

スマホやネットは便利なの？危険なの？

問/それいゆづらざ (女性センター) ☎463-2697

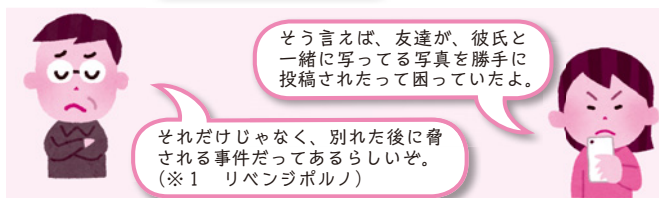
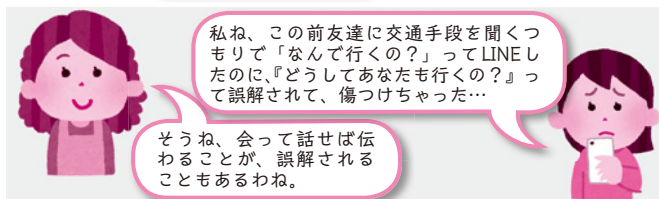
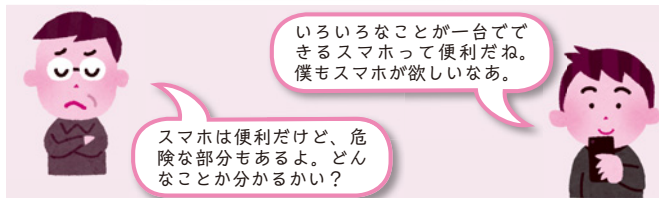
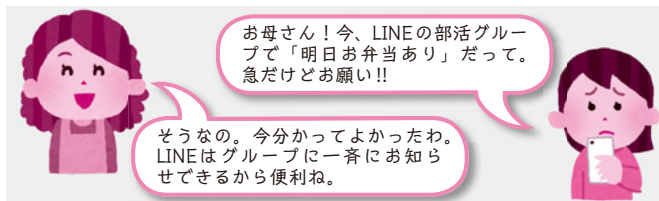
これまでは、情報を発信するのはテレビ、新聞、書籍などに限られていましたが、高度情報化が進みインターネット（以下、「ネット」）が普及した現在、スマートフォン（以下、「スマホ」）などから誰もが容易に情報を発信・受信できるようになりました。スマホは確かに便利ですが、次々と流される情報が不適切な内容で、思わぬトラブルにつながることもあり、使い方に注意が必要です。そしてまた、自分から情報を適切に発信し、受信することは、男女が対等な関係をつくっていくためにも、とても大切なことではないでしょうか。

今回は、メディア・リテラシーの考え方を中心に、「そよかぜ家」の人たちと一緒に学んでいきましょう。

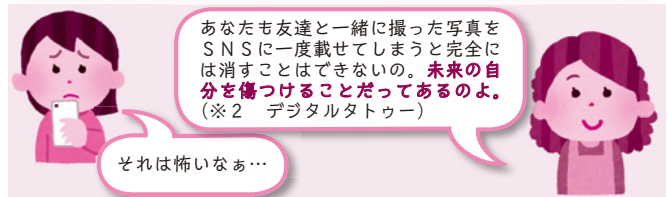
※メディア・リテラシー：情報が流通する媒体を使いこなす能力。

そよかぜ家の人たち

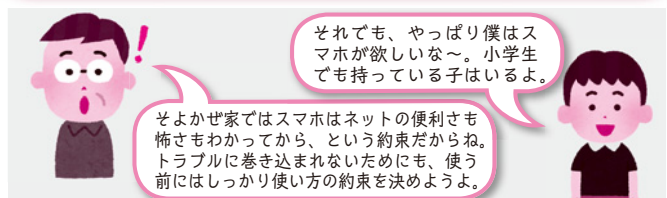
SNS：ソーシャルネットワーキングサービス (Social Networking Service)の略。インターネット上で友達などを紹介しあって、個人間の交流を支援するサービスのこと。



※1 リベンジポルノ
性的な画像等とその撮影対象者の同意なく、インターネットの掲示板等に公表する行為のことをいいます。これにより、被害者が大きな精神的苦痛を受ける被害も増加しています。



※2 デジタルタトゥー
ネット上に一度公開した情報(写真や書き込み)は半永久的に残り続け、完全に消去することは極めて難しいことを意味します。それにより、結婚や就職に影響することもあります。



一人で悩まず、ご相談ください

機 関 名	詳 細	電 話 番 号
それいゆづらざ (女性センター) DV相談	火～日曜日 (年末年始を除く) 午前9時～午後5時 ●専門の相談員による相談	☎048-463-2697 ●相談専用
With You さいたま相談室	火・土曜日 (年末年始を除く) 午前10時～午後4時	☎048-463-0356
アイリスホットライン (性暴力被害に特化した相談)	月～土曜日 (年末年始・祝日・第3木曜日を除く) 午前10時～午後8時30分	☎048-600-3800
朝霞警察署 (生活安全課)	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	☎048-839-8341
	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ●緊急時は夜間対応	☎048-465-0110



※3 ☆そよかぜ家流スマホルール☆

- ・スマホは「親が買って契約子どもに貸している物」ということを忘れません。
- ・スマホの使用は、1日 時間、夜 時まで。
- ・スマホを使用・充電する場所はリビング・ダイニングに限ります。
- ・食事にスマホは使用しません。
- ・スマホによるトラブルが生じたら、すぐに親に相談します。
- ・個人情報（メールアドレス、電話番号、個人を特定できる写真や情報）をSNSに載せません。
- ・メールや掲示板にうそや悪口を書き込みません。
- ・ルールが守れなかったときには、日間、親にスマホを返します。

年 月 日 サイン(父・母) サイン(子ども)

部分は、どちらかの一方的な考えで決めると子どもが反抗したり、罰則期間があいまいになって守られなかったりしてしまいます。最初にお互いが十分納得して決めることが大切です。

※4 あなたはもしかするとスマホ・SNS中毒？ ～チェックリスト～

	はい	いいえ
① いつもスマホは手の届く場所に置いてある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② スマホを家に忘れたら、遅刻してでも取りに戻る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③ 友だちと話しているときでも手にはスマホがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
④ 自分の見ていないあいだに誰かがSNSで盛り上がっているのはいやだ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑤ 「既読」が表示されているのに返事がこないと気になってしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑥ 夜、寝ようとして電気を消した後でもスマホを開いてしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑦ お風呂にもスマホを持ち込んでしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑧ 外出先でバッテリーが切れるとどうしていいかわからなくなる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑨ LINEのスタンプに月に千円以上使ってしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑩ 本を全く読まなくなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑪ 家で勉強をしなくなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
⑫ 友だちと会って話したことがなかなか思い出せない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

「はい」が5つ以上の人は要注意!!
10個以上の方は、生活面で依存しているだけでなく、健康にも問題が出ている可能性があります。



出典：「池上彰さんと学ぶ みんなのメディアリテラシー3 スマホ・SNSとの正しい付き合い方」 監修：池上彰 学研出版

現代の生活では、スマホやネットは私たちにとって欠かせないものとなっています。使い方によっては、便利なものにも、危険なものにもなり得ます。便利さと危険さの両面を正しく理解して、上手につきあっていきましょう。

協力員感想

- ★子どもに、スマホの使い方について、いつもは一方向的に言ってしまうところを、いろいろな話を聞けるよい機会がもてました。スマホと上手につきあえるようにこれからも話合っていきたいです。(きんぎょ)
- ★夫と子どもはスマホ、私は従来型の携帯電話(ガラケー)を使っています。子どものスマホのことは夫任せにしていますが、子どもがスマホをどう使っているか、またネット社会の現状についてよく知らないといけなく強く思いました。(うつぼ)
- ★定期的にスマホ会議を開いて、家族で考える場をもちたいと思いました。(あまぐり)
- ★つながることのよい面、悪い面を忘れずに、スマホと上手につきあう方を探していきたいです。(チョコ)

【Bookコーナー】
「池上彰さんと学ぶ みんなのメディアリテラシー3 スマホ・SNSとの正しい付き合い方」
監修：池上彰 学研出版



～♪それいゆぷらざを是非ご利用ください♪～

それいゆぷらざでは、情報・交流コーナーにおいて男女共同参画に関する図書の貸し出しや情報発信(情報紙や講座のチラシの設置・インターネット閲覧など)を行っています。是非お立ち寄りください。また、団体登録も行っております。

※男女平等推進情報「そよかぜ」は、公募市民の企画・編集協力員と協働し、広報あさか9月号と3月号に掲載しています。