



©岡山県「ももっち」

「スマホ」で活用！ 子どもを守るペアレンタルコントロール!!

令和元年5月25日に開催された、世界保健機関(WHO)総会において、**オンラインゲームやテレビゲームのやり過ぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」を新たな依存症として認定**し、「国際疾病分類」最新版が承認されました。アルコールやギャンブルなどの依存症と並んで、治療が必要な疾病となり、新疾病分類は2022年1月から施行され世界中の医療関係者が診断や調査で使用することとなりました。そんな中、子どもたちが「ネット依存」「ゲーム障害」等にならないために、スマホ・ネットとの上手な付き合い方を家族で考えていく必要があります。そこで、今回は、「スマホ」購入時のポイントを紹介します。

子どもにスマホを持たせる前に

“わが家のスマホルール”をつくりましょう！

POINT!

- 危険性を子どもとともに理解し、ルールづくりの必要性をしっかりと伝えましょう。
- 一方的にならないように、子どもと話し合いながら一緒につくりましょう。
- ルールを決めたら終わりではなく、守られているかを確認し、必要に応じて見直しましょう。



岡山県「ぼっちり！モグモグ」
生涯学習課 岡山県
マスコットキャラクター

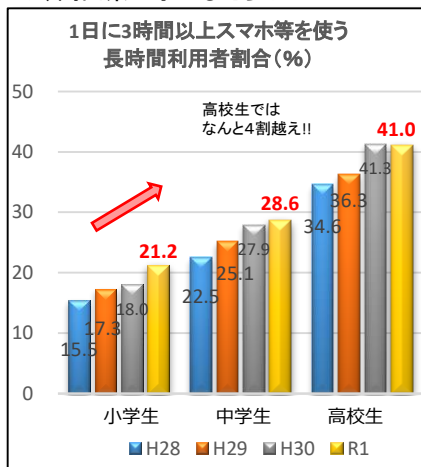
例えば

“わが家のスマホルール”

- 使用は、1日1時間以内
- 勉強中、食事中は使用禁止
- 個人情報の公開禁止（写真など）
- アプリをダウンロードする際には、親の承諾を得ること
- スマホの充電はリビングルーム など



では、岡山県の子どもたちは…



(令和元年度スマートフォン等の利用に関する実態調査から)

■ わが子は、どうだろう？心配！ そう思ったら！

危険なサイト見ていないか心配

長時間スマホを触っていないか心配

いじめやSNSトラブルに巻き込まれていないか心配

【ペアレンタルコントロール】

あなたの子どもの端末をネットの脅威から守る！

スマホの使いすぎを防ぐ・不適切なサイトの閲覧制限・使用状況がメールで分かる・不正なアプリをブロックするなど、子どもの適切なスマホ利用をサポートしましょう！

あんしんフィルター

スマホ購入時に販売店の窓口では、必ずフィルタリングサービスについて説明があります。その中に、利用時間の制限等のペアレンタルコントロールが含まれています。

窓口で、「利用時間（設定してもらいたい内容）の設定をお願いします。」と声をかけ、是非、活用しましょう。

- **フィルタリングサービスを積極的に活用**して、わが子を守りましょう。
- 子どもの状況を把握するために、**ペアレンタルコントロール**を行いましょ。
- 家庭で利用のルール（利用時間、利用目的、利用する場所など）を決め、マナーについても話し合いましょ。
- インターネット等の危険性について、**家族でしっかり話し合いましょ。**

スマホを学習に利用している子どもたちもいますが、1日に3時間以上スマホ等を使う長時間利用者の多くは、**学習時間や睡眠時間が減った**と答えています。スマホの長時間利用は、子どもたちの**学習**に明らかに**悪影響**を及ぼしています。