

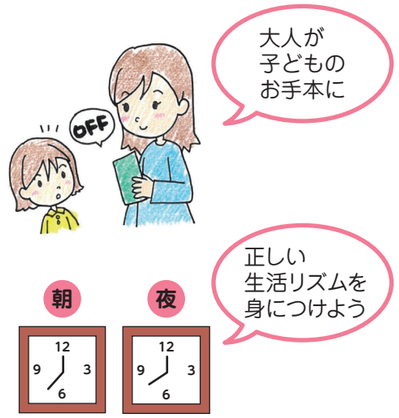
Q ルールづくりってどうすればいいの？

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。
□ごはんとおやつのじかん、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

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

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

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

機器の使わせ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

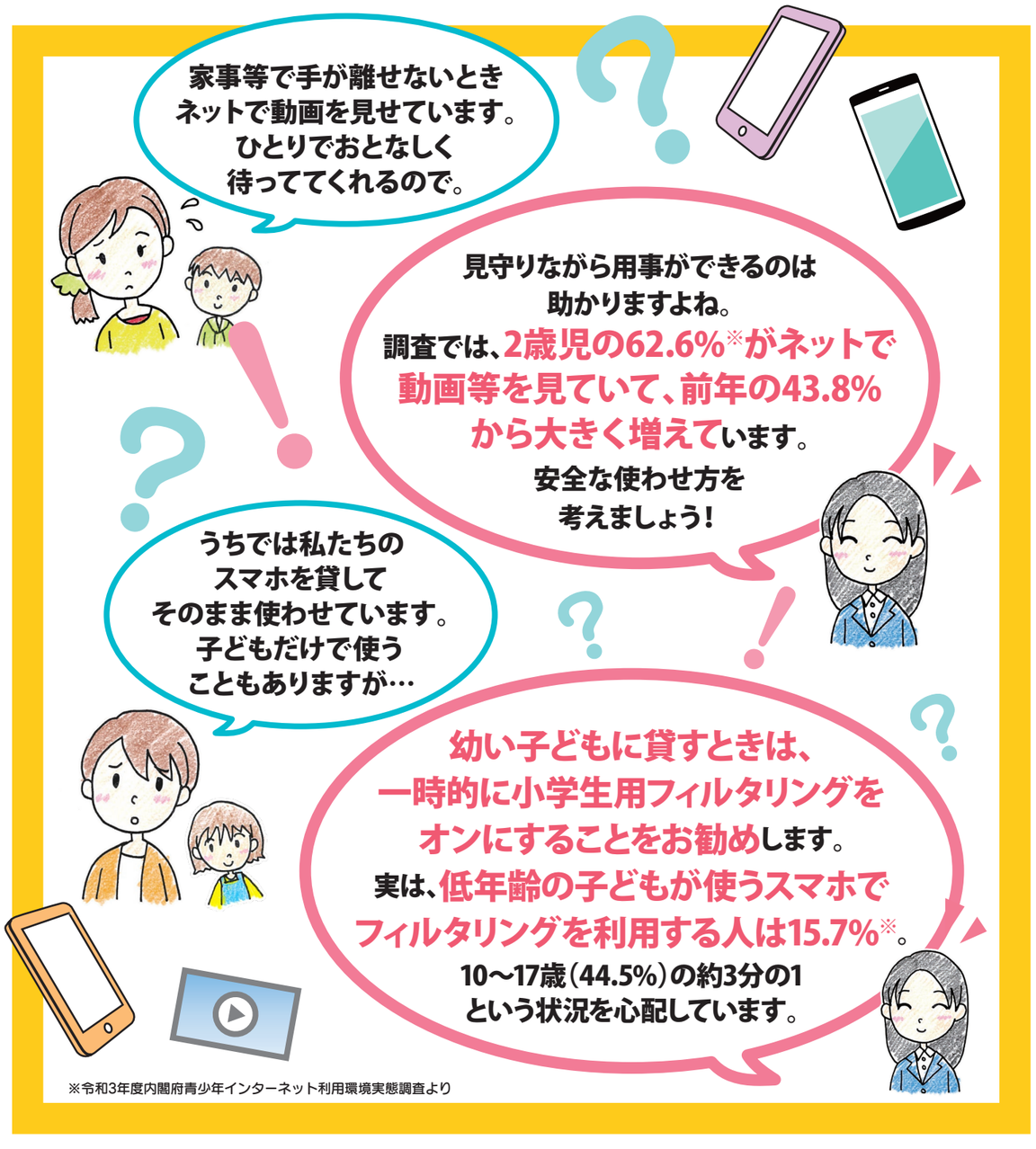
ネットとの向き合い方でお悩みの方へ
デジタル時代の子育てを一緒に考えてみよう！ 低年齢層（～6歳程度）の保護者対象
制作：総務省

監修・ご協力：尾花紀子（ネット教育アナリスト）／竹内和雄（兵庫県立大学 環境人間学部 准教授）／松田直子（NPO法人 e-Lunch理事長）　※敬称略・五十音順

内閣府・警察庁・消費者庁・デジタル庁・総務省・法務省・文部科学省・厚生労働省・経済産業省　2023年1月発行

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



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、とても大事です。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んでいきたいですね。

安全設定



Q 親のスマホをそのまま使わせていますが…。



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。



4+ 9+ 12+
3+ 7+ 12+

ゲームやアプリにも「〇才以上」と対象年齢の区分マークがあります。必ず確認しましょう。

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。

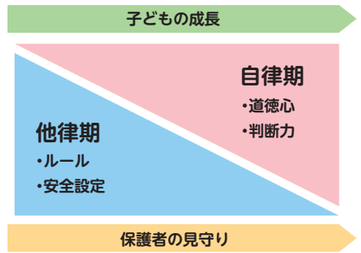


A 子どもはまだ自分でコントロールできません。保護者が調整してあげて。

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

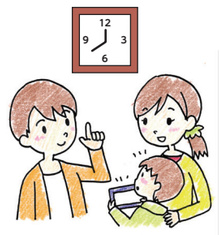
スクリーンタイム（iPhone）
・iOS 12以降

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？

正しい情報か見極めましょう

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か、情報の出どころを確認しましょう。

Android、YouTube、YouTube KidsはGoogle LLC の商標です。