

# お子様のスマホ等の使用について（改定版）

## 保護者の皆様へ

与那原町教育委員会

近年、身近なところでスマホを介してのトラブルが急増しています。

スマホの不適切な利用で、生活のリズムを崩したり、トラブルに巻き込まれたりしないためにも、お子様がスマホを使い始めるときからインターネットの危険性や利用するうえでのマナーをお子様にしっかりと教えましょう。

また、使い方のルールを決めておく必要があります。すでに使っている場合は、これからでも遅くありません。

ルールを決める際には、お子様の発達段階に応じて、お子様とよく話し合っ決めてください。その時に大切なのは、保護者としての思いをはっきりと伝えることです。

### ルールの例

- ・使っていい時間を決める  
1日○時間以内 ○時以降は使わない
- ・使っていい場所を決める
- ・通知をオフにする
- ・寝室にスマホを持ち込まない など

スマホをついつい手に取ってしまう原因は、脳の仕組みにあります。

脳は期待することを好み、良い情報が見つかるかもしれないという期待をし、それが得られると快感を感じる「ドーパミン」が放出されます。これが繰り返されると、中毒のような症状になります。

高名なIT業界トップの人たちの中には、自分の子供にはスマホを与えない、または使用を制限している方が多いそうです。

### なぜか？

スマホを使いすぎると、睡眠障害、記憶力や集中力の低下、学力の低下、依存、うつなど、**脳に悪い影響を与えることを知っているから**だと言われています。



# インターネットトラブルの事例

(実際に小中学生の間で起きていることです)

## 誹謗・中傷、いじめ

### 不登校、自死の可能性

- ※ちょっとした誤解から炎上する場合があります。
- ※「名誉棄損罪」「侮辱罪」「脅迫罪」などの刑事責任を問われることがあります。
- ※民事裁判で多額の賠償金を請求される恐れがあります。
- ※意に反して加害者になる場合があります。
- ※誹謗・中傷の内容は絶対に送らない。



## 個人情報の流出

### 写真、住所の拡散、ストーカー被害

- ※1枚の写真から様々な情報が特定できます。
- ※一度流出すると、中々消去できません。
- ※「プライバシー侵害」等で損害賠償を請求される恐れがあります。
- ※写真を送る時は許可を得る。

## 詐欺、金銭トラブル

### 高額課金、闇バイト

- ※「闇バイト」は犯罪です。
- 「闇バイト」からなかなか抜けられません。一生を棒に振ります。
- ※「詐欺」、「強盗」などの犯罪につながります。
- ※保護者が大きな負担を強いられる場合があります。
- ※自分だけでお金に関するやりとりはしない。
- ※簡単にお金がもらえるという話は信用しない



## 不適切な出会い

### 恐喝、連れ去り、性被害、リベンジポルノ

- ※命に係わる場合があります。
- ※拡散されると、一生苦しみます。
- ※小中学生の裸の写真を持つことは犯罪です。
- ※違法薬物につながることもあります。
- ※ネットで知り合った人とは絶対に合わない。
- ※裸や下着姿の画像は絶対にもらわない、送らない。



スマホトラブルは、決して対岸の火事ではありません。身近に危険が潜んでいることを自分事として考えましょう。