



## 子供と保護者のコミュニケーション!

ルールも、フィルタリングも大事です。

でも、何より重要なのは「子供が保護者に、相談する、話し合える」

日頃からの「信頼関係」です。『でも、大人だって忙しいし、子供が反抗期で親と話もしないのに、簡単に“信頼関係”って言われても…』と、お困りの方も多いかと思えます。

まずは、日常から子供に対して『何かあったら相談してね。いつでも味方だよ』というメッセージを、言葉や態度で示す。これだけでも、子供にとって何よりの安心感になり、スマホに関する大きなトラブルを防げるかもしれません。

「子供が、少しずつスマホ等の使い方を学んで、いずれ子供自身で利用目的に応じた判断ができるように。」最終的に、スマホやネット利用について「子供自身で適切にコントロール」できるようになれば、前述のルールも卒業ですね。



## 性的画像に関するネットトラブルが増加しています。



子供たちが判断力の未熟さに付け込まれ、巧妙な手口で子供自身の裸等を撮影させられ、送られる「自撮り被害」が増えています。ネットに流出した画像の回収は困難です。不安なことや困ったときにはすぐに保護者に相談するよう子供たちに伝えましょう。

## 東京都の青少年のスマホ等の適正な利用に関する取組事業

### 作ってみよう!ファミリーeルール「ファミリーeルール講座」

- 〈対象〉小・中学生の保護者など
- 〈時間〉1～2時間
- 〈場所〉学校、公民館等
- 〈経費〉無料（※講師の謝金、交通費は無料です）
- 〈申込み・お問合せ〉ファミリーeルール事務局
- （電話）0120-910-870
- （メール）[info@e-rule.jp](mailto:info@e-rule.jp)
- （HP）<http://www.e-rule.jp/>



### 子供のネットやケータイのトラブル相談は「こたエール」へ

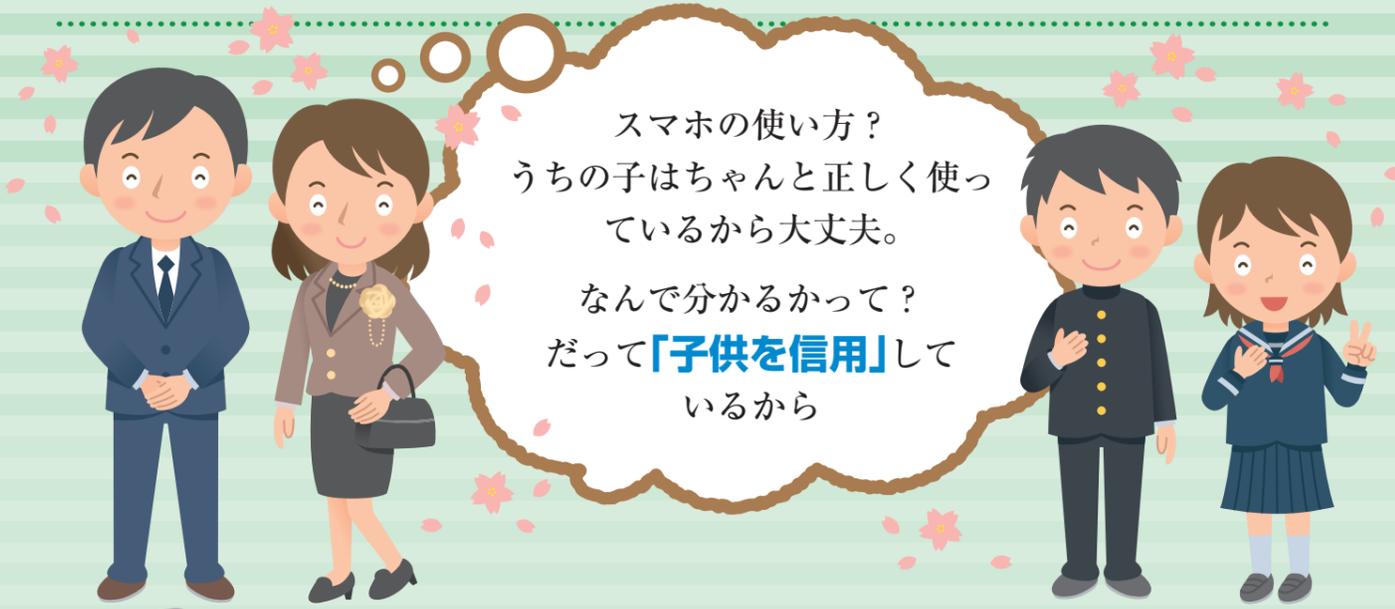
- 〈電話相談〉0570-783-184
- 〈受付時間〉月～金曜日 午前9時～午後6時  
土曜日 午前9時～午後5時  
※祝日及び年末年始を除く



- ※インターネット相談は、24時間受付中!
- ※上記受付時間外の場合は、翌受付時間内での回答となります。
- （PC用）<http://www.tokyohelpdesk.jp/>
- （携帯電話用）<http://www.tokyohelpdesk.jp/k/>

## 保護者の方へ

# 家庭で見守る子供のスマホ利用



スマホの使い方？  
うちの子はちゃんと正しく使っているから大丈夫。  
なんで分かるかって？  
だって「子供を信用」しているから



保護者が子供を信じることは、もちろん大切なことです。しかし、スマホの利用によるトラブルや危険は、意外と身近なところに潜んでおり、「子供を信用」だけでトラブルに遭わないようにするのは難しいかもしれません。では、どうすればいいのでしょうか？

例えば、「自転車」に乗る練習。子供は、補助輪付きで練習しましたよね？「スマホ」も同じ。「練習」や「慣れ」が必要なのです。ポイントは「少しずつ、子供の行動（使用可能）範囲を広げる」。その「おすすめ」の方法は……



### ● 問合せ先 ●

東京都 東京都青少年・治安対策本部 総合対策部 青少年課  
電話 03-5388-3186  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿 2-8-1 東京都庁第一本庁舎北塔 34階  
メールアドレス [S0000903@section.metro.tokyo.jp](mailto:S0000903@section.metro.tokyo.jp)



# 親子で決める! 「家庭のルール作り」

- ① 「ルール」って、固い気がする。  
→ 「ルール」=スタンダード、目安、目標 と考えてみませんか?
- ② 結局、子供は「ルール」を作っても守らないし。  
→ 「守れる約束」と「守れなかった時の約束」、そして「ルールの見直し」も!



## ルール作りのポイント

- ① 「小さく」「具体的」で守りやすいルールにする  
(例) 夜9時以降は、スマホを親に渡します
- ② 子供自身にルールを「宣言」してもらう  
親が一方向的に押し付けるのではなく、子供がルールを守る意識が必要であり、親子の共通理解のもとに決めることが大切です
- ③ ルールを二重構造にしておく  
決めたルールを守れなかった場合のルール(メタルール)も、同時に決めておきます  
(例) 守れなかったら、1週間スマホを親に預かってもらい、その間は使いません

「スマホの利用目的は?」  
「どんなトラブルが考えられる?」  
などを、考えながらルールを作ってください!

決めたルールは「紙に書いて、目のつくところに貼っておく」のも効果的!  
また、作ったルールが守られているかな?と、しっかりと見守り、声掛けを!

## 段階に応じて、「ルールの内容」も「ルールの量」も見直しを!

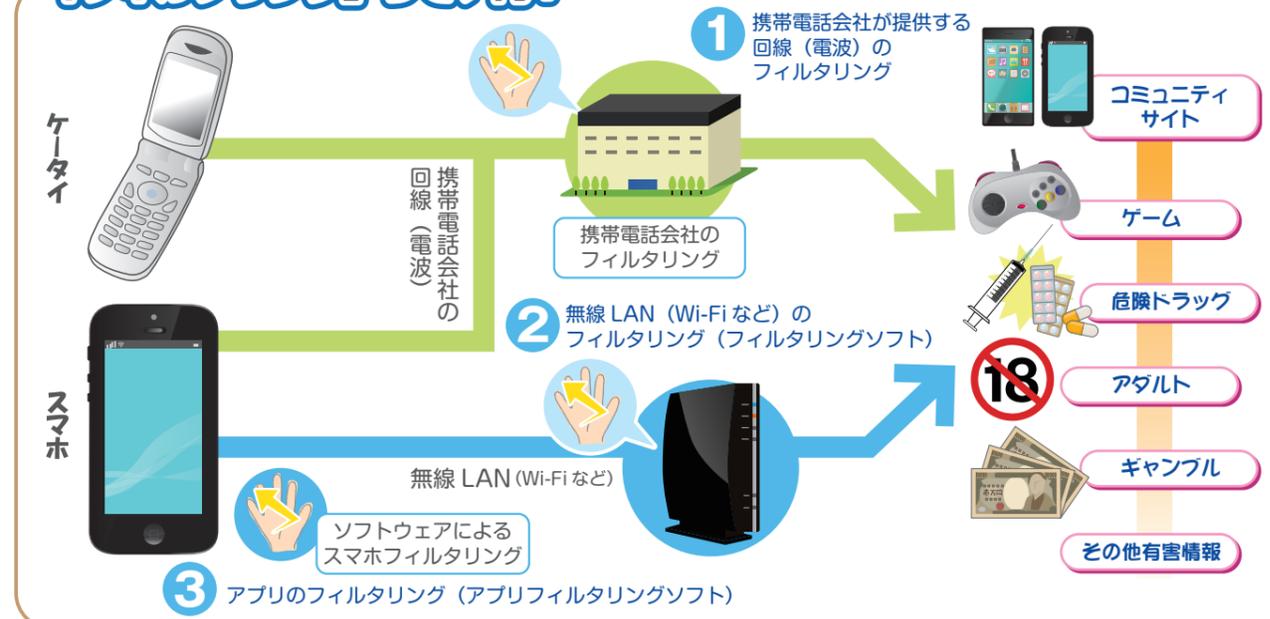
	使い方のルール	時間のルール
<b>STEP 1</b> (家族のみ) 見直し	<ul style="list-style-type: none"> <li>● スマホは家族とのメールと電話のみ使用する。</li> <li>● スマホの機能や危険性を学ぶこと。</li> <li>● SNS やアプリはまだ使わない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 家族との連絡以外使用しない。</li> </ul>
<b>STEP 2</b> (+学校の友達) 見直し	<ul style="list-style-type: none"> <li>● アプリのダウンロードは、必ず親に許可を取る。</li> <li>● SNS は家族と学校の仲のいい友達だけにする。</li> <li>● 食事中は使わず、寝る時はリビングに置いておく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● アプリやSNSは、1日1時間まで。</li> </ul>
<b>STEP 3</b> (+使用する機能)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SNS やネット上にメッセージを書き込む前に必ず見直し、個人情報絶対書かない、載せない。</li> <li>● トラブルになりそうなら、すぐ親に相談する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● アプリやSNSは、夜9時まで。</li> </ul>



# 「フィルタリング」は頼れる味方!

～フィルタリングの利用は、保護者の責務とされています～  
(青少年インターネット環境整備法第6条)

## 「フィルタリング」って、何?



※上図③アプリのフィルタリングは、スマホのメーカーや機種により利用できないものがあります。

## フィルタリングは、どうやって設定すればいいの?～自分でも簡単に設定できます～

主な事業者ごとのフィルタリング設定方法です。使っている電話会社のフィルタリングを確認してみてください。分からない場合は直接携帯電話販売店にお問い合わせください。

<b>NTT docomo</b> <b>あんしんフィルター for docomo</b> ■サービス名称 ■対応機種 iPhone・iPad・ドコモスマートフォン・タブレット	<b>au</b> <b>あんしんフィルター for au</b> ■サービス名称 ■対応機種 auケータイ(4G LTE)・iPhone・iPad auスマートフォン全機種
<b>SoftBank</b> <b>あんしんフィルター for SoftBank</b> ■サービス名称 ■対応機種 iPhone・iPad・SoftBankスマートフォン	<b>Y!mobile</b> <b>あんしんフィルター for SoftBank</b> ■サービス名称 ■対応機種 iPhone・ワイモバイルスマートフォン®

<iPhone/iPad/App Store>TM and ©2014 Apple Inc. All right reserved. iPad/iPhoneは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社とのライセンスにもとづき使用されています。App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。  
 <Android™>「Android™」はGoogle Inc.の商標または登録商標です。  
 一般社団法人 電気通信事業者協会 HP掲載チラシより抜粋(平成29年2月時点)