

# 考えよう！子育てと子供の成長とデジタル機器 ～「与え方の工夫」や「心がけたいこと」を知りたいみなさまへ～



子供にとって毎日の生活は、健康・発達・成長はもちろん、個性や習慣の形成にも影響する貴重な時間です。無限の可能性を秘めた子供たちが健やかに大きく育つよう、デジタル時代の子育てについて考えてみましょう！



安心ネットづくり促進協議会

# ネットやスマホについて考えてみましょう

「やり方を覚えるとき」も「使わせる道具」も  
子供の成長や上達に合わせてあげることが大切ですよ？

- 何かを習得するステップは、最初是一緒にやって慣れさせるところからスタートし、大人が見守り安全を保ちながら徐々に練習のレベルを上げ、そして一人前に♪

【例：水泳】



- 子供が使う道具も、成長や上達に伴い、危なくないよう少しずつステップアップ♪

【例：自転車】



！ 気付かれましたか？

初めから“大人と同じ道具”を、安全に利用できる設定もせず  
自由に使わせているのは、スマホやタブレットだけなのです！！

スマートフォンやタブレットは大人の道具  
幼い子供は「安全に使うための方法」をまだ何も知りません

子供たちがスマホを使いたがるのは、周囲の大人が使っているから。何でも大人の真似をしたがる時期なので、保護者をはじめとする身近な大人たちの見よう見まねで、「こう使えばいいんだ！」と覚えてしまいます。

できれば『正しい使い方』『どんなことに気をつけたらいいか』『何をしてはいけないか』などを、一緒に使いながら教えてあげることが望ましいのですが、難しければ、**日ごろからお子様の良いお手本となる使い方を心がけましょう。**



# 使わせるなら、気をつけたい & 心がけたいこと

子供にインターネットを利用させることによる不安は  
大人の対応や工夫で軽減できます！



幼い子供がスマホやタブレットを手にしている姿を、いろいろなところで頻繁に見かけるようになりました。  
「スマホばかり使いたがる」「タブレットがないとおとなしくしてくれない」などの悩みを抱えている保護者も多いようです。

どうしても相手をしてあげられないとき、何気なく手渡したスマホやタブレットにはまってしまふ子供は少なくありません。また、食事の支度中、外出時等に繰り返し使わせていると、「〇〇のときはスマホ」が習慣になることも！

学びの道具としては評価されているデジタル機器ですが、発達中の身体や視力への影響を心配する声も多く、部品等の誤飲も起きていることから、幼児の遊び道具として適しているとは言えないのが現状です。

絵本、ぬり絵、ブロック・パズルのほか、できるだけ安全性の高い道具を使い、スマホ等はやむをえないときに使うものと考えましょう。

ブルーライト  
軽減フィルム



どんなことに  
不安を感じて  
いますか？

- |               |                        |
|---------------|------------------------|
| ① ネット依存       | ② 対面コミュニケーションへの影響      |
| ③ 学習・成績への影響   | ④ 身体（目、姿勢、ほか）や健康への影響   |
| ⑤ ネットいじめ被害／加害 | ⑥ 個人情報の漏えい             |
| ⑦ 誘い出しや性的被害   | ⑧ 課金                   |
| ⑨ 不適切な情報発信    | ⑩ 不適切な情報に触れること、およびその影響 |

※ 完璧な防止はできませんが、⑥⑧はウイルス対策で、⑦⑧⑨⑩はフィルタリングで、不安の軽減が可能です。また、⑤に関しても、SNSへのアクセス制限で緩和できる範囲の不安については、フィルタリングが役立ちます。

安全な  
利用環境

幼い子供にとって、スマホやネットから得られる情報のすべてが「興味深い未知の刺激」。たとえ画面上のメッセージが読めなくても、先に進むには「OK」等をタップすればいいんだ！と、すぐに気づきます。

知識や経験の不足を補い、意図せず危ないサイトにアクセスしてしまうことを回避してくれるフィルタリングは、トラブル軽減の頼もしい味方です。

= 子供を守る仕組みの導入・設定 + OS(基本ソフト)や導入ソフトを常に更新

子供のインターネット利用に関して大人が感じている不安の多くは、今あるツール（技術）を活用することによって軽減可能です。

ウイルス対策はもちろん、フィルタリング、各種機能制限（ペアレンタルコントロール）等、せっかくある「守ってくれる仕組み」を利用しないのは勿体ない！

技術に任せられる部分は任せておいて、適切な対応や言葉かけなど、大人の力が不可欠な①②③④⑤の不安に向き合うようにしてみませんか？

貸し出し機や機種変に伴うおさがり機も含め、お子様が使う機器には安全対策を忘れずに行いましょう。もちろん、小型ゲーム機や音楽プレイヤー等への対策も忘れないで！

◀◀◀ 具体的な設定例は中面を参照

# お子様の安全利用のためにできること①



貸し出し機やおさがり機も含め、年齢や成長に応じて利用環境を調整しましょう。安心ネットづくり促進協議会

## ネットのさまざまなトラブルから子供を守るコツは フィルタリングをうまく使うことです

フィルタリングは、有害情報※等が含まれるWebサイトへのアクセスやアプリの利用を制限するだけでなく、ウィルスや詐欺ほか、「ブラックリスト」に登録されているような悪意の仕掛けがあるWebサイトへの“うっかりアクセス”も防いでくれます。

※制限カテゴリは、不法、主張、アダルト、出会い、グロテスク、セキュリティ、ギャンブル、コミュニケーション、成人嗜好、オカルト。(設定時に高い学齢対象のレベルを選択すると、制限の一部が緩和されます)

### ① 青少年インターネット環境整備法※は、保護者が知っておきたい法律です

携帯電話会社や格安スマホ会社(MVNO)と契約代理店には、新規の携帯電話回線契約時および機種変更・名義変更を伴う携帯電話回線契約の変更・更新時に、次のような義務が設けられます。

#### 青少年確認

契約締結者又は携帯電話端末の使用者が18歳未満か確認

#### フィルタリング説明

①青少年が有害情報を読覧するおそれ  
②フィルタリングの必要性・内容  
…を保護者又は青少年に対して説明

#### フィルタリング有効化措置

契約とセットで販売される携帯電話端末等について、販売時にフィルタリングソフトウェアやOSの設定を行う

これに伴い、子供の利用状況を適切に把握するとともに、契約時には**18歳未満が使用者である旨を申し出ること、フィルタリングの説明を受けること、フィルタリングソフトやOSの設定を行うことなどが、保護者の役割**となります。※ 青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律

### ② 自分のスマホは当然大人用、幼い子供に貸すのならひと手間かけて！

使用者が成人の場合、契約時にフィルタリングの説明も有効化も行われません。そのため、(内閣府の調査によると) スマホを子供に貸す際にフィルタリングをかけている保護者はたったの8%、親スマホによるトラブルが年々増えていることもうなずけます。

でも、普段使っているスマホにフィルタリングをかけてしまうと自分が使うときに困りませんか？ 設定するのが面倒では？



大丈夫!!



今のフィルタリングは、ちょっとした操作でオン/オフの切り替えができます。ただし、大人がフィルタリングを利用するには申し込みが必要。サービス窓口や店頭、公式サイト等でフィルタリング利用の申請をし、適用されたら初期設定を行いましょう。普段はオフにしておけば、不便なことは全くありません！



では、子供が使うデジタル機器を「安全な道具に変身」させるため画面を見ながらやってみましょう！

# お子様の安全利用のためにできること②



貸し出し機やおさがり機も含め、年齢や成長に応じて利用環境を調整しましょう。安心ネットづくり促進協議会

## フィルタリングを利用するには

### ●携帯電話会社が提供するフィルタリングサービス

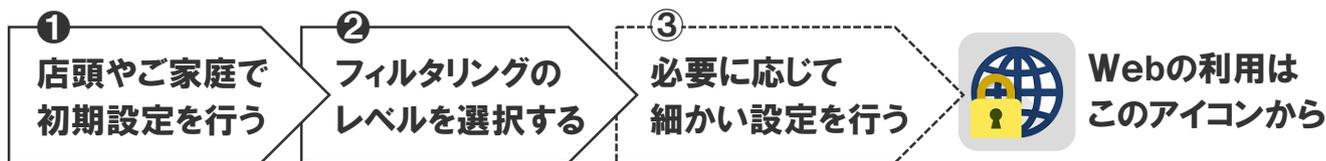
NTT docomo、au (KDDI)、SoftBank のフィルタリング名称が「あんしんフィルター」に統一されました。学齢別に用意された4段階のフィルタリング設定から、年齢、使い方、判断力などに応じて適切なレベルを選択するだけで、より安全な環境でインターネットが利用できます。

企業名 ブランド名	Android			iOS (iPhone/iPad)		
	Web	無線LAN Wi-Fi	アプリ	Web	無線LAN Wi-Fi	アプリ
NTT docomo au (KDDI) SoftBank	 ↓ あんしんフィルター for (企業名・ブランド名)					端末の  機能制限

### 「あんしんフィルター」を設定する

まず最初に簡単な初期設定を行います。親子で訪れた店頭で設定する場合、子供にパスワードが伝わらないように気をつけてください。当然、誕生日等の想像しやすいパスワードもNG。これは、ご家庭で設定する場合も一緒です。

設定の変更や個別の利用許可などは、パソコンなどでも可能。パスワードの管理は必ず保護者が行い、子供に知られることのないよう注意を払いましょう。



※ なお、格安スマホのフィルタリングについては、事業者ごとにサービス内容や費用が異なります。各社の提供サービスを利用するか、フィルタリングアプリ↓を導入するか、保護者の方がご判断・ご対応ください。

### ●主なフィルタリングアプリ（フィルタリングソフト）

パソコンからMVNO（格安スマホ）まで、さまざまなインターネット接続機器で利用可能

i-フィルター〔デジタルアーツ〕	インターネットセキュリティ〔カスペルスキー〕
ウィルスバスターモバイル〔トレンドマイクロ〕	ノートン ファミリー〔シマンテック〕

いずれのフィルタリングも、学齢や利用目的に合わせ段階的な設定が可能です。また、特定のサイトやアプリだけを利用許可または利用制限するカスタマイズ機能もあります。

お子様が使うデジタル機器は、年齢に合わせた設定で安全な環境を整えた上で、成長に伴い設定を見直し、安全を保ちながらも徐々に使いやすいものにしてあげましょう。

# お子様の安全利用のためにできること③

1億人のネット宣言  
もっとグッドネット

貸し出し機やおさがり機も含め、年齢や成長に応じて利用環境を調整しましょう。安心ネットづくり促進協議会

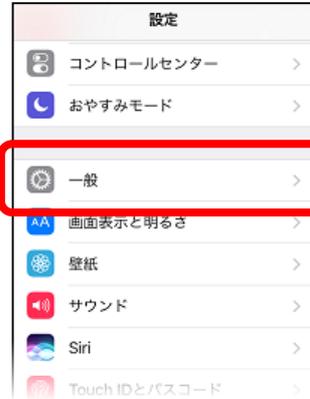
## iPhone, iPad, iPodTouchの設定 (iOS端末の機能制限)

### ① ホーム画面



「設定」をタップ

### ② 設定画面



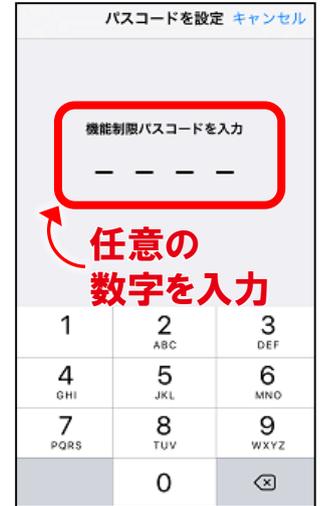
「一般」をタップ

### ③ 一般画面



「機能制限」をタップ

### ④ パスコード入力画面



任意の  
数字を入力

4桁または6桁の数字を入力

## アプリの導入や利用の許可設定

### ⑤ 機能制限画面



### ⑥ App(=アプリ)画面



お子様の年齢に合わせ  
使用許可のチェックを!

全アプリの使用を許可する・しない、  
またはアプリのレート(年齢制限)※を  
選択して使わせるという  
設定ができます。

※例えば、「4+」を選択すると、対象年齢9歳以上の  
アプリが制限されます。  
同様に、「9+」「12+」を選択すると、それぞれ、  
12歳以上、17歳以上のアプリが制限されます。

## 参考：Android端末のアプリに関する詳細設定のやり方



## 利用時間をコントロールするには

多くの保護者が不安に思っているネット依存。幼い頃に身についた習慣を大きくなってから改善するのは大変です。今から「頻繁に使う習慣」がつかないように、デジタル機器に頼りすぎず、言葉かけや与え方の工夫を心がけましょう。

また、1日の中で利用していい時間・使えない時間帯を設定できる機能もあります。寝る前の利用は良い睡眠の妨げになるとも言われています。子供のために使える機能は、上手に活用しましょう!



# お子様の安全利用のためにできること④

1億人のネット宣言  
もっとグッドネット

貸し出し機やおさがり機も含め、年齢や成長に応じて利用環境を調整しましょう。安心ネットづくり促進協議会

## 「YouTubeで見ることができる動画」から 子供に不適切なものを除外する方法



お子様が観ている動画、気がかりではありませんか？ そんな不安には、**子供の動画視聴はこのアイコンから！**  
子供向けに安全かつ使いやすく開発された**YouTube KIDS**の導入がオススメです♪  
でも、保護者の機器にあるYouTubeアイコンを貸す都度隠すのが面倒と思うなら、  
念のためYouTubeサイトやアプリの設定で「制限付きモード」をオンにしておきましょう！

### 【Webサイト】YouTube トップページの一番下 ▶ 制限付きモードをオンにする

① 「制限付きモード」をクリック

② 「オン」を選択

③ 忘れずに「保存」をクリック

YouTubeのアカウントがあれば、ログインすることにより制限付きモードをロックすることが可能。

ロックをするなら、パスワードの管理をしっかり！

### 【iOSのアプリ】アカウント ▶ 設定 ▶ 制限付きモードフィルタを強にする

画面の右上にある丸い人型マークがプロフィール写真等になっている人も。

制限付きモードフィルタ

フィルタを設定しない

強

### 【Androidのアプリ】アカウント ▶ 設定 ▶ 全般 ▶ 制限付きモードを「ON」

制限付きモード

制限付きモードを有効にすると、ユーザーの報告やその他の指標により不適切と判断されたコンテンツを含む動画は表示されません。どのフィルタも100%正確だとは言えませんが、これで通常ほとんどの不適切なコンテンツは除外できます。

# インターネットを安全に利用するために

## 大人のための「情報モラル&マナー」チェックシート

自信をもって「大丈夫!」と言いきれない項目は、できることから改善していきましょう。

子供の成長・安全を配慮しつつ、お手本となる使い方をしていますか？	大丈夫 ✓
子供には「ちょっと待って…」なのに、着信音にはすぐ対応していませんか？	<input type="checkbox"/>
子供と話をするより、スマホと対話している時間のほうが多くありませんか？	<input type="checkbox"/>
食事の支度中、スマホやタブレットで遊ばせることが習慣化していませんか？	<input type="checkbox"/>
大人同士の話が妨げられそうなとき、つい、スマホ等を渡していませんか？	<input type="checkbox"/>
設定や課金のパスワードを、誕生日等わかりやすい数字にしていませんか？	<input type="checkbox"/>
日ごろ(特に子供と一緒に外出時等)、歩きながらスマホをしていませんか？	<input type="checkbox"/>
先生や友人・知人の悪口を、子供の前で言ったり書いたりしていませんか？	<input type="checkbox"/>
自身の個人情報や子供の写真・動画を、ブログやSNSに載せていませんか？	<input type="checkbox"/>
子供が使うデジタル機器には、年齢に合った安全な設定を施していますか？	<input type="checkbox"/>
健康・発達のために、デジタル機器の影響を軽減する工夫をしていますか？	<input type="checkbox"/>

## 設定の質問からトラブル対応まで、お役立ち相談窓口一覧

本当に困ったら、迷わず相談！ 地元の窓口も調べて追記しましょう\*

違法・有害情報相談センター	<a href="https://www.ihaho.jp/guide/">https://www.ihaho.jp/guide/</a>
警察庁 インターネット安全・安心相談	<a href="https://www.npa.go.jp/cybersafety/">https://www.npa.go.jp/cybersafety/</a>
24時間子供SOSダイヤル（文部科学省）	0120-0-78310
消費者ホットライン（消費者庁）	188（局番なし）
子どもの人権110番（法務省）	0120-007-110
携帯電話会社・各社カスタマーセンター	NTT docomo : 0120-800-000 au (KDDI) : 0077-7-111 SoftBank : 0800-919-0157
※追記欄	



1億人のネット宣言  
もっとグッドネット

安心ネットづくり促進協議会

<http://www.good-net.jp/>

監修：尾花紀子(ネット教育アナリスト)／七海陽(相模女子大学) 【2017年9月改訂版】