

SNSなどの危険から自分を守るためにできること

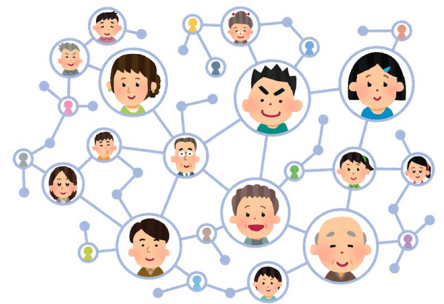
～インターネットトラブル事例集より～

楽しさだけではなく、“危険” もいっぱい！

『出会い系サイト』が法律で規制されて以来、特殊なサイトではなく、SNS などごく普通のコミュニティサイトでのやり取りがきっかけで被害にあう子供が増え続けています。物心つく前から身近にデジタル機器があった高校生以下の世代にとって、SNS によるコミュニケーションは「会って話す」ことや「電話で話す」ことと同じ感覚ですが、大きな違いは相手を目と耳で確かめることができないこと。趣味や話の合う人も、同世代の同性の仲良しも、優しく寄り添ってくれる年上の人も、画面から得られる文字情報・写真・動画が真実とは限りません。

「そんなことわかってる！」と言いますが、「フォローしてくれたのにフォローを返さないのは悪い」「DM（ダイレクトメッセージ）をもらって無視するのは気まずい」と徐々に近づいてしまい、相手の思惑に引きずり込まれてしまうケースもあるのです。

心や体に生涯消えない深い傷を負うばかりか、生命にかかわるような凄惨な事件も起きています。被害は、SNS の使い方も判断力も比較的高いはずの高校生が最も多いことから「被害にあう人が特殊なだけ。自分は大丈夫」と思わないことが重要です。取り返しのつかないことになる前に、SNS の使い方をいま一度見直しましょう。



【自分を守るためにできること】

①まずは普段使うSNSの設定を確認！

- アカウムの公開・非公開
- 自分の投稿を読んでいい人の範囲設定
- 自分がDMを受け取れる人の範囲設定
- 自分の画像へのタグ付けに関する許可設定

など、プライバシーやセキュリティに関する設定を確認しましょう。もしもアカウントが複数あるなら、それぞれの用途に合う設定を行い、使い分けの徹底を！（機種変更等の際は設定を要確認）

②できるだけリアルな相談と発散を！

- イライラしたときは、スマホを置いて深呼吸
- グチは声に出して言う（人に話すのも有効）
- 気持ちを（スマホではなく）ノートにひたすら書く
- 好きなことをして、気分を変える、発散する
- （ ）時を回ったら、それ以上考えずにまず寝る

など、自分なりの“アナログな解消法”をいくつか考えておきましょう。そして、何かあったらネットに頼る前に、家族や先生やリアルな友人に相談を。



③どうしてもネットでのやり取りをしたいときのために「ここまで！」を決める

ネットに気持ちをぶつけても、現実に戻った途端にぶり返す可能性が。それでもSNSなどに寄りかかりたいと思うなら、弱った心に付け込まれないよう、これ以上踏み込まない限界と対処法を決めておきましょう。

□普段いつも発信しているアカウントには、**深刻なこと、プライバシーに関することは、書き込まない**
□SNSで話をした人から急にDMが届いたら「ありがとう、あとはSNSで！」と返すなど、**DMを断ち切る**

□時間が経つほど断りづらい！イヤなこと、不安なことは「どうしよう…」と**迷ったら、すぐ&ハッキリ断る**

□しつこく誘われたり脅されたりしても、**決して応じず、独りで抱え込まず、保護者や先生など身近な大人に相談する**

□周囲に相談しづらいとき、相談できる人がいないときは、**警察や専門の窓口に相談する勇気を持つ**



<相談窓口>

◇生活の安全や不安に関する相談窓口（児童・生徒／保護者対象）

最寄りの警察署または警察相談専用電話 **#9110**（受付時間：24 時間）

福井県警察の少年相談窓口（ヤングテレホン **0120-783-214、0776-24-4970**）

（受付時間：平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分）

◇いじめ問題などの相談窓口（児童生徒／保護者対象）

文部科学省 24 時間子供 SOS ダイアル **0120-0-78310**（受付時間：24 時間）

◇インターネット上の誹謗中傷、無断掲載などの相談窓口

法務局・地方法務局 子どもの人権 110 番 **0120-007-110**

（受付時間：平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分）

◇チャイルドライン（18 歳以下の青少年対象の相談窓口）

（NPO 法人チャイルドライン支援センター）

0120-99-7777（受付時間：毎週月曜日～土曜日／午後 4 時～午後 9 時）

<http://www.childline.or.jp>（インターネットでも相談を受け付けています）

◇買い物などでのお金についてのトラブル

消費者庁 消費者ホットライン **188**

<参考> ・総務省「インターネットトラブル事例集（2018 年度版）」 P26

http://www.soumu.go.jp/main_content/000590558.pdf

・内閣府「ネットの危険からお子様を守るために 今、保護者ができること」

https://www8.cao.go.jp/youth/kankyau/internet_use/h29/pdf/leaf-print.pdf

本メールに関して御質問、お問い合わせがある場合は下記まで御連絡ください。

【担当】福井県安全環境部県民安全課 角田

☎:0776-20-0745（直通） メール：h-kakuda-um@pref.fukui.lg.jp