

スマホ時代の子育て

幼児・児童編

悩める保護者のためのQ&A

どうしたらいいの？



大丈夫かなあ？



もうこんな時間？



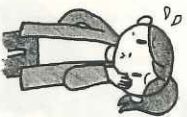
どうすれば使い方を
守らせることが
できる？



子どもがスマートフォンやゲーム機を使うようになったら、どんな
ことに気を付ければ良いのでしょうか？大切なのは、使い始めです。
安全で上手な使い方や習慣づくりを、家族で一緒に確認しましょう。



スマホ時代の保護者はどんなことに気を付け、どんな準備をするべきなのでしょう？



子どもがゲームをしたいと言います。
親はどう対応したらいいでしょう？



子どもをゲームで遊ばせる場合は、
保護者がゲームの内容や使用時間について判断し、
上手にコントロールしてあげることが大切です。

早くから習慣的にゲームをする
と、その後のゲームへの依存度に影
響が出る可能性があります。
とはいえ、「お友達と遊ぶのに
ゲーム機がほしい」といったご家庭
もあるでしょう。

最初に、ゲームの内容が子どもの
年齢に適正なものか保護者が判断
し、使用時間などコントロールをして
あげることが大切です。
また、外遊びの時間を十分確保し
てあげることも大切です。



Q

ゲームの内容が、子どもに遊ばせても
よいものかどうか、正しく判断するには
どうしたらいいですか？



ゲームソフトやアプリに表示されている
「〇歳以上」という年齢区分マーク(レーテイング)を
活用しましょう。

ゲームソフトやアプリには、「〇歳
以上」という年齢区分マーク(レー
テイング)が表示されています。

ゲームの内容が子どもの年齢に見
合ったものかどうか、使い始める前
に保護者が判断してあげるとよいで
しょう。



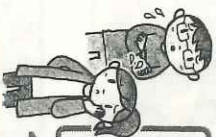
保護者がしなくてはならないこと 年齢区分マーク(レーテイング)の確認

① 全ゲームに対象年齢基準があり
ます。市販のソフトはパッケージ
で、アプリはストア内の説明部分
で対象年齢を確認し、子どもに
合わせたものを選びましょう。

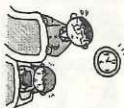


② 動画視聴の際には、安全で使い
やすい子ども専用のアプリがあ
ります。子どものスマホに導入
し、活用すると良いでしょう。
(例: YouTube Kidsなど)





子どもがスマホやゲームに熱中しすぎて、生活リズムをちゃんと守れるか心配です。



使用時間などをルール化して、生活リズムを守るよう促します。フィルタリングを始めとするペアレンタルコントロールを活用し、使用時間や利用環境を整えてあげましょう。

保護者(ペアレント)は、日頃から、子どもによる機器の使用状況を正しく把握しておくことが大切です。

使用状況の把握や、保護者のサポート機能として、ペアレンタルコントロールやフィルタリングを上手に活用しましょう。



保護者がしてあげられること ペアレンタルコントロールの活用

ペアレンタルコントロールは、子どものスマートフォンやタブレット、ゲーム機の利用状況を、保護者が把握したり、安全管理を行ったりする仕組みです。プレイ時間の制限・調整、課金等の管理、ネットワー利用の制限、年齢区分(レーティング)のチェック等を行うことが可能です。

① OS事業者(Apple・Google等)が提供する、ペアレンタルコントロールのサービスを活用しましょう。



スマートフォン



設定アプリの「スクリーンタイム」をオンにする



ファミリーリンク



ファミリーリンク



② 各ゲーム機にもペアレンタルコントロールのサービスがあります。各説明書やホームページなどで確認し、最初に設定しましょう。

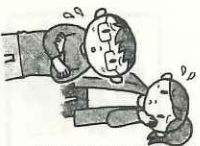
保護者がしてあげられること フィルタリングの活用

フィルタリングは、有害な情報やうつかりアクセスによるトラブルから、子どもを守る機能です。

① 販売店に子どもが使用する場合があるので、フィルタリングを使うようにしたいいと伝えれば、設定してもらえます。



② 大人が利用する際は、フィルタリングの設定は簡単にオン・オフすることができます。保護者の機器を子どもに貸す場合、契約の切れた端末を子どもが使用する場合なども、フィルタリングを設定することが大切です。

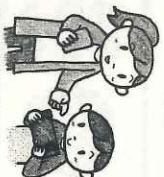


スラホやゲーム機の使い方について、
どんなルールを作ったらいいいですか？



まずは大人がお手本に。
家族みんなでルールを決めて守りましょう。

子どもにスタートアップやタダ決めて、大人も含めた家族全員がルール守って利用ルールを守らせるには、ルールの内容を家族全員で相談して



ゲーム機の設定は親子で
確認し合いながらやりましよう

ルールづくりのヒント 家族みんなで話し合い、「わが家のルール」を作しましょう。

① 11月まで「どれくらい等、子どもにもわかりやすいもの」にしましょう。

2 作ったルールをちゃんと守れるか、お試し期間を設け、守れたらほめてあげましょう。

③ ルールを守れないときは、3日間保護者がゲーム機を預かるなどのルールを設け、ルールを守る習慣をつけさせましょう。ルールがあまり守れないときや、子どもの成長に応じてルールを見直すことにしましょう。

ル—ル044

- ☐ みたい、あそびたいときは、お父さん、お母さんにかくにんします
- ☐ あそんでいいのは1日　　まで
- ☐ 自分にあつたゲームやアプリカ、お父さん、お母さんとかくにん
- ☐ してから、あそびます
- ☐ お父さんにばいやる前は、つかうのをやめます
- ☐ ごはんの時間は、つかいません
- ☐ ひどくお話しているときは、つかいません

わか"家"のルールを人たて"まえる"ね

① ごはんやおやつのかんと
ねるまえはつかいません

② ゲームであそぶときは、リビングであそびます

れいわ 年 月 日
みんなのサイン

※家族の目にとまる場所に貼るなどしてみんなで守りましょう！

困ったときの相談窓口

#916#



188
渠壩者片



違法・有害情報
相談センター



子ども的人権110番
(法務局・地方検察局)



インターネット
人権相談



#9110は、荷役内を要するが、職業生活等の台詞や口調に似ていて、本物の電話の音と聞き分けにくいところなど、真偽ではない相模の窓口を受け付ける窓口です。

商品やサービスと消費生活全般に関する苦情相談等について、全国の消費者生活センターが対応している「Webチャット」を受け付ける窓口です。

インターネット上の違法・有害情報、子どもの人格権に関する相談受付け等（全国共通）受付
所：〒816-0836（7月1日分）
0120-007-110

電話とは相いしくないとはいえ、メールでも受け付けています。
<https://www.jihken.go.jp/>

「スズホ時代の子育て」参考リンク集

10歳頃までの
お子様へのネット利用対策

未成年者の情報機器利用
保護者向けセルブチエツク
リスト(3歳から6歳)

スラブのある時代の
子育てを考える
(お役立ち情報)

製作：
政心ササンプレミアム促進
協議会

制作:
子どもたちのインター
ネット利用について
考える研究会

制作:
NPO法人e-Lunch

制作:
(独)情报处理推进
机构(IPA)

制作：
任天堂株式会社



監修・ご協力
尾花 紀子(ネット教育アナリスト)/坂元 章(お茶の水女子大学 基礎研究院人間科学系 教授)
中山 秀紀(独立行政法人国立病院機構久米浜医療センター 医長(精神科))/松田 直子(NPO法人 e-Lunch理事長)
※敬称略 五十音順

※敬称略・五十音順

中山 秀紀(独立行)