

# Q ルールづくりってどうすればいいの？



A ママ、パパだけでなく  
子育てに関わる人みんなでお考えましょう。



## ルールを守る=正しい使い方のトレーニング

乳幼児期は、子どもがネットの正しい使い方を身につけられるよう、しつけとしてルールを考えてあげることが大切です。保護者だけでなく、子どものお世話をしてくれる祖父母等の意見も聞き、周りの大人全員でルールを共有できるといいですね。

また、子どもは、身近な大人をよく見ています。大人がお手本となる使い方をしましょう。

決めたルールがうまく守れない時や、子どもの成長にあわせて、ルールの見直しも重要です。守れたら、たくさんほめてあげましょう。



### お約束(ルール)の例

- 遊びたいときは、お父さん・お母さんに聞きましょう。
- ごはんとおやつのはかみ、寝る前はやめましょう。
- 遊ぶのは、リビングで。
- 1日 分(時間)まで遊んでいいよ。



## 困った時の相談窓口

犯罪等のトラブルに遭ったときは

**#9110**

警察相談専用電話



子どもが誤って契約・課金したときは

**188**

消費者ホットライン



ネットで誹謗中傷を受けたときは

**違法・有害情報相談センター**



## 参考リンク

ネットを安全に利用するために

**10歳頃までの  
お子様への  
ネット利用対策**

制作: 一般社団法人安心ネットづくり促進協議会



ゲーム・スマホでお悩みの保護者へ

**子どもとネットの  
トリセツ**

制作: 一般社団法人安心ネットづくり促進協議会



機器の使い方についてチェック

**未就学児の情報機器利用  
保護者向けセルフ  
チェックリスト  
(3歳から6歳)**

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



ネットの安全利用の注意点について

**「はじめまして、ペア  
コです。～親と子の  
スマホの約束～」**

制作: 独立行政法人情報処理推進機構



安心してゲームを楽しむために

**Nintendo  
みまもりSwitch**

制作: 任天堂株式会社



ネットとの向き合い方でお悩みの方へ

**デジタル時代の  
子育てを一緒に  
考えてみよう!  
低年齢層(～6歳程度)の  
保護者対象**

制作: 総務省



# ネット・スマホの ある時代の子育て

乳幼児編

子どもたちのために♡スマホ＆ネットの見せ方・使わせ方アドバイス

**家事等で手が離せないとき  
ネットで動画を見せています。  
ひとりでおとなしく  
待ってってくれるので。**

**見守りながら用事ができるのは  
助かりますよね。  
調査では、2歳児の62.6%※がネットで  
動画等を見ていて、前年の43.8%  
から大きく増えています。  
安全な使わせ方を  
考えましょう!**

**うちでは私たちの  
スマホを貸して  
そのまま使わせています。  
子どもだけで使う  
こともあります。**

**幼い子どもに貸すときは、  
一時的に小学生用フィルタリングを  
オンにすることをお勧めします。  
実は、低年齢の子どもが使うスマホで  
フィルタリングを利用する人は15.7%※。  
10～17歳(44.5%)の約3分の1  
という状況を心配しています。**

※令和3年度内閣府青少年インターネット利用環境実態調査より

上手な使わせ方や安全設定は、次のページで。▶▶▶



**上手な活用** **Q** 子どもにネットを使わせていますが、不安もあります。

**A** これからはネットがますます身近に。正しく知って上手に使いましょう。

**ネットだからできること、リアルだからできること**

遠くの祖父母とビデオ通話を楽しんだり、珍しい動物を見たりと、インターネットは子どもの好奇心を満たす道具です。

でも、実際に子どもが自分の目で見ること、手でさわって確かめるなど、五感を使って体験することも、とても大切です。リアルとネット、どちらもバランスよく体験させてあげましょう。



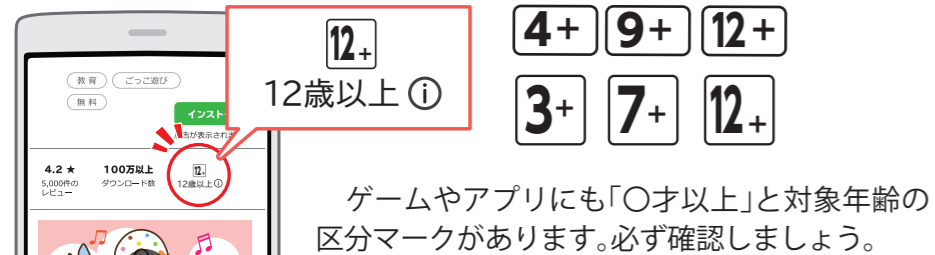
**ご存知ですか?** **デジタル社会を生きる子どもたちのために**  
 これからの社会では、ネットの良い面も危険な面も正しく理解して、上手に活用していくことが求められます。今のうちから、どう使うと良いかを親子で一緒に考え、デジタルスキルや社会性を育てていきたいですね。

**安全設定** **Q** 親のスマホをそのまま使わせていますか…。

**A** 親のスマホにもフィルタリングやアプリの安全設定をしましょう。

**子どもが使うスマホにはフィルタリングを**

フィルタリングは、青少年に不適切な情報(アダルト・暴力など)やうっかりアクセスのトラブルから子どもを守るツールです。オン・オフ切り替えが簡単なものがありますので、保護者の機器にフィルタリングを導入し、子どもに貸すときにはオンにしましょう。また、子ども用アプリや年齢区分に合ったアプリを使わせましょう。



**安全・安心子ども用アプリ**

**子どもにぴったり! YouTube Kids**  
 YouTube Kidsは、子どもに見せたくないチャンネルをフィルタリングできる、子ども向けYouTubeです。無料で見られます。テレビで見ることでもできます。

**困ったときの検索ワード** **子ども向けアプリを入れる容量がない時は**  
 YouTube 制限付きモード 検索

**長時間利用** **Q** 子どもが動画をずっと見ていて、なかなかやめてくれません。

**A** 子どもはまだ自分でコントロールできません。保護者が調整してあげて。

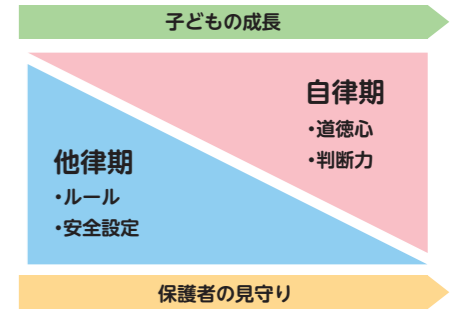
**大人が正しい生活リズムに導く他律期**

乳幼児は、正しい生活習慣を身につけさせたい大切な時期(他律期)。子どもが成長とともに自律していけるようサポート(ペアレンタルコントロール)してあげましょう。

過度な使用を避けるため、時間管理ツールを利用したり、使う場所(リビングなど)を決めることをおすすめします。

**時間管理に便利なツール**  
**スクリーンタイム (iPhone)** · iOS 12以降  
**Digital Wellbeing (Android)** · Android OS 10以降

**困ったときの検索ワード** **動画を長時間だらだら見ないようにしたい**  
 YouTube 自動再生機能 オフ 検索



**保護者も学ぶ** **Q** 大人も知っておいた方がよいことは?

**A** 保護者も改めて、ネットの安全性について知りましょう。

**子どもの安全を守るために気をつけること**

子どもの写真や動画をSNSにアップする前にちょっと待って。名札など個人が特定できるもの、撮影場所が分かるものなどが映っていると、犯罪に結びつくこともあり注意が必要です。また、自分の子以外の子どもが映っているものを無断でアップするのもNGです。必ず、その子の保護者に相談しましょう。



**ご存知ですか?** **正しい情報が見極めましょう**  
 ネット上に上がっている子育て情報も必ずしも信頼性が高いものとは限りません。きちんとしたデータにもとづくものが、情報の出どころを確認しましょう。

