

令和4年度 地域でつながる家庭教育応援事業 第1回地域家庭教育推進県北ブロック会議

日時：令和4年6月9日（木） 14:00～16:00

場所：自由民主福島会館

参加者：構成員14名 事務局等10名



1 グループ協議の前に情報提供をしていただきました

子どもたちの現状

- 情報は全てネットから（ニュース、テレビ、新聞は見ない）
- ネットの中の「見えない不審者」の存在（年齢、性別の偽り）
- SNSでの誹謗中傷からのいじめの増加
（悪口、動画の撮影、アダルトサイト、本人のなりすまし等）
- 不適切画像の拡散の危険性（削除しても拡散してしまう恐れ）
- 個人情報流出の脅威（無料アプリやポイントの罠）
- 乳幼児期からのタブレットの使用



【福島警察署 蓬田早苗 様】

家族でスマホの使い方を考える！

フェイクを見抜く力を育てる！

何かあったら、大人や警察へ相談することが大切！

2 構成員全員でスマホ依存度チェックを行いました

1 5項目のチェックを行い、自分の依存度をチェックしました。

- ① 携帯電話やスマホに、思っているよりも多くの時間を使っていますか？
- ② 携帯電話やスマホを始めると無意識に時間が経っていますか？
- ③ 携帯電話やスマホを使っていると、時間を忘れてしまいそうですか？
- ④ 人と直接話すよりも、メッセージやツイート、メールをする方が多いですか？
- ⑤ 携帯電話やスマホに費やす時間がだんだん増えていますか？
- ⑥ 携帯電話やスマホに費やす時間を少しでも減らしたいと感じていますか？
- ⑦ 寝ている時も、携帯電話やスマホを（電源がONの状態）枕元やベッドサイドにおいていますか？
- ⑧ 他の作業を中断しても、昼夜問わずメッセージ、ツイート、メールを表示して返信していると思いませんか？
- ⑨ 注意と集中を要する、運転などの作業をしている際にも、メッセージ、ツイート、メールの返信やネットサーフィンをしていますか？
- ⑩ 携帯電話やスマートフォンを使うことで、生産性が低下すると感じることがありますか？
- ⑪ 少しの間でも、携帯電話やスマートフォンがないことに抵抗を感じますか？
- ⑫ 誤ってスマートフォンを車内や自宅に置いたままにしたり、圏外になったり、壊れたりしたときに、気分が悪くなったり不快になったりしますか？
- ⑬ 食事中であっても、携帯電話やスマートフォンをテーブルに置いていますか？
- ⑭ 携帯電話やスマートフォンの着信音、通知音やバイブが鳴ったりしたときに、メッセージ、ツイート、メール、更新などを確認したいという強い衝動を感じますか？
- ⑮ 特に、新しい情報や重要な情報が何もないとわかっていても、1日に何度も携帯電話やスマートフォンを無意識にチェックしていますか？

○の数が・・・

- ・ 1～2個：スマホ依存傾向なし
- ・ 3～4個：スマホ依存傾向あり
- ・ 5個以上：スマホ依存症の可能性
- ・ 8個以上：重度のスマホ依存症



参考：デビッド・グリーンフィールド

<https://virtual-addiction.com/smartphone-compulsion-test/>



3 メディアコントロールの在り方についてのグループ協議より

子どものネット依存はもちろん問題…



でも!

親（大人）のスマホ・携帯の
使用時間が長く依存度が高い！
大人もすでに依存症??

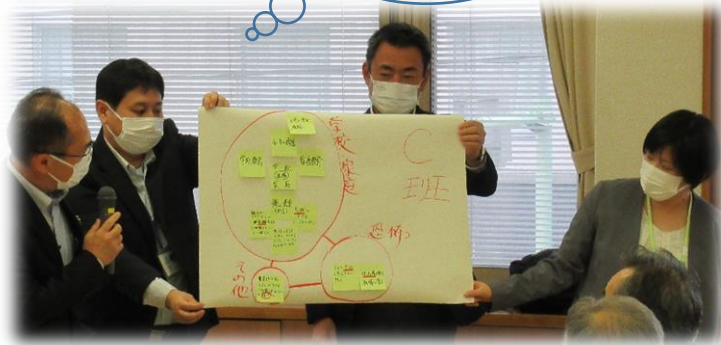
親が学ぶ場（メディア教育）

まずは、親がネットの現状、怖さ、
正しい使い方を知って、子どもたち
の見本になれると…



依存症の予防・対応を知る

すでに依存症になっている大人や
子どもにどのようにかかわってい
たらよいのだろう…



家庭内でのルールを親子で一緒に考える

家庭での会話を多くする

体験活動を充実させる



親が正しい使い方を知ることが
できれば、家庭でも子どもと一緒
にルールを考えたり、正しく
使わせたりできそう!

インターネットやスマホ、タブレットはとても便利で魅力的なものです。
しかし、それらに熱中し、費やす時間が増えていくと依存症となり、生活する上で様々な問題
が生じることがあります。

オンライン化が進む中で、タブレットやスマホなどの使用を禁止したり、時間を制限したり
するだけでは、子どもたちをネットの脅威から守ることはできません。

正しい使い方を知り、ツールとしてうまく活用していきたいですね!

**みなさんも「メディアコントロールの在り方」
について一緒に考えてみませんか？**

