

## 情報社会におけるSNS被害を考える

— SNSによるネットトラブルやゲーム依存症から生徒を守るために—

開倫塾

塾長 林明夫

Q：栃木県上三川町の事件はじめ、SNSに関連した事件やトラブルが多発しています。このような事件やトラブルに巻き込まれないためには、どうしたらよいでしょうか。

- A：(1)子どものネットトラブルの原因は、スマートフォンを持つ子どもの増加にあると考えます。
- (2)こども家庭庁の最新の調査結果では、小学生の70.4%、中学生の93.0%、高校生の99.3%が自分専用のスマホを使用し、一日に3時間以上ネットを利用している小学生は57.3%、中学生は71.8%、高校生は81.4%いる実態が明らかとなりました。また、ネットの利用内容では、小・中・高校生ともに「動画を見る」「ゲームをする」「検索する」が上位を占めました。
- (3)スマホでのネット利用は、家庭以外の場所で行われることも多く、子どもたちのネット利用がネットトラブルに結びつくケースも増加しています。2020年のコロナ禍以降、ネットトラブルに関する相談件数は増加傾向にあります。相談内容では、「ネットいじめ」「情報セキュリティ」「個人情報関連」「削除方法」が上位を占めています。

Q：子どもたちが巻き込まれるネットトラブルには、どのようなものがありますか。

- A：(1)「書き込みやメールによる誹謗中傷やいじめ」  
SNSに悪口を書き込んだり書き込まれたりするなどして、ネットによる人身侵害やいじめの加害者や被害者になる。
- (2)「個人情報の流出」  
SNSに個人情報を記載したことで、アドレスや写真などが流出し、勝手に使われたり嫌がらせを受けたりする。
- (3)「闇バイトで犯罪に加担」  
気軽な感覚で高額バイトに応募して、知らないうちに特殊詐欺や強盗などの犯罪に加担している。SNSで「高額バイト」「即金」「簡単」などの言葉が並ぶときは危険です。
- (4)「無料ゲームサイトでの有料サービス」  
無料とされるオンラインゲームで遊ぶうち、知らない有料アイテムを購入して高額の代金を請求される。
- (5)「SNSで知り合った人からの性的被害」  
出会い系サイトの他、ゲームサイトで知り合った人からの誘いに応じて、性的被害を受けるなどの深刻なトラブルに巻き込まれてしまう。  
最新のデータではおよそ1,700人の子どもたちが被害者となっています。  
小学生で被害に遭うケースも増加しています。

Q：どうしたらよいでしょうか。

A：このような実態が大きな社会問題になっている昨今、子どもたちがトラブルに巻き込まれることなく、安全かつ安心してネットの利用ができるために、「**家庭での見守りと対話**」が、子どもを守る大きな力になります。

Q：保護者の皆さんが子どもたちのために知っておきたい、やっておきたいことは何ですか。

(1)「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とは、OS(Operating System)事業者やアプリ開発業者から提供される、スマホの使用状況を保護者が把握したり、安全管理を行ったりするサービスです。プレイ状況の確認や課金の制限など、子どもの使用状況に応じて上手に活用しましょう。

(2)「フィルタリングの利用」

子どものスマホ利用には、不適切な情報へのアクセスを制限するフィルタリングを利用し、出会い系サイトやアダルトサイト、暴力的な表現のあるサイトなどの閲覧ができないようにしましょう。18歳未満の子どものスマホ利用に対しては、どの携帯電話会社でもこの設定ができますので、上手に使って子どもたちの安全を守りましょう。

(3)「ルール作り」

一度作ったルールは、子どもの成長とともに少しずつ見直していくことが大切です。これによって、ネットやSNSなどを利用する際のルールやマナーを守る習慣を身につけさせましょう。

○このような基本的な対策を知っておくだけで、多くのトラブルは未然に防ぐことができます。

Q：ゲーム症への対応方法は何か。

A：(1)「**ゲーム症への対応では、依存に陥らないための予防が何よりも大切**」です。

(2)ゲーム依存を予防するには、**家庭でのルール**づくりが欠かせません。特に、子どもの年齢が低いほどルールは効果的に機能します。例えば「**プレイ時間を決める**」「**課金は必ず親に相談する**」「**寝る前はゲームをしない**」といった具体的な取り決めを、親子で話し合いながらつくるのが大切です。こうしたルールは単なる制限ではなく、子どもが自分の生活を見直し、健全な習慣を身につけるための教育的な機会にもなります。

(3)さらに、**家庭だけでなく学校や地域とも連携し、子どもを支える仕組みを整える**ことが望まれます。

Q：海外の動きはどうか。

A：(1)2023年、当時のアメリカ公衆衛生局ヴィヴェック・マーシー長官は、米国で初めて「**SNSと若者のメンタルヘルスに関する勧告**」を発表し、SNS利用と青少年の精神的健康に関する警鐘を公式に鳴らしました。そこでは、**SNSの影響には正負の両面があるものの、負の影響の方がはるかに大きい**ことを指摘しました。

(2)この他にも、**16歳未満のSNSアカウント所持禁止**(オーストラリア)、**15歳未満の利用には保護者の同意が必要**(フランス)、**15歳未満の利用制限を検討中**(ノルウェー)など、若年者のSNS利用に歯止めをかけようとする動きが世界中に広がっています。

(3)OECD(経済協力開発機構)は3年ごとに実施しているPISA(学習到達度)調査の結果から

も、ネット依存が世界的に蔓延している実態が明らかになっています。日本もその例外ではなく、今こそ国家レベルでの本格的な対応が強く望まれています。

○以上、この分野で第一人者である神野美智男先生著「詳説 思春期の理解 心理からメンタルヘルスまで」溪水社 2026年2月10日刊より引用させていただきました。

Q：学習塾・予備校・私立学校の経営幹部の先生方にお伝えしたいことは何ですか。

A：まずは、ご自分の担当する児童・生徒から、ネットトラブルやゲーム依存症に陥る教え子が出ないように、関連するニュースを子どもたちに紹介することが第一。神野先生の先ほどのご著書などで先生としての理論武装をすることが第二。仲間の先生方とチームを組んで、子どもたちがネットトラブルやゲーム依存症に陥らないようにするにはどうしたらよいか考え、行動することが第三。がんばりましょう！

Q：最後に一言どうぞ。

A：今月も、先生方がお読みになれば参考になる本を、何冊かご紹介させていただきます。

(1)一冊目は、神野先生の先ほどの御著書で、参考文献として第一に掲げられていた、この分野での世界的ベストセラー、アンナ・レンプケ著「ドーパミン中毒」新潮新書、新潮社、2022年10月20日刊です。様々な「中毒」をどのように「断ち」、「回復」を目指したらよいかを考え、挑戦を促す、名著です。

(2)二冊目は、田中美知太郎著「読書と思索」第三文明社、2025年12月18日刊です。名著の復刊です。子どもたちに読書の価値や面白さを伝えるのに役立ちます。

(3)三冊目は、大内兵衛・茅誠司他著「私の読書法」岩波書店、1960年10月20日刊です。「途中で読んだ本を読み直すときは、最初から読むと驚くほどよく理解できる」など、参考になる「読書法」が満載です。

(4)四冊目は、野上彌生子著「秀吉と利休」中公文庫、中央公論新社、1973年11月30日刊です。NHK大河ドラマ「豊臣兄弟」も後半に入りますので、ドラマに合わせて野上彌生子氏の名作に親しむのも趣(おもむき)深いと考えます。

(5)五冊目は、渋滞学の第一人者、西成活裕著「渋滞学」新潮選書、新潮社、2006年9月21日刊です。理学部と工学部の研究成果が、世の中の様々な「渋滞解消」に役立っています。なぜ数学や理科、統計学や物理学を学ぶのか、子どもたちに伝えるための絶好の参考書。

○同著「無駄学」新潮選書、2008年11月25日刊と一緒にお読みになると「無用の用」の科学的理解が深まります。

(6)六冊目は、1990年からドイツ在住ジャーナリスト、元 NHK 記者、熊谷徹著「排外主義と闘うドイツ、なぜ右翼ポピュリスト政党が台頭したのか」高文研、2026年6月10日刊です。ドイツの右翼ポピュリズムについて学ぶことは、我々日本にとって一つのコンパス(羅針盤)になるかもしれません。警鐘の書です。是非ご一読を！

(2026年6月11日記)