼視力1.0未満の子ども割合は、約40年前と比べて増加傾向にあります。子どもがスマホ等を使うときには、30センチ以上離して、30分程度に1回は休憩をする、部屋を十分に明るくするなどの対策をしましょう。また、屋外で活動することもよいと言われています。休みの日にはぜひ屋外でいっしょに遊んでみてください。スマホやネット以外の楽しみをぜひ見つけましょう。

スマホやネット、ゲームをしているうちに、寝不足に！
ということは、ありませんか。

子どもといっしょにルールをつくる際に、使用時間を考えて、生活リズムを見える化することをおすすめします。

こんなことはありませんか

- ☐ ゲームやインターネットの時間がだんだん長くなり、宿題や手洗いをしないことがある。
- ☐ 夜遅くまでゲームやインターネットをして寝不足になることがある。
- ☐ いやなことやイライラが、ゲームやインターネットをすると直ってしまうと感がある。
- ☐ ゲームやインターネットをしていないときに、ゲームやインターネットのことを考えることがある。
- ☐ だれかと外に出かけるより、ゲームやインターネットをすることを選ぶことがある。
- ☐ ゲームやインターネットをしている時、なかなかやめられなくて、「あと少しだけ」と言い訳することがある。



05 | トラブル事例から考えてみましょう

SNSのトラブル

メッセージアプリで友達を怒らせてしまいました。
原因は、グループでの会話中に「なんで来るの」と投稿したことでした。

「なんで来るの？」という文章は「どうやって（手段）来るの」だけでなく、「どうして来るの」というようにとられる場合があります。音声の会話と違い、文字でのやりとりは、意図したものと違った意味でとられてしまうことがあるので注意が必要です。

また、SNSは仲間はずれやいじめの原因になることもよくあります。だれもが被害者にも加害者にもなる可能性があります。楽しむためのもので悪口や仲間はずれはしないなど親子で約束をしておきましょう。また、誤解が生じたときは、実際にコミュニケーションを図ることが有効です。



ネットへの写真や動画の投稿トラブル

何気なく撮った写真をネットに投稿したことで、
住んでいるところが特定されてしまいました。

写真には情報がたくさんあります。位置情報や個人情報、肖像権、著作権等が含まれます。写真に自分や誰かの情報が写っていないか確認することが大切です。また、ネットに一旦投稿すると情報が拡散し、完全に消すことが難しいのが現状です。

また、自分は載せていいと感じても、相手は投稿してほしくないこともあります。自分の顔はもちろん、友達や家族の写真でも黙って載せるのはやめましょう。



課金のトラブル

家族共用のタブレットで無料のオンラインゲームを楽しんでいました。
友達に負けたくないと思い、少しだけと思って課金を繰り返しているうちに、
高額請求が届いてしまいました。

オンラインゲームは無料で始められるものが多いですが、ゲームを進めたり、キャラを強化するためにはお金を払う機能があるものがほとんどです。子どもが使う機器にはクレジットカード情報を登録しない、もしくは使用ごとにカード情報を消すことが大切です。

また、オンラインゲームは、課金の問題だけでなく、長時間利用の原因にもなります。自分をコントロールする力が未熟な子どもにとって、刺激が多く、他の人とつながるオンラインゲームはやめるタイミングが難しいものです。さらに、悪い大人と知り合ってしまう可能性もあり、個人情報の流出や詐欺、自撮り被害等も起きています。ゲームの対象年齢を参考に、子どもにとってふさわしいかどうか考えましょう。



パスワードの管理

スマホなどの機器へのクレジットカード情報の登録や利用限度額などには適切な設定が必要です。

パスワード・暗証番号については、保護者が管理の徹底をしましょう。

子どもにスマホを貸すときや解約済みのスマホでも子どもが簡単に課金できてしまうことがあります。決済パスワードは都度入力をする、決済確認メールを設定するなど、普段からクレジットカードを使用する時のセキュリティ設定を強化することも大切です。



フィルタリング活用で有害な情報を遠ざけることができます。
少しでも不安に感じたら、相談する約束や相談できる関係づくりが大切です。