



インターネットのルール 作っていますか？



みなさんは、インターネット利用について“ルール作り”をしていますか？

「自宅スマホを触るのは〇時まで」「オンラインゲームで知らない人とはつながらない」など、インターネット利用時間を決めたり、夜中にスマホを利用しないように寝る前は家の人にスマホを預けたり、家庭内でインターネットの利用ルール作りをしていないと、トラブルが起きるかもしれません。



ルールを決めていなかったために起こったトラブル事例

トラブル1-昼夜逆転

Aさんは1日に何時間スマホを使っても家の人に怒られません。そのため、Aさんは毎日夜遅くまでSNSを見るようになり、眠る時間がどんどん短くなっていきました。

すると、Aさんは学校に行っても、眠くて授業に集中できず居眠りをするように…。成績がどんどん悪くなってしまいました…。



トラブル2-知らない人と外で…

Bさんの家ではゲームに関してのルールはなく、Bさんは毎日オンラインゲームをプレイしていました。そんな中Bさんは、あるゲームにはまり、ゲーム内で気の合う年代の友達もできました。ゲームをしながら仲良くなるうちに直接会おうという話に…。Bさんはその友達に直接会うため親にだまって出かけてしまい、誘拐されてしまいました。後にわかったことですが、その友達は実は大人で、Bさんを誘拐する目的で呼び出していたのです…。



ルールなくインターネットを使うことにはリスクがあります。 ルールを決めてみましょう。

- ☑ スマホ／オンラインゲームは1日〇時間まで
- ☑ 夜〇時以降はインターネットを利用しない
- ☑ 困ったことや怪しいと思うことがあったらすぐに家の人や先生に相談する
- ☑ オンラインゲームやSNSで知り合った人に一人で会いに行かない
- ☑ 自分や友達の写真・動画、その他の個人情報SNS上に投稿しない
- ☑ 自分が言われていやなことや悪口はSNS上に投稿しない



ルールを守っていくために

自分だけでルール作りをしても、そのルール守るのは難しいこともあります。

ルールを守っていくために、「家の人と話し合いをしてルールを作る」「家の人や友人と共通のルールを決め、一緒に守りながら使っていく」など工夫していくことが大切です。