

9 安心してスマホを使うためのお役立ち情報①

フィルタリングの活用

携帯電話事業者が提供するフィルタリング



保護者に代わって子どもの安全を守るツール

フィルタリングは、青少年がインターネットを利用する際、薬物などの違法な情報や出会い系・アダルト系のサイト等の不適切な情報の閲覧及び年齢区分に合わないサービスやコンテンツの利用の制限・調整ができる、こどもの安全を守るためのツールです。

こどもを虐待するウェブサイトをとも都府県！



保護者には、お子様の発達段階に応じ、フィルタリングを利用するなどの方法によりお子様のインターネット利用の適切な管理に努める義務が定められています。

10 安心してスマホを使うためのお役立ち情報②

OS事業者が提供するサービス

OS事業者が提供するペアレナタルコントロール機能で、閲覧できるWEBコンテンツや起動できるアプリの、年齢に合わせた制限やサイト・アプリごとの個別の管理ができます。



スクリーンタイム/ファミリー共有 (iPhone等)
Digital Wellbeing/ファミリーリンク (Androidスマホ等)
Digital Wellbeing/ファミリーリンク (Android 10以降、Android 5.0以降)

スクリーンタイムやDigital Wellbeingは、大人の時間管理ツールとしても有効活用できます。

▼設定方法
Google検索では、セーフサーチを使用してスレッドや性行為の描写や露骨な性表現を含むコンテンツを除外する、またはほかしを入れることができます。
(Googleアカウントが必要です)



便利な機能やサービスを活用して
安全で楽しいネット利用を！

11 安心してスマホを使うためのお役立ち情報③

中高生より乳幼児の方が、実は危険かも!? 設定のひと手間 安全利用

フィルタリングなどの安全設定がされていない保護者のスマートフォンを、乳幼児に貸し出すときには、端末の機能を一時的に活用する方法もあります。

OS別「チャイルドロック」の方法 (※詳しくは各公式サイトへ)

タ版の支度などで、こどもの操作している画面の見える距離から離れるときは、ひと手間かけて、こども向けのアプリが使えるようにすれば、こどもが知らず知らず勝手に操作しちゃう、などということも防げます。



小さいころから、スマホの安全利用設定に
なじむことで、成長にあわせた
親子のルールづくりもしやすくなります！

12 安心してスマホを使うためのお役立ち情報④

参考リンク

ご家庭でのルールづくりや、学校の授業の教材など、さまざまな場所で使える便利な情報を掲載しているサイトです。ぜひ活用ください。

いまお悩みの保護者の皆さまへ
子どもとネットのトラブル
情報セキュリティ教材
学校の授業の教材にもおすすめ！
情報セキュリティ教材
情報処理科道徳科 (IPA)

実際に遊んでいることを通じて学ぶネットの使い方
インターネットトラブル事例集
文部科学省
このリーフレットは、こども保護者のウェブサイトにでも一覧いただけます。
詳しくはこちら

上手に安全に使うための方法を知りたい
#NoHeart
NOSNS
文部科学省

大人もこどもも楽しく学んで考えて
ネットを安全に使いましよう！

ネット・スマホ 活用世代の 保護者が知って おきたいポイント

～こどもたちが安心して楽しく使うために～



監修・協力
上野野村 伸一 (一社) 安心ネットづくり促進協議会 理事
尾花 知子 (ネット教育アナリスト)
山崎 真実 (全国公立幼稚園、こども園PTA連絡協議会 会長)

こどもにスマホを
貸して使わせる時
思わぬ操作をしたり
長々と使い続けたり
するの心配で...



保護者のスマホを
貸して使わせるときは
こどもに安全なサイトや
アプリだけが使える
環境が理想です



宿題や自宅学習にも
スマホやタブレットが
必要なのに
安全に使わせるには
どうすればいい?



こどもが
危険なサイト・アプリに
触れたり、自ら危険な投稿を
しないよう、フィルタリング
その他の設定を
利用しましょう



1 特に、小学校高学年・中高生のいるご家庭に

児童ポルノ被害の4割近くは、 自分で提供した写真 — 自画撮り被害にご注意を！

SNSで趣味の話が盛り上がり仲良くなった同年代の女の子。スタイルの話になり下着姿の写真を送りあったら、急に友達の話が変わって…。本当は年上の男性だったのです。実名入りで下着姿の写真をばらまかれたくないければ、裸の写真を撮って送れ！と脅迫されてしまいました。

裸の自画撮り画像を撮って送信するように 要求してくる人を信用しない！

18歳未満の裸の撮影は、児童ポルノ製造罪にあたります。違法な要求には応じないように、お子さんに伝えましょう。

さらに、相手が16歳未満の場合、要求するだけでも法律違反となります。

※被害者が16歳以上16歳未満である場合には、その人より5歳以上年上の人が行ったときご家庭でルールについて話し合う際に、困ったことがあったら保護者に相談することも確認しましょう。

自画撮りを要求されたら、すぐ相談！ 最寄りの警察や相談窓口の利用も！

3 乳幼児・低学年児童のいるご家庭に

こどもの写真や 動画の投稿は ここに注意！

こどもたちの成長はあっという間に。我が子のかわいい姿や表情は、写真や動画に残しておきたいし、見てもらいたいと思って、安全のための注意が不可欠です。

こどもの写真・動画は
特に注意！

SNSでの投稿は事前に複数人でチェック！

お風呂の写真、水着、はだかに近い写真は、SNSなどのネットには上げず、家族や親戚など、信頼できる近しい人だけの大切な思い出として取ります。

SNSにアップする場合は、顔がわからないようにするなど加工しましょう！

保護者・家族も学校のウェアラブルでも気をつけて！
成長記録としてSNSに投稿した写真や動画が、わいせつ目的などの望まないかたちで知らない人に悪用されてしまうケースもあります

リスクを知って、SNSでの 楽しみ方を考えましょう！

2 特に、小学校高学年・中高生のいるご家庭に

自画撮り被害にあわないように ペアレンタルコントロール 機能でできること

スマホのOS機能を上手に活用して
便利な機能をうまく使おう！

スマホのOS機能を上手に活用して

たとえば、iPhoneではスードが含まれる可能性がある写真をお子様を受信した場合や送信しようとした場合に警告し、対応に役立つ情報を提示してくれる機能があります。



※メッセージアプリでコミュニケーションの安全機能を使う際にはOS 17以降が必要

AI検知対応サービスの活用も！

不適切な画像や動画の撮影をAIが検知し、警告を出したり保護者等に知らせたりしてくれるサービスもあります。

スマホのOS機能やアプリを活用して お子さまを危険から守りましょう！

4 すべてのご家庭に

大切なのは、 こどもの成長にあわせた ルールづくり

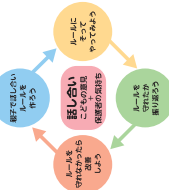
ペアレンタルコントロールから セルフコントロールへ

発達段階に合わせて、フィルタリングを含むペアレンタルコントロール機能を上手に活用して、こどもたちを守ってあげましょう。

※ペアレンタルコントロールとは、フィルタリングの利用や親子のルールづくり等により、こどもの発達段階に応じてインターネット利用を保護者が適切に管理することです。

ルールをつくる・ 見直すタイミングは？

スマホを買う時、入園・進学・進級などのライフイベント時に、また夏休みや冬休みに親子で見直しを！



家族で話し合って、ルールの見直しや更新を お互いが納得したルールは続きやすい！

5 小学校高学年・中高生のいるご家庭に

知らなかったではすまない？ 写真や動画の撮影

スマホを活用する世代の保護者や学校の先生、周りの大人がおさえおきたいこと。

友人を隠し撮り・有名人を無断撮影

肖像権の侵害となり、訴えられることも！

迷惑動画の撮影

悪ふざけではすまない。犯罪になることも！

全部NG!

性的な部位や下着が写った写真・動画を

盗撮

「イヤ」と言っているのにむりやり撮影

「イヤ」と言えない状態で撮影

これらは撮影罪にあたります(2023年7月に法律施行)。

※撮影される人が16歳未満の場合は、「イヤ」かどうかは問わらず撮影罪(被害者が13歳以上16歳未満である場合には、その人より5歳以上の人が行ったとき)

18歳未満の裸、性交または性交類似行為の撮影や所持

児童ポルノ製造罪や所持罪にあたります。

裸や性的部位、下着が写っている写真や動画はグループLINEで共有や転送、リポスト、リグラムで罪に問われることが！

6 小学校高学年・中高生のいるご家庭に

もし、被害にあ ってしまったら？

性的な部位や下着が写っている写真や動画を盗撮されたら、「イヤ」と言うのが難しい状況で撮影された場合は、「撮影罪」という犯罪の被害にあたります。

※撮影されている人が16歳未満の場合は、その人が「イヤ」かどうかに関わらず「撮影罪」の被害です。また、そのように撮影された写真や動画を他の人に提供されることも「強姦罪」の被害です。

迷わず相談窓口へ！

被害まといとめるために
はやくSOSを！

- びつたり相談窓口 ウェブで「びつたり相談窓口」で検索！
- 最寄りの警察署や交番 ハートコム
- 性犯罪被害相談電話 #8103
- こどもの人権110番 LINEで公文式アカデミー(SNS人権相談)を検索！
- LINEじんけん相談 0120-007-110
- 24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310
- 性犯罪・性暴力被害者のための
ワンストップ支援センター #8891
- 性暴力に関するSNS相談(チャット) いはばく
「Cure time(キュアタイム)」で検索！
- 児童相談所虐待対応ダイヤル 189

こどもの性被害は、周囲の大人が
早期に気づくことが大切！



8 すべてのご家庭に

インターネットで 誹謗中傷にあった 時の相談窓口

助言がほしい

迅速な助言がほしい

違法・有害情報
相談センター

削除したいけど自分でできない

誹謗中傷ホットライン
最寄りの警察署または
警察相談専用電話
(「#9110」番)

相手に賠償等を求めたい

法テラス
または弁護士

悩みや不安を聞いてほしい
まもろうよ
こころ

相談できる場所を知っていれば
なにかあった時も安心です！

ほっかいどう 親子のための 相談LINE

子育てが疲れた
うまくいかない

イライラして
子どもを叩いて
しまいそう...

親や家族のことで
悩んでいる
話を聞いてほしい

きょうだいや家族の
お世話が大変...
自分の時間がない



QRコードで友達
登録をお願いします。
(こども家庭庁全国共通アカウント)

相談は無料です

秘密は守ります※

匿名での相談OK

※身体や命に危険があると判断したときなど緊急の場合は、関係機関に連絡して安全を確保する場合があります。

対象

道内（札幌市を除く）にお住まいの子ども
・保護者など

相談受付時間

平日・午前9時～午後5時

お問合せ先

北海道保健福祉部子ども政策局
子ども家庭支援課TEL：011-204-5237

ひとりで悩まずに気軽に
相談してください。
専門の相談員がご相談
にお応えします。



急ぎのご相談は、下記の電話相談をご利用ください。管轄の児童相談所につながります。※毎日・24時間・通話料無料

虐待かもと思ったら

いちはやく

子育てに悩んだら

いちはやく なやみを

児童相談所
虐待対応ダイヤル

189

児童相談所
相談専用ダイヤル

0120-189-783

主な相談窓口一覧

児童相談所

機関名	住所	連絡先	管轄管内
中央児童相談所	札幌市中央区円山西町2丁目1-1	011-631-0301	石狩(札幌市を除く)・後志管内の各市町村
旭川児童相談所	旭川市10条通11丁目	011-23-8195	上川・留萌管内の各市町村
稚内分室	稚内市潮見1丁目11	0162-32-6171	宗谷管内の各市町村
帯広児童相談所	帯広市東1条南1丁目1-2	0155-22-5100	十勝管内の各市町村
釧路児童相談所	釧路市桜ヶ岡1丁目4-32	0154-92-3717	釧路・根室管内の各市町村
函館児童相談所	函館市中島町37-8	0138-54-4152	渡島・檜山管内の各市町村
北見児童相談所	北見市東陵町36-3	0157-24-3498	オホーツク管内の各市町村
岩見沢児童相談所	岩見沢市鳩ヶ丘1丁目9-16	0126-22-1119	空知管内の各市町村
室蘭児童相談所	室蘭市寿町1丁目6-12	0143-44-4152	室蘭・登別・伊達市、豊浦・洞爺湖・壮瞥町
苫小牧分室	苫小牧市双葉町3丁目7-2	0144-61-1882	胆振管内(上記除く)、日高管内の各市町村
札幌市児童相談所	札幌市中央区北7条西26丁目1-1	011-622-8630	札幌市

児童家庭支援センター（相談受付：毎日・24時間）

機関名	住所	連絡先	管轄管内
エンゼルキッズこども家庭支援センター	北広島市中央4丁目5番地7	011-372-8341	石狩(札幌市を除く)・後志管内の各市町村
児童家庭支援センターくるみ	函館市亀田中野町38番地11	0138-46-5095	渡島・檜山管内の各市町村
光が丘子ども家庭支援センター	岩見沢市春日町2丁目3-7	0126-22-4486	空知管内の各市町村
美深子ども家庭支援センター	中川郡美深町字敷島283番地	01656-9-2500	上川・宗谷・留萌管内の各市町村
子ども家庭支援センターオホーツク	紋別郡遠軽町生田原伊吹46番地3	0158-45-3211	オホーツク管内の各市町村
いぶりひだか児童家庭支援センターしずく	苫小牧市元町2丁目4-3	0144-84-3780	胆振・日高管内の各市町村
十勝子ども家庭支援センター	帯広市東9条南21丁目1番地9	0155-22-3322	十勝管内の各市町村
釧路こども家庭支援センター	釧路市旭町16-5	0154-32-1150	釧路・根室管内の各市町村
興正こども家庭支援センター	札幌市北区新琴似4条9丁目1番1号	011-765-1000	札幌市
羊ヶ丘児童家庭支援センター	札幌市豊平区月寒東1条17丁目4番33号	011-854-2415	札幌市
札幌南こども家庭支援センター	札幌市南区藤野6条2丁目427番地4	011-591-2200	札幌市
札幌乳児院児童家庭支援センター	札幌市白石区川北2254番地1	011-879-6264	札幌市
はくよう児童家庭支援センター	札幌市西区平和3条7丁目3番47号	011-676-5208	札幌市
なんそうえん子ども家庭支援センター	札幌市中央区界川1丁目6番14号	011-561-0783	札幌市（R5.4開設）



詳しくは

北海道 親子のための相談LINE

検索