



第251回

林明夫の 歩きながら考えよ

21世紀の地球社会

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—

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、子供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。

——子供たちが巻き込まれる

ネットトラブルには、どのような

(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

1700人の子供たちが被害

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。

——どうしたらよいでしょうか。

このような実態が大きな社

会問題になっている昨今、子供

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、

子供を守る大きな力になりま

す。

——保護者の皆さんが子供たち

プレイ状況の確認や課金の制

限など、子供の使用状況に応じ

て上手に活用しましょう。

(2)「フィルタリングの利用」

子供のスマホ利用には、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歳未満の子供のス

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、上手に使う子供たち

——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。

(1)子供のネットトラブルの原因
は、スマートフォンを持つ子供の
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

——子供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。

(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。

最新のデータではおよそ

出会い系サイトの他、ゲーム

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。

——ゲーム症への対応方法は何ですか。

(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、子供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に、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、子供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、子供を支える仕組みを整えることが望まれます。

——海外の動きはどうですか。

(1)2023年、当時のアメリカ公衆衛生局ヴィヴェック・マシー長官は、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(ポルウェー)など、若年者のSNS利用に歯止めをかける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PIISA(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。

——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。

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供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、子供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！

——最後に一言どうぞ。

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、25年12月18日刊)です。名著の復刊です。子供たちに読書の価値や面白さを伝えるのに役立ちます。

(4)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。「途中ま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。

(5)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、73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。

(6)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、子供たちに伝えるための絶好の参考書。

○同著「無駄学」(新潮選書、08年11月25日刊)と一緒に読むになると「無用の用」の科学的理解が深まります。

(7)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)