

# 家庭のルールをつくりましょう

様々な環境の変化により、子どもたちのインターネット利用時間が増えています。お子さまと一緒に適切な利用方法について話し合い、ルールをつくりましょう。

	代表的なトラブル	ルール例	YouTube動画
人間関係	文字トラブル、誹謗中傷、いじめ	人の嫌がること、迷惑になることはしない、書き込まない。	
依存	長時間利用、高額課金	利用時間を決める。お金がかかるアプリやサイトの利用は相談して決める。	
出会い・犯罪	性犯罪、誘拐、詐欺、脅し 炎上、個人情報流出	知らない人とはやり取りしない、会わない。 不適切な投稿をしない、個人情報を書き込まない。	



**ルールづくりにご活用ください**

KDDIスマホ・ケータイ安全教室で使用しているトラブル事例動画とともに、トラブルを防ぐためのポイントを短くご紹介しています。ご家庭でのルールづくりの際にぜひご活用ください。

※お持ちのスマートフォンからQRコードを読み取り、ご視聴ください。

✓ ネットに夢中になりすぎていませんか？ いくつ当てはまるか確認してみましょう。

<input type="checkbox"/> ネットに夢中になっていると感じる？	<input type="checkbox"/> 思っていたより長時間ネットをしてしまう？
<input type="checkbox"/> 長時間ネットをしなければ満足できない？	<input type="checkbox"/> ネットで人間関係が悪くなったことがある？
<input type="checkbox"/> 時間を減らそうとして失敗したことがある？	<input type="checkbox"/> 熱中しすぎを隠すため、家族や先生に嘘をついたことがある？
<input type="checkbox"/> 時間を減らそうとするとイライラを感じる？	<input type="checkbox"/> 不安等から逃げるために、ネットを使う？

**3～4個当てはまる：不適切な使用の可能性** | **5個以上当てはまる：ネット依存の可能性**

※インターネット夢中度アンケート(独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター)の文章を竹内准教授監修のもとに簡略化

お子さまと一緒にスマホやケータイの使い方を楽しく学んでいただくためのサイトもあります。

**「スマホ・ケータイファミリーガイド on WEB」**  
<https://www.kddi.com/family/>

スマホデビューする前に知っておきましょう! [詳しくはこちら▶](#)

総務省 未就学児の保護者向け  
**「上手にネットと付き合おう！」**  
[詳しくはこちら▶](#)

安心ネットづくり促進協議会  
**「青少年の安心安全なインターネット利用のために」** [詳しくはこちら▶](#)

# フィルタリングを設定しましょう

お子さまにスマホを持たせるとき、このようなご心配はありませんか？

**危ない!**

- スマホ依存になったり、生活習慣が乱れないかしら？
- SNSで怪しい人と交流があったらどうしよう。
- ネット上の怪しいサイトは子どもに悪影響があるんじゃないかしら？

インターネット上では、違法・有害情報に触れたり犯罪に巻き込まれたりする可能性があります。何が危険か、お子さまは自分で判断できません。

**【参考】** 警察庁の発表によると、SNS等に起因する犯罪に巻き込まれた未成年者の約9割がフィルタリングサービスを利用していませんでした。  
出典：警察庁 広報資料(令和5年3月警察庁発表)

**フィルタリングサービス未加入 約9割**

スマホの利用にはこのようなリスクがあります!

- ◎**違法・有害情報に触れるリスク**  
インターネット利用時に、違法・有害情報を閲覧してしまうリスクがあります。また、有料・詐欺サイトへ誘導されることや、その先でウイルスに感染する可能性もあります。
- ◎**SNS等でのトラブル**  
SNSやインターネットで知り合った相手と安易に直接会うことや、自撮り画像を送ることは危険です。また、誹謗中傷コメントを発信することは絶対に止めましょう。
- ◎**スマホ依存**  
スマホは便利で日常生活にかかせないものですが、使いすぎは生活習慣の乱れや睡眠不足につながり、健康や学習にさまざまな影響を及ぼします。

フィルタリングサービスは、そのような危険や心配事からお子さまを守ります!

**月額利用料：無料** (ファミリーリンク、未成年WEBフィルターの設定方法はauホームページでご確認ください)

**Android™なら**

**あんしんフィルター for au**

**ファミリーリンク**

**iPhoneなら**

**あんしんフィルター for au**

**スクリーンタイム**

**① 使いすぎを防ぐ!\***

生活スタイルに合わせて、利用時間帯を設定できます。

22:00  
18:00  
6:00

夜はNG  
利用OK!

(一例)

**② 有害情報から守る!\***

お子さまにふさわしくないWEBサイトやアプリを自動的にブロックします。

保護者が個別に利用を許可することも可能です。  
※iOSはWEBサイトの閲覧設定のみ可

**③ 利用状況が分かる!**

インターネットやアプリの利用状況を確認できます。

WEBサイトの利用状況  
 ファミリーリンク  
 スクリーンタイム  
 アプリの利用状況

**④ 居場所が分かる!\***

お子さまのいる周辺エリアを表示します。

**◎ 未成年WEBフィルター (Android™/iOS 対応)**

5G対応のスマートフォンでインターネット (Wi-Fi利用時を除く) をご利用中に、アクセスしたサイトのURL情報から、お子さまの利用において不適切と判定されたサイトの利用を制限します。

【あんしんフィルター for auについて】UQ mobileの4G LTE料金プランでのご利用は、「あんしんフィルター for UQ mobile」となります。\*ご利用には専用アプリのインストールが必要です。  
 \*1: iOS標準アプリ(電話、メッセージ等)は利用を制限できません。\*2: iOSのアプリフィルタリングは、一律「12歳以上」が設定されます。「17歳以上」のアプリは利用できません。\*3: 電波を受信しづらい地下街、建物内、ビル陰等では、位置情報の精度が低くなる場合があります。またその他の条件により、お探できない場合があります。電源OFF / 圏外時は、最後に通信した基地局の位置情報となります。  
 【未成年WEBフィルターについて】ご利用にはお申し込みが必要です。5G対応の料金プランへのご加入が必要です。

# 困ったらすぐに相談を

スマホ・ケータイやインターネットのトラブルは想像を超えるスピードで深刻化します。困ったことが起きたら、速やかに専門機関へご相談ください。また、日ごろからご家庭でスマホ・ケータイについて話しやすい関係を作りましょう。

## スマホ・ケータイのトラブルで困った時のご相談窓口

相談内容に応じて、専門の相談窓口等をご案内します。

警察相談ダイヤル…………… #9110

架空請求、不当請求、ショッピングトラブルなど、消費生活全般に関する相談

消費者ホットライン…………… 188  
(消費生活センター等)

少年福祉犯罪、児童虐待事案等について、匿名で通報できます。

匿名通報ダイヤル(警察庁)…………… 0120-924-839  
<https://www.tokumei24.jp/>

いじめ、犯罪等の被害で悩んでいる子どもや、おさまのことで悩みを抱える家族からの相談

都道府県警察の少年相談窓口(警察庁)  
※具体的な被害に遭われた場合や、その危険が切迫している場合などは、お近くの警察署やサイバー犯罪窓口相談へ。  
<https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html>

一方的に送りつけられる広告宣伝メールの相談(不当請求・誹謗中傷メール等は対象外)

迷惑メール相談センター…………… 03-5974-0068  
(一般財団法人日本データ通信協会)

インターネット上の違法・有害情報に関する相談

インターネット違法・有害情報相談センター…………… <https://ihaho.jp>

アプリの機能や操作方法についてのお問い合わせ

アプリ開発者(デベロッパー)にお問い合わせください。  
※デベロッパー情報は、アプリのダウンロード画面に表示されます。

スマホやケータイ、その他電子機器固有の機能やサービスについてのお問い合わせ

各携帯電話会社、ゲーム機メーカー等へお問い合わせください。  
au携帯電話サービスについてのお問い合わせ…………… 0077-7-111  
<https://www.au.com/>  
UQモバイル携帯電話サービスについてのお問い合わせ…………… 0120-929-818  
<https://www.uqwimax.jp/mobile/>

## 子どもも相談できる窓口

チャイルドライン  
特定非営利活動法人チャイルドライン  
支援センター(認定NPO)  
**0120-99-7777**  
18歳までの子ども専用の相談先  
16:00~21:00(年末年始除く)

24時間子供SOSダイヤル(文部科学省)  
**0120-0-78310**  
いじめ等に悩む  
子どもや保護者の相談先

子どもの人権110番(法務省人権擁護局)  
**0120-007-110**  
いじめ、体罰、不登校、虐待といった  
子どもをめぐる人権問題について、  
子ども・大人の相談先

このリーフレットに関するお問い合わせ先

KDDI スマホ・ケータイ安全教室事務局 0120-925-525 / 03-6678-0807(10:00~17:00 土・日・祝日除く)

発行: KDDI株式会社、沖縄セルラー電話株式会社、一般財団法人KDDIグループ共済会 2024年3月  
監修: 兵庫県立大学 教授 竹内 和雄 一般社団法人ソーシャルメディア研究会

COPYRIGHT © KDDI CORPORATION, ALL RIGHTS RESERVED.

# KDDI

# スマホ・ケータイ安全教室

~お子さまにスマホ・ケータイを安心・安全にお使いいただくために~

お子さまと話し合い  
ルールをつくりましょう

フィルタリングを  
設定しましょう

