

# コミュニケーション編

## ～予期せぬトラブルに備えて～

インターネットは、コミュニケーションツールとしてなくてはならない存在。その便利さは、

**善人にとっても悪人にとっても同じ** です。

本当の姿を隠して近づいてくる人がいることを忘れて使うと危険です！

また、**言葉の暴力による加害・被害** も後を絶ちません。ネットでのやりとりには細心の注意と思いやりを!!

メッセージアプリ、SNS、ビデオ通話、ボイスチャットなど、ネットを使えばいろんなコミュニケーションができるよね。多くの人を使うようになったからこそ、予期しないトラブルにみまわれることもある。まずは、一番身近な使い方に向き合ってみよう!!



# インターネットを コミュニケーションツールとして使うために 正しく知っておきたいこと & 心がけたいこと

サービスや技術の進化・向上に伴い、インターネットは多くの人々にとってなくてはならない手軽で身近なコミュニケーションツールとなっています。家族間の連絡、友達や仲間同士の会話以外にも、オンライン授業や学級委員会・生徒会・部会、遠隔地にいる会いたい人とのビデオ通話など、年齢を問わず、文字や音声に留まらないやりとりが行われています。

一方で、そういったインターネットを介したコミュニケーションがきっかけとなる事件やトラブルも多発しています。そのため、多くの青少年が利用するサービスやアプリには、対象年齢を定めたり、DM(ダイレクトメッセージ)などを直接やりとりが出来ない設定になっていたり、さまざまな工夫が施されているのです。

以下は、学年ごとのポイントについてまとめたものです。具体例として参考にしながら、家庭・学校・地域の環境によって柔軟に応用しご活用ください。

## 未就学児

### 大人と一緒に使うことで安全と学びを

幼い子がなかなか会えない祖父母とビデオ通話をするご家庭も増えました。でも、自由にやりとりをさせるには、まだちょっと早い。年齢的に、**スマホやタブレットを勝手に使う習慣がついてしまうのも避けたい**ところです。

そこで、正しい使い方を学ぶ良い機会と捉え、**保護者と一緒に使うお約束**をしましょう。相手からかかってきたときは「出るのではなく、教えてね!」がベストです。



## 小学生

### 家族、学校の友達など、範囲を限定して

若者に人気のSNSの多くは、アカウント登録年齢が13歳以上。ゲームや動画配信なども、**コミュニケーションができるタイプで小学生が対象のサービスはほぼありません**。高学年であっても、対象年齢に満たないアプリを使い誘い出された事件も起きています。

やりとりが可能な**SNSやゲームは保護者や中学生以上の兄姉と一緒に使い、メッセージアプリ等は、家族や学校の友達限定**で!

## 中学生

### リアルな友と見えない相手異なる心構え

自分のアカウントを作る年齢となり、ネットを介した部活の連絡や友人とのおしゃべりが増える頃。特に表情が見えないやりとりは、**誤解や勘違いが生じたり、思いやりのない言葉で誰かを傷つけたり**することも。**相手が目の前にいるとき以上に気を配ることが**大切です。

同じ趣味や共通の話題が多いネットだけの友達ができるのもこの頃。**言葉や画像が本当の姿とは限らない**ことを絶対に忘れないで!



## 高校生

### 全てが自己責任となる18歳に向けて

それまで使えなかったアプリや機能の一部が解禁される年齢。これを大人へのステップと捉え、**自分の身や将来に負の遺産を残さない使い方**をマスターすることが重要です。

最近は、話を合わせ近づき、時間をかけて信頼させてから本性を出すケースも増えています。何でも**都合良く受け取らず、自分の感覚や判断を過信せず**、一歩引いて冷静なやりとりを!**相談は身近な人が専門の窓口へ**。

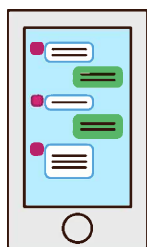
そして、安全に賢くネットを活用できる18歳へ

成年年齢の引下げにあたって学んでおきたいこと (P31)も併せてお読みください。

# 1 グループトークでの友人とのトラブル

うっかり「？」をつけ忘れたために

一方的にグループから外されてしまった



Aさんは仲良しグループのトーク画面で、メッセージの最後に「？」をつけ忘れたまま送信してしまったことに気づかず、すぐにお風呂に入ってしまった。

お風呂上りにスマホを見ると、「ひどい！」などのメッセージが。誤解を解こうとしても、反応なし。Aさん以外のメンバーは別グループを作り、Aさんを外したのです。

考えてみよう！



▶ 学べる！  
プチ動画①



会話の流れが速く、ささいなことでも誤解や感情の行き違いが生じやすいグループトーク。トラブルに発展することなく、仲良く使い続けるために気をつけたいことは？

### A. 誤解を与えないために

「？」と「！」では意味が真逆になることもある文字の会話。記号やスタンプ、(^\_^)のような顔文字を活用して、気持ちが正しく伝わるよう工夫しながらやりとりすることが大切です。

### B. 速くて複雑な会話だから

グループトークはテンポが速く、複数の会話が並行して飛び交います。話の途中で参加すると流れをつかむのが大変ですが、曖昧なままやりとりせず送る前に“見直す”ことを習慣に！

### C. ムカッ！イラッ！としたら

どんな相手でも、嫌な気持ちになることはあります。そんなときは感情をすぐにぶつけず、一呼吸して考えて。文字だとケンカになりそうなら、電話で話してみるのも良い方法です。

解説

## グループトークに起因する“いじめ”も、パターンはさまざま

スマホやSNSの普及で新たな問題となったのが、いわゆる“SNSいじめ”。これまでの、1人の子を多数で追い詰める、発言を無視する、いじめ・嫌がらせのネタとなる写真や動画を共有する、グループから外す(または新たなグループを作り会話を移動)などに加え、「ステメ※」を悪用した嫌がらせも全国で起きています。

メンバー以外を読むことができないグループトーク、誰宛てかを一切書かない悪口ステメ※、いずれも人目につきにくく発見が遅れがち。身近な大人が日々の様子や会話から変化・違和感を察することが早期発見・解決の鍵。また、子供自身も気になる画面をスクリーンショット等に残して保護者や先生に相談しましょう。

ワンポイント  
アドバイス

自分の意見を押しつける、空気に流され本心ではない意見に同調する、ということをしてない心がけと、お互いに相手を思いやる気持ちを大切に。

※ステータスメッセージの略で、メッセージアプリのプロフィール欄に書ける一言メッセージのこと。ステメを使ったいじめやトラブルが増えている。

## 2 自撮り写真の交換に端を発した脅迫被害

### 同性のステキな友達だと信じていたのに



好きなアーティストの話題で意気投合した同じ歳のBさんと直接やりとりを始めたCさん。やがて、誰にも言えない秘密も打ち明けられる仲になりました。

### 写真を送ったら態度が急変、脅迫された



Bさんの写真が届き、嫌われたくなくて自分の写真を返信した途端、写真付きで秘密をネットに拡散されたくなければ裸の写真を送れと脅されました。

### 考えてみよう!



話が盛り上がる相手は嬉しい存在。でも、思惑があって共通の話題で近づいてきた人だったら、やりとりした内容が脅しのネタに。こんな被害を防ぐために、できることは?

#### A. 裸の画像は送らない

一度、ネット上に流出した画像は、全てを回収・削除することはできません。また、友達などに裸の写真を送らせたり、裸の写真を他の人に送信・転送したりすることは「犯罪」※です。

#### B. 情報の組み合わせに注意

フォロー相手や友達との会話で名前や学校名が知られてしまうと、顔写真1枚でも脅しのネタにされる可能性が! ネットだけの知り合いに、秘密や内緒ごとを打ち明けるのはとても危険です。

#### C. 深みにはまってしまいう前に

偽りの投稿ができるだけでなく、写真や動画の偽装もできる時代。目に見える情報を簡単に信用してはダメ、一度送った情報は取り戻せないことを忘れずに。困ったら身近な大人に相談を!

### 解説

## 言葉巧みに近づく人を、見える情報だけで判別するのは不可能

政府インターネットテレビでは、実際の事件を基にしたドラマ仕立ての動画を公開しています。悪意ある大人の巧妙な手口を、動画で疑似体験できますので、ぜひ参考にしてください。

自撮り被害児童のほとんどは中高生。仲良くなりたと思わせて個人情報を聞き出し、写真を送らせて脅す手口の一部始終を、じっくり考えながら視聴し、時間をかけて真剣に話し合ってみましょう。



### ワンポイントアドバイス

「自分だけは大丈夫」と思って注意を怠ることが一番危険! DM等で写真をやりとりしない & 秘密を話さない。これが安全の鍵です。

※18歳未満の性的な写真・動画の製造・提供・所持は、児童買春、児童ポルノに係る行為等の規制及び処罰並びに児童の保護等に関する法律違反となるおそれがあります。



### ③ 心のよりどころだったSNS上の知人による誘い出し

ネットで出会った相談相手に会いに行き



※ DMは「ダイレクトメッセージ」。複数の人たちとやりとりする場でのメッセージでなく、個人同士が直接やりとりできるメッセージ機能。

辛いことが続き、SNSにつぶやいていたDさん。  
気持ちが落ち着くメッセージをくれる人に出会い、  
DMでやりとりするうちに、会いに行くことになりました。

そのまま連絡がつかなくなってしまった



出かけたきり家に帰ってこなくなり、家族が警察に相談。誰にも言わずに会いに行ったことは、DさんのSNSの記録を確認して初めてわかったのです。

考えてみよう！



▶ 学べる！  
プチ動画③



ネットだけの交流では、顔、姿、気持ち、メッセージ、どれも本物かどうかわかりません。それなのになぜ、ネットで知り合った人を信じたり頼りにしたりしてしまうのでしょうか？

A. 知らない人のほうが便利？

自分を直接知っている人と、ネットだけでやりとりしている人。優しい言葉をかけられて嬉しいのはどっち？ ネットなら余計な詮索をされずに済み、都合がいいだけではありませんか？

B. どうしてもSNSを使うなら

中には本当に親身になってくれる人もいますが、上辺だけの人も山ほど。どうしてもSNSに頼りたいなら、「深入りしない」「DMを警戒し、個人的なやりとりはしない」を徹底しましょう。

C. 親身になってくれる人に

- 気持ちを察してくれる友人
- じっくり話を聞いてくれる家族
- いつも相談にのってくれる先生に知られたくない、心配をかけたくないと思っても一番安全な身近な人に話をしてみましよう。

解説

#### 成長過程で生じる不安定な感情につけこまれる危険

多くの子供がSNSを活用し始めるのが、仲間との関係が大事で、悩みもモヤモヤすることも多い思春期の頃。感情の行き違いはしばしば起こり、辛さやイラ立ち、「大人はわかってくれない！」など、リアルな生活で受けたストレスをネットにぶつけることで自分の気持ちをコントロールしようとする人も少なくありません。

でも、そんな心理状態や判断の甘さを知って、近づいてくる危険な大人もいます。ネットの向こうにいるのが悪い人かもしれないことを知りつつ、リスクよりもそのときの感情を優先しがちな時期。ネットで知り合った人に深入りしないよう「ここまで！」の限界を話し合い、意識して使うことが危険回避の第一歩です。

ワンポイント  
アドバイス

ネットだけの知り合いとのやりとりは、他の人からも見える場所で！  
周囲に知られたくない悩みなら、専門の相談窓口を利用しましょう♡

※ 厚生労働省サイト『まもろうよ ころ』に掲載されている相談窓口もご利用ください。▶ <https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



もっと  
深掘り!

## 「ネットで知り合った人」とのやりとりについて真剣に考える

SNSなどのコミュニティサイトを介したやりとりには楽しさだけでなく、“危険”もいっぱいです。最近では、SNSのやりとりに端を発した誘拐事件や生命に関わるような凄惨な事件も起きています。

特にDM(ダイレクトメッセージ)\*によるやりとりは、本人にしかわからないことから、犯罪に巻き込まれるなどの被害が後を絶ちません。「被害にあう人が特殊なだけ、自分は大丈夫」と油断しないことが重要です。自分を守るために、次のようなことを心がけましょう。

\* DM(ダイレクトメッセージ): 複数の人たちとやりとりする場でのメッセージでなく、個人同士が直接やりとりできるメッセージ機能。

### 自分を守るためにできることは？

#### 1. 日ごろよく使うSNSの“プライバシー設定”を行いましょ

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

などのほか、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再確認しよう）

#### 2. SNS利用の「ここまではOK」「ここからはNG」を決めておく (DMのやりとりはしない、個人的なことは発信・投稿しない等、以下を参考に)

- 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、不安なことで「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、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、**勇気をもって警察や専門の窓口\*に相談する**

#### 3. ネットだけに頼らずリアルな解決法も大事にしよう

イライラした時は、  
スマホを置いて深呼吸  
音楽を聴く、好きなことをする等  
気分をかえてみるのもオススメ!



溜まっているモヤモヤ・イライラを  
ノートにどんどん書いて、  
声に出して言って、  
吐き出してみることも効果アリ



悩んでしまった時のために  
考える時間を決めておいて、  
その時間を過ぎたら  
それ以上悩まず寝てしまおう Zzz



家族や先生  
心を許せるリアルな友人  
などに相談してみても？

\* 地域や学校の「SNS相談窓口」があれば、それも活用してみよう!



※ 下記URLより「内閣府 ネットの危険から子供を守るために『各種相談窓口』」をご参照ください。

▶ [https://www8.cao.go.jp/youth/kankyuu/internet\\_use/soudan.html](https://www8.cao.go.jp/youth/kankyuu/internet_use/soudan.html)

