

陽北中学生指導だより

文責 山田辰哉
学級懇談会資料 NO.2

本日は、学級懇談会という折角の機会ですので、携帯電話・スマートフォン（以下、「スマホ」）や SNS、ネット関係について触れたいと思います。

現在、携帯電話・スマホを持たせているご家庭、あるいはこれから持たせようかと検討中のご家庭、またタブレットなどで LINE や Facebook 等 SNS や通信ゲームアプリのみ使用可能になっているご家庭等、いろいろあるかと思います。その際のフィルタリングやご家庭での使用についてのルール、他者とのコミュニケーションの際の注意点など、どのようになっているのでしょうか？最近、所持率の増加と共に、携帯電話やスマートフォン、SNS 関係でのトラブルが増えているのが現状です。この機会に改めて各ご家庭で相談、検討していただければと思います。



ネット上での子どもたちの安全は、家庭で責任を持って守る！！

以下のデータは、総務省で行われた「令和元年度 青少年のインターネット利用環境実態調査」の結果です。

青少年のインターネットの使用率は、なんと**93%**です。内容としては、電子メール、SNS、動画・音楽視聴、オンラインゲーム、電子書籍、ショッピングなどが行われています。その際にインターネットを行う際に使われている機器としては、「スマートフォン」「携帯電話」「パソコン」「タブレット」「携帯音楽プレイヤー」「ゲーム機」「インターネット接続テレビ」等です。中学生だけで見てみると、**95%**が現在何らかの形でインターネットを使用しています。

また使用時間で見てみると、**平均176.1分**で年々増加傾向にあります。中には「1日5時間以上使用している」と回答した中学生が**16.9%**もいるようです。

インターネットを使用して行っている内容としては、**85%がコミュニケーション(SNS等)**です。また、**78%が動画視聴、70%がゲーム**のため使用しています。

使用率、所持率、使用時間などの増加により、**トラブルにあう割合も年々増えてきています。**

もちろん、使用率が高くなり、使用時間が増えれば「ネット（スマホ）依存症」になるリスクも高くなっていきます。またトラブルも、ネットいじめや個人情報漏洩、ゲーム内での課金トラブル、有料違法サイトへのアクセス、ネットで知り合った人との交流によるトラブル、プライバシーの侵害…など、多岐にわたる内容になり、そのトラブルに対して効果的な対処が行えないような状況になってしまうケースが多いようです。

学校で情報リテラシーの授業を行いますし、定期的に携帯電話やスマホの使用の仕方、インターネットの怖さ、SNS のトラブル等の話や講演会も行いますが、正直、トラブルは増える一方です。（昨年度、本校でもスマホ・ケータイ、インターネット、SNS 等の利用について講話を行ったり、学活や道徳で授業を行ったりしましたが、残念ながらスマホ・ケータイ、インターネット、SNS 等のトラブルがいくつかありました。）もちろん、学校としましても生徒指導部を中心に今後も様々な形で使い方や相手を思いやる気持ち、相手の立場に立って考えること、公共心、公德心…の指導を今以上にしていきますが、学校だけではどうしても限界があります。携帯電話やスマホ、インターネット接続機器の多くはご家庭にある物がほとんどかと思っていますので、ご家庭の責任で子どもたちを守る最善を尽くすようにしていただければありがたいと思います。より一層のご協力をよろしくお願い致します。

子どもたちを守るためにできること！！



中学生の子どもを持つ 7 割以上の家庭がスマホの家族ルールを決めているようです。やはり自制心の低い子どもにルール無しでスマホを持たせたら、高い割合でスマホ依存症やトラブルになってしまう可能性があるのではないかと思います。またネットリテラシーも低い段階なので、ネットで知り合った人との SNS でのトラブルや、違法サイトへのアクセス、高額課金のトラブル等のリスクも高いです。

まずは各ご家庭で使用に関してのルールをしっかりと定めておくことが、子どもを守る手立てになるのではないかと思います。各家庭でどんなスマホルールを具体的に決めているのか、以下はモバイル社会研究所(NTT ドコモの研究所)の最新の調査結果から抜粋したものです。

- ・ スマホを使うのは決められた時間だけ
- ・ スマホを使うのは決められた場所だけ
- ・ 食事中にスマホを利用しない
- ・ 勉強中&お手伝い中のスマホの利用禁止
- ・ アプリをダウンロードするときは親に相談し、追加料金が掛からないようにする
- ・ ながらスマホ(歩きスマホや自転車に乗りながらのスマホ利用)はしない
- ・ 悩みや困ったことがあったら保護者などに相談する
- ・ 個人情報や本人だと特定できる写真をネット上にアップしない
- ・ LINE 以外の SNS(Twitter やインスタなど)で情報発信しない
- ・ LINE・Twitter・掲示板などで個人情報や友達の悪口を書かない
- ・ 面識のない人とは連絡や連絡先の交換をしない
- ・ 子供の LINE やメールのメッセージを親が確認する



さらに、中学生のスマホには「LINE のルール」を絶対決めてほしいと思います。(中学生のスマホでのコミュニケーションツールの多くは、「LINE」で行われています。その分、LINE でのトラブルも近年増えています。)最近では国・県・市が子どものスマホへのフィルタリング導入に力を入れており、フィルタリングアプリの機能もかなり向上し以前よりも子供が安全にスマホを利用できる環境が出来ています。しかし、LINE にはフィルタリングが適用されないという点に注意が必要です。

「家族との使用ルール」や「フィルタリング」は学年や家庭環境、教育方針によって様々違いがあると思いますが、まだまだ成長が未熟な子どもたちを守るためには必要なことだと思います。入学や進級を機に、すでに「使用ルール」があるご家庭は、使用状況や現状に合ったルールの再検討を、また「使用ルール」がないご家庭は、お子さまと相談の上、ルールを決定する等し、子どもたちを守るために行動していただきたいと思います。

また子どもがルールを守れない場合は、親として毅然とした態度で、愛ある対応をしていただくように心からお願い致します。正しい利用で、安全・安心な生活を…。

よろしくお願いします



最後に…

もう知っている保護者の方もいらっしゃると思いますが、「スマホ18の約束」のお話をしたいと思います。「スマホ18の約束」とは、アメリカのママブロッガーが13歳の子どもにスマホをプレゼントする際に一緒に渡した「スマホの家族ルール」の事です。そのルールの内容があまりに素晴らしく共感されアメリカのABC ニュースでも取り上げられ話題になりました。その後日本でも東京新聞に掲載され、広まったお話です。参考までにお読みいただければと思います。

なお、原文は英語なので日本語訳によって若干ニュアンスが異なります。ご了承ください。

【 スマホ18の約束 】

- ① これは私（親）の携帯。私がお金を支払いました。あなたに貸しているものです。私、優しいでしょ？
- ② パスワードは必ず私に報告すること。
- ③ これは「電話」です。鳴ったら必ず出ること。礼儀良く「こんにちは」と言いなさい。
発信者が「ママ」か「パパ」だったら必ず出ること。絶対に。
- ④ 学校がある日は19:30に携帯を私に返却します。週末は21:00に返却します。携帯は翌日の朝 7:30 まで電源オフになります。友達の親が直接出る固定電話に電話出来ないような相手なら、その人には電話も SNS もしないこと。自分の直感を信じて他の家族も尊重しなさい。
- ⑤ 携帯電話はあなたと一緒に学校へは行けません。SNS をする子と直接話をしなさい。人生のスキルです。ただし、半日登校や修学旅行、学校外活動は学校のルールの上、個別に検討します。
- ⑥ 万が一、トイレや床に落としたり、破損させたりした場合の修理費用は自己負担です。家の手伝いや、お年玉でカバーしてください。こういうことは往々に起こるので準備しておいてください。
- ⑦ このテクノロジーを使って嘘をついたり、人を馬鹿にしたりしないこと。人を傷つけるような会話に参加しないこと。人のためになることを第一に考え、ケンカ等に参加しないこと。
- ⑧ 人に面と向かって言えないことを、この携帯電話を使って SNS やメールでしないこと。
- ⑨ 友達の親の前で言えないようなことを SNS やメールでしないこと。自己規制してください。
- ⑩ アダルトサイト禁止。私とシェアできるような情報をウェブ検索してください。質問などがあれば誰かに聞きなさい。なるべくママかパパにね。
- ⑪ 公共の場では消すなりサイレントモードにするなりすること。特にレストラン、映画館、他の人と話すときはそうしてください。あなたは失礼なことをしない子です。携帯電話で変わってはいけません。
- ⑫ 他の人にあなたの大事な所の写真を送ったり、貰ったりしてはいけません。笑わないで！ あなたの高知能でもそういうことをしたくなる時期がやってきます。とてもリスクで、あなたの青春時代や大学時代、社会人時代を壊してしまう可能性があります。よくない考えです。インターネットはあなたより巨大で強いよ。これほどの規模のものを消すのは難しいし、風評を覆すのもなおさら難しい。
- ⑬ 写真やビデオを膨大に撮らないこと。すべてを収録する必要はありません。人生経験を肌身で経験してください。すべてはあなたの記憶に収録されます。
- ⑭ 時々家に携帯電話を置いて出かけてください。そしてその判断に自信を持ってください。携帯電話は生き物ではないし、あなたの一部でもありません。携帯なしで生活することを覚えてください。流行に流されない、自分だけが取り残されてしまう怖さを気にしない器の大きな男になってください。
- ⑮ 新しい音楽やクラシック音楽、あるいは全員が聞いている音楽とは違う音楽をダウンロードしてください。あなたの世代は史上最も音楽にアクセスできる世代なのよ。この特別な時代を活用してください。あなたの視野を広げてください。
- ⑯ 時々ワードゲームやパズルや知能ゲームで遊んでください。
- ⑰ 上を向いて歩いてください。あなたの周りの世界を良く見てください。窓から外を覗いてください。鳥の鳴き声を聞いてみてください。知らない人と会話を持ってみてください。グーグル検索なしで考えてみてください。
- ⑱ あなたは失敗する。そのときはあなたから携帯電話を奪います。その失敗について私と話し合います。またイチからスタートします。あなたと私はいつも何かを学んでいる。私はあなたのチームメイトです。一緒に答えを出していきましょう。

スマホの利用時間や顔の見えない SNS での誹謗中傷を防止するルールなど、かなり広い範囲をカバーできるルールとなっています。もしこれからお子様にスマホを持たせるための家族ルールを考えるなら、ぜひ参考にしてほしいお手本のルールです。全部でなくても使える一部分を我が家のルールに足してみてもいいでしょうか。