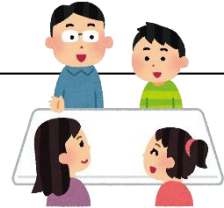


家庭でのルールづくりのポイント

ルールは、保護者が一方的に決めるものではなく、各家庭の実情を踏まえながら、家族みんなで一緒に作ることが大切です。「ルールは作ったけれど守られていない。」とならないよう、ルールづくりのポイントをみなさんに具体的に説明します。

- ①子どもと一緒に考える
- ②家族みんなで守ることができるルールを考える
- ③過剰な使用による弊害（睡眠不足等）を防ぐ目的で、使用時間を話し合う
- ④生活の中でネット・ゲームの優先順位を2番目以下にすることを目標として考える
- ⑤ネット・ゲーム以外で子どもと一緒に楽しめることを見つける
- ⑥守れなかった時のルールも決めておく
- ⑦あんしんフィルター等の設定をする
- ⑧保護者が手本になる
- ⑨つくったルールを見える化して、守ることができたら褒める
- ⑩子どもの成長に応じて見直していく



「フィルタリングサービス」と「ペアレンタルコントロール」

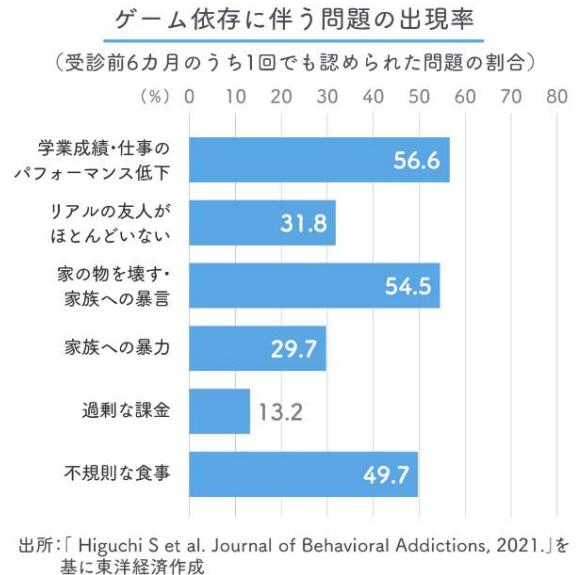
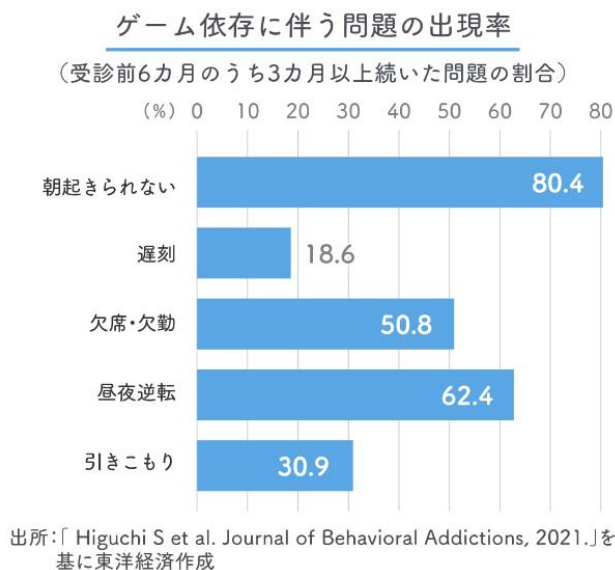
フィルタリングとは、有害サイトなどを一定の基準で判別し、選択的に排除する機能のことで、使用者等が18歳未満の場合、携帯電話事業者は原則としてフィルタリングサービスを提供する義務が課せられています。「小学生モード」「中学生モード」などのように、あらかじめ用意された推奨モードを選択して設定したり、個別のサービスごとにカスタマイズして設定したりできます。

また、子どもの情報通信機器の安全な利用環境を守るために、保護者が事前に管理・制限することを「ペアレンタルコントロール」といいます。使用時間の確認、使用時間や使用時間帯の制限、ゲームの年齢制限、インターネット接続制限、他のゲーム機との通信制限、配信動画の視聴制限など、ゲーム機の種類等により様々な機能がありますので、家庭のルールにあわせて活用するようにしましょう。

5年間で1.8倍増加「ネット依存予備軍」の子どもたち

——インターネット接続やゲームをやめられない子どもが増えているといわれています。

厚生労働省の推計によると、ネット依存の疑いがある中高生は2012年度に約52万人だったのに対し、17年度には約93万人でした。5年間でおよそ1.8倍に増加しています。



保護者が心得ておきたい予防の基本

——ゲーム依存から子どもたちを守るために、保護者にできることは何でしょうか。

まずは予防です。依存が進行するほどコントロールが困難になっていくからです。なるべく情報端末は親のものを貸し出す形にして、アプリやソフトのダウンロードや課金については親が管理。本人との話し合いのうえで、ペアレンタルコントロールを設定するのも有効です。そして使用時間などルールを決め、守らない場合のペナルティーを決めておきます。使用場所は親の目の届く範囲で、しっかり見守りましょう。