

ケータイ・スマホ・インターネットに

ふ まわ 振り回されていませんか？

ケータイやスマホは、誰もが、便利で使いやすくなりました。塾や習い事での送り迎えの連絡や、友達とのメールのやり取り、ゲーム等いろいろなことができるので持っている人も多いと思います。

ここでちょっとあなたのケータイ・スマホやインターネットの使い方を見直してみませんか。

- 人を驚かすようなウソの書き込みやネットいじめを軽い気持ちでしていませんか。
- 友達づくりのために、名前や住所、学校、写真、メールアドレスやIDなどを公開していませんか。
- チェーンメールを送ったり、無料の通話やメールから、簡単にゲーム等のアプリをダウンロードしたりしていませんか。
- 食事や寝る時間になってもインターネットやメールのやり取りをしていませんか。

もし思い当たることがあれば、自分や大切な友達や心や体を知らないうちに傷つけたり、犯罪に巻き込まれたりしているかも知れません。一度流したデータは、二度と取り戻せないのです。

ケータイ・スマホやインターネットには、とても便利で楽しい機能がいっぱいあります。でもそれと同じくらい危険もかかれています。使うときのルールを決めて、安全で楽しく利用してください。もしも困った時には、すぐに両親や先生に相談しましょう。

● 困ったときは電話をかけてください。

東京子どもネット・ケータイヘルプデスク 0570-783-184 (こたエール)

東京都いじめ相談ホットライン 0120-53-8288 (24時間)

警視庁少年相談室ヤング・テレホン・コーナー 03-3580-4970

<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/soudan/young/young.htm>



～保護者の方々へ～

子どもに携帯を持たせるときのポイント！

- 1 何のためにどのように使うかを話し合うことが大切です。「緊急連絡のため」「所在確認のため」など目的を家庭で決めましょう。
- 2 子どもに「携帯を持つ必要性と責任」を自覚させ、有害情報に対する危機意識を持たせましょう。
- 3 「睡眠不足」など生活のリズムを乱す原因となることや携帯依存を回避するために、利用時間を話し合しましょう。
- 4 長話やアプリ等のダウンロードなどで「高額請求」とならないよう携帯料金について話し合しましょう。
- 5 親の目の届く範囲での利用や、子どもの能力や利用目的に応じた環境設定や、トラブル回避の対策を考えておきましょう。

困ったときには、迷わず相談してください。

- 広告・宣伝の迷惑メールは・・・迷惑メール相談センター 03-5974-0068
- 問題行動や非行に関する相談は・・・青少年相談室 22-5722 青梅警察署少年係 22-0110(代表)
八王子少年センター 042-679-1082 東京都立川児童相談所 042-523-1321
- フィルタリングやその他の相談は・・・携帯電話各社の相談窓口が利用できます。