

保育所・幼稚園・認定こども園

ネット & 子育て

～今こそ、考えてみませんか？～



山梨県教育庁 社会教育課
青少年保護育成担当



保護者の困り事・これから心配されること

- ・動画などを見てるとおとなしいがそれ以外の遊びもしてほしい
- ・寝るときに、動画視聴をしないと寝ない
- ・視力低下や脳への影響
- ・長時間の使用
- ・有害な情報や悪いサイト
- ・課金のトラブル
- ・攻撃性の高まり（ゲーム・動画）
- ・SNSのトラブル
- ・便利だが無限で、きりが無い
- ・どんなルールにすればよいか



子どもたちはずっと付き合っていく世代

◆ 無理やり「遮断」することが正しい？

・インターネットは**道具**

⇒インターネットがダメなのではなく、

付き合い方が大切



どうすればいいの？

大人（保護者）が**知識**をつけ
子どもたちに**伝えること**

本日、いっしょに考えたいこと…



ネット時代の子育て

- 子どもとネットの今
- スマホ育児とは
- どんなトラブルがあるか
- 具体的に何をしていくべきか



1. 子どもとネットの今



1 問目

◇ **平日 1 日**あたり、

5 歳児がインターネットを利用している

平均時間は およそ何分でしょう？

① 30分

② 60分

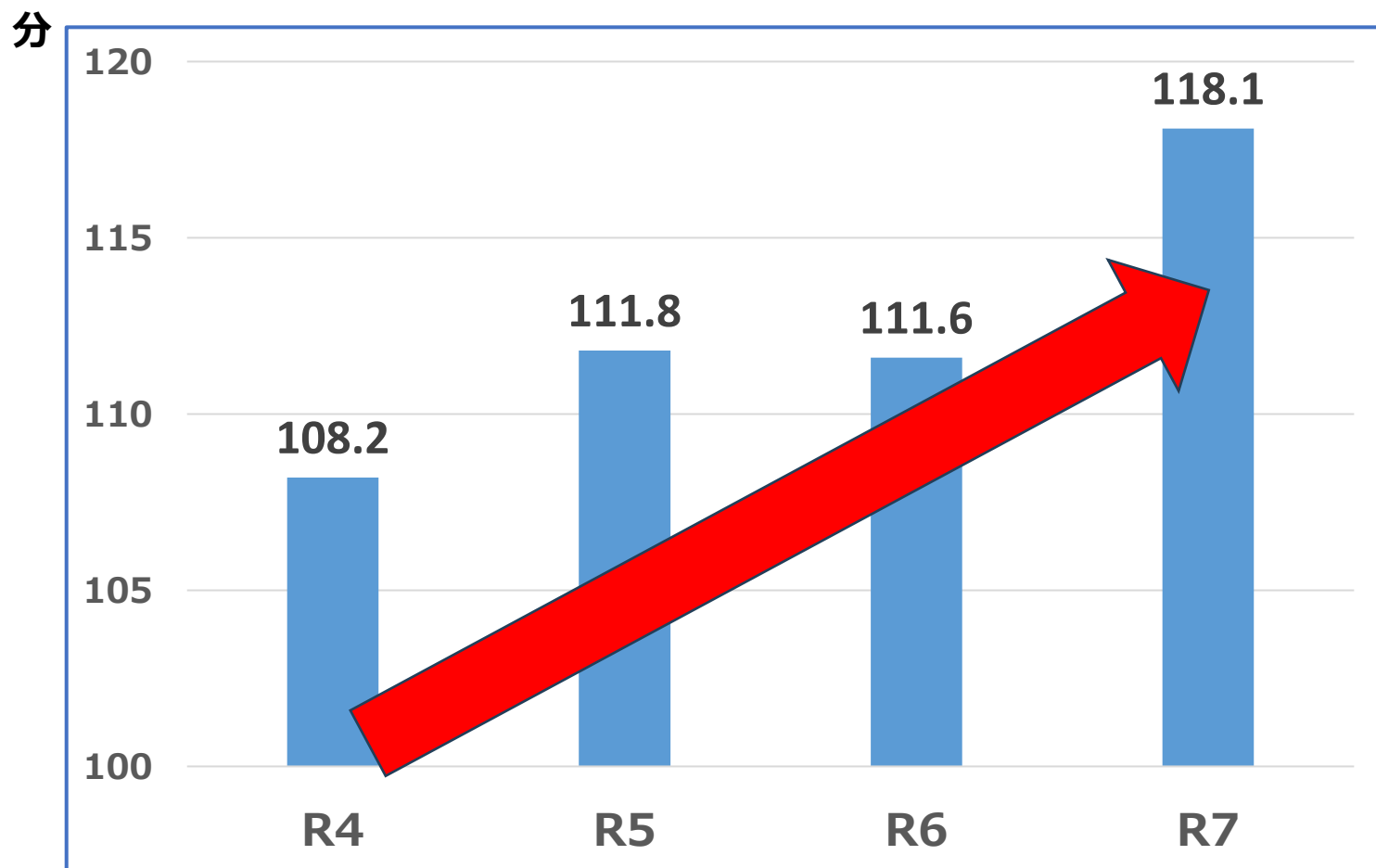
③ 120分



* 令和7年度青少年のインターネット利用環境実態調査 (こども家庭庁)

答え 1 5歳児のインターネット利用時間

③ およそ 120分 ⇒ 平均利用時間は **118.1分**



年々増加傾向に…

※ちなみに…
1歳の幼児の
平均利用時間

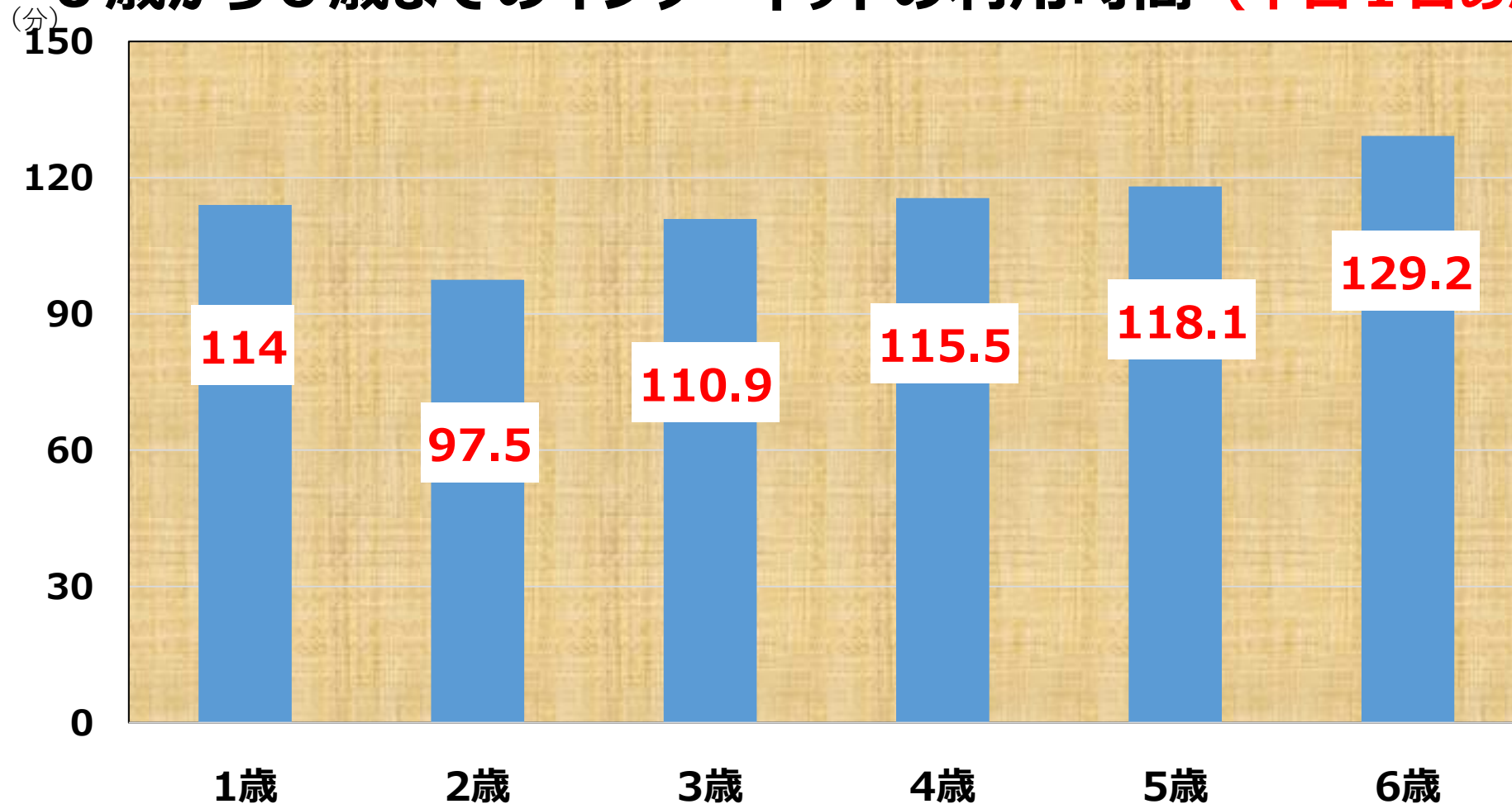


114分!

まさにスマホ育児…

利用時間は年齢が上がるにつれ 増加の傾向

0歳から6歳までのインターネットの利用時間 (平日1日あたり)



★通園・通学前の
0～6歳児

140.8分



★通園中の
0～6歳児

109.4分

* 令和7年度青少年のインターネット利用環境実態調査 (こども家庭庁)

2 問目

◇ **5 歳児**の

インターネット利用内容の **1 位**は「**動画視聴**」
では、**第 2 位**は何でしょう？

① **ゲーム**

② **音楽視聴**

③ **勉強をする**



*令和 6 年度 こども家庭庁調査

答え 2 5歳児のインターネット利用内容

①ゲーム

1位 動画視聴 93.4%

2位 ゲーム 55.3%

3位 音楽を聴く 17.1%



R6年度の3位は
勉強 (27.3%)
でした

「動画視聴」は、0～6歳児のそれぞれで**1位**

「ゲーム」は、3～6歳児のそれぞれで**2位**

世代ごとのスマホ・ゲーム依存をめぐる課題



◇ 乳幼児 「スマホ育児」

動画を見たくて、いつでもスマホを欲しがる…



◇ 小学生 「オンラインゲーム問題」

長時間プレイ、課金、悪口、仲間外し、無気力…



◇ 中高生 「SNSトラブル」

SNS依存、SNSいじめ、個人情報流出、性被害…



◇ 大人

子供にだめと言ってるのに、大人は やっている！



ぼくたちだけ
守れって？

2. 「スマホ育児」って？



スマホに・・・させていませんか？

幼児期は、**心と体**の基礎づくりの大切な時期です



スマホやタブレットなどに

子守りをさせているご家庭はありませんか？

① ご存じですか？「スマホ育児」

◆ ついスマホを渡してしまう…

- 外出先で静かにしてほしいとき（外食、買い物、電車など）
- 家事を終わらせるために（食事のしたく、掃除、洗濯など）

- 激しく泣き続けられたとき etc…



② ママたちの本音は？

◆ 「スマホに子守りをさせないで」のポスター

日本小児科医会ポスター

- ・ スマホを使うと目に悪い、
ゲーム脳になる、依存症になる
- ・ **ダメな親**だと思われる

ネガティブな情報で

ママたちは後ろめたい気持ち
「本当はやめたいんだけど…」



赤ちゃんと目と目を合わせ、語りかけることで赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。

ムズかる赤ちゃんに、子育てアプリの画面で応えることは、赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性があります。

親子が同じものに向き合って過ごす絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です。

親も子どももメディア機器接触時間のコントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまいます。

散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力そして五感や共感性を育みます。

親がスマホに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。赤ちゃんの安全に気配りが出来ていません。

公益社団法人 日本小児科医会

③ とはいえ・・・スマホに頼りたい場面もあります



家事がすむまで
みていてくれる
人がいない

スマホやタブレット
を使わないと
間が持たない

電車の中でぐずるけど、
おもちゃを
持って出るのは大変！



④ しかし・・・スマホ育児ばかりに偏ってしまうと

保護者の危険に対する知識や認識の不足



幼児期からの「**スマホ育児**」の積み重ね

成長すると

インターネットを介した

トラブルや**犯罪被害**などに巻き込まれる
危険性が高まるおそれが・・・



だから
今が大切
なんです！

3. インターネットを介したトラブルや犯罪被害等について



トラブル事例①

ネット・ゲーム依存

**止められなくなってしまうのは
なぜ？
考えながらこらんください。**



一人では抜け出せないしくみが…



◇オンラインゲームの落とし穴

- ゲームでの待ち合わせ ⇒ チーム戦、抜けられない
- ゲームレベル ⇒ もっと上に、^{たっせい}達成感
- ^{やくわり}役割 ⇒ ^{そんざい}存在価値、ゲーム仲間への^{しんらい}信頼
- アップデート ⇒ ステキな新企画、長時間、^{かきん}課金

やめられない、止まらない！

積み重ね

^{いぞん}ゲーム依存へ



② オンラインゲームによるトラブル

課金

- 親のクレジットカードを勝手に使うこともある。
子どもの中には、キャリア決済ではお金がかかっていないと思っている子どももいる。

ゲーム依存

- 世界保健機関（WHO）が2018年に「**ゲーム障害**」を国際疾病として正式に認定。
以下のような状態が続くと診断される。
 - ・ ゲームをする時間や頻度などを自分で**制御**できない。
 - ・ 日常生活に**支障**をきたしてもゲームを続ける。

暴言や嘘をつきやすくなる

- 仲間とのやりとりの中で、言葉が強くなったり、自分をよく見せようと嘘をつく

出会い

- 後ほど説明します。



ゲームを取り上げたら解決？

〇〇依存の人にとって、〇〇は杖と同じ

- 杖を取り上げたら生活できない⇒^{はげ}激しく^{ていこう}抵抗
- 杖の代わり=自分を支えてくれるものを渡す必要
- 依存になる子ども⇒^{こどく}孤独、^{じこ こうていかん}自己肯定感が低い
コミュニケーションが苦手

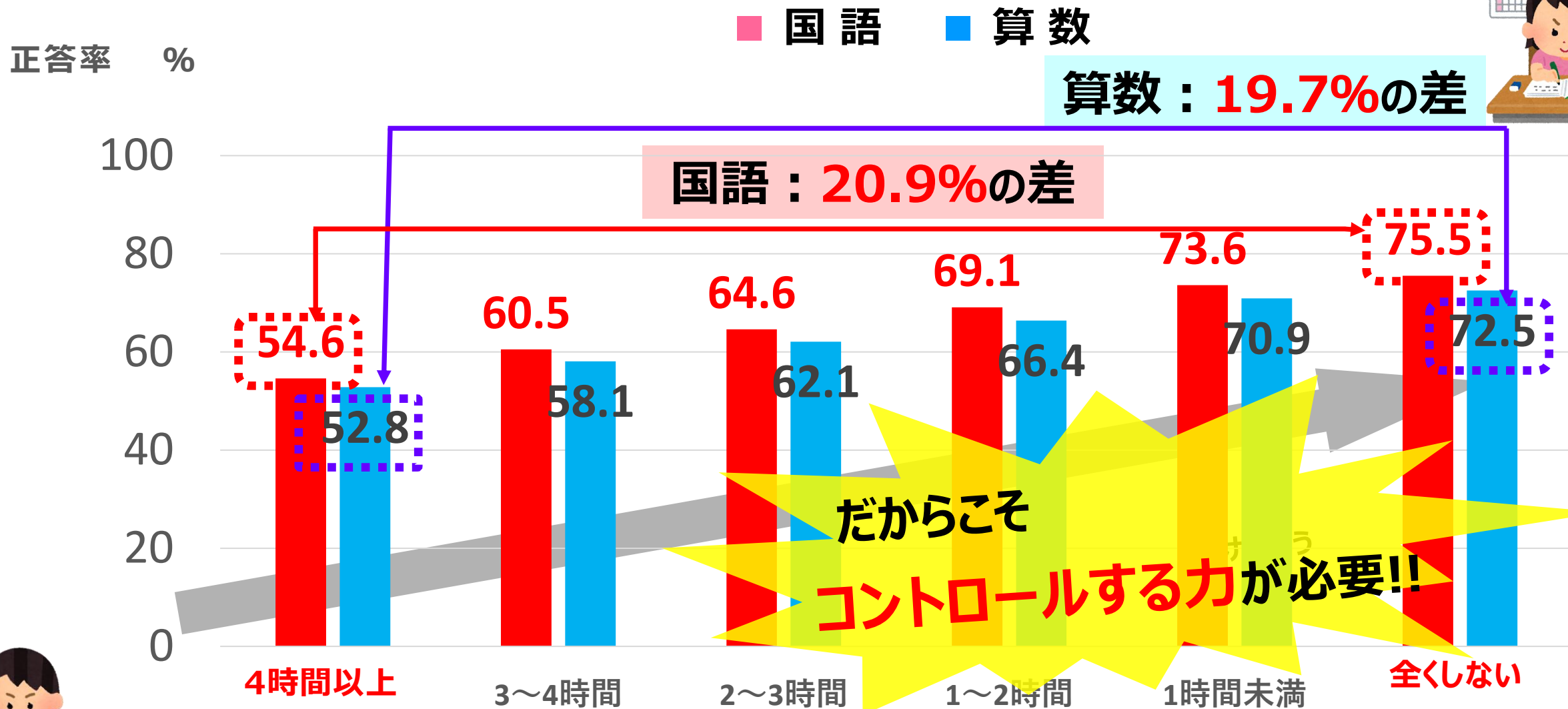
取り上げるだけでは解決しない

これがないと生活
できないよ！



問題の本質へのアプローチが必要

⑦ ちなみに、ゲームと学力の関係は？



* 令和4年度 全国学力・学習状況調査結果 (文部科学省)



本当は〇〇歳以上…

◇ セロ CEROTとは？

→ ゲームソフトの内容による
たいしょうねんれい ひょうじ
対象年齢の表示



- **CERO :C**

さいいじょう たいしょう
⇒ **15歳以上が対象**

- **保護者による見守りが必要**

⇒ **ゲームはリビングで等**



年齢区別対象となる表現・内容は含まれておらず、
全年齢対象である事を表示しています。



12才以上を対象とする
表現内容が含まれていることを表示しています。



15才以上を対象とする
表現内容が含まれていることを表示しています。




17才以上を対象とする
表現内容が含まれていることを表示しています。



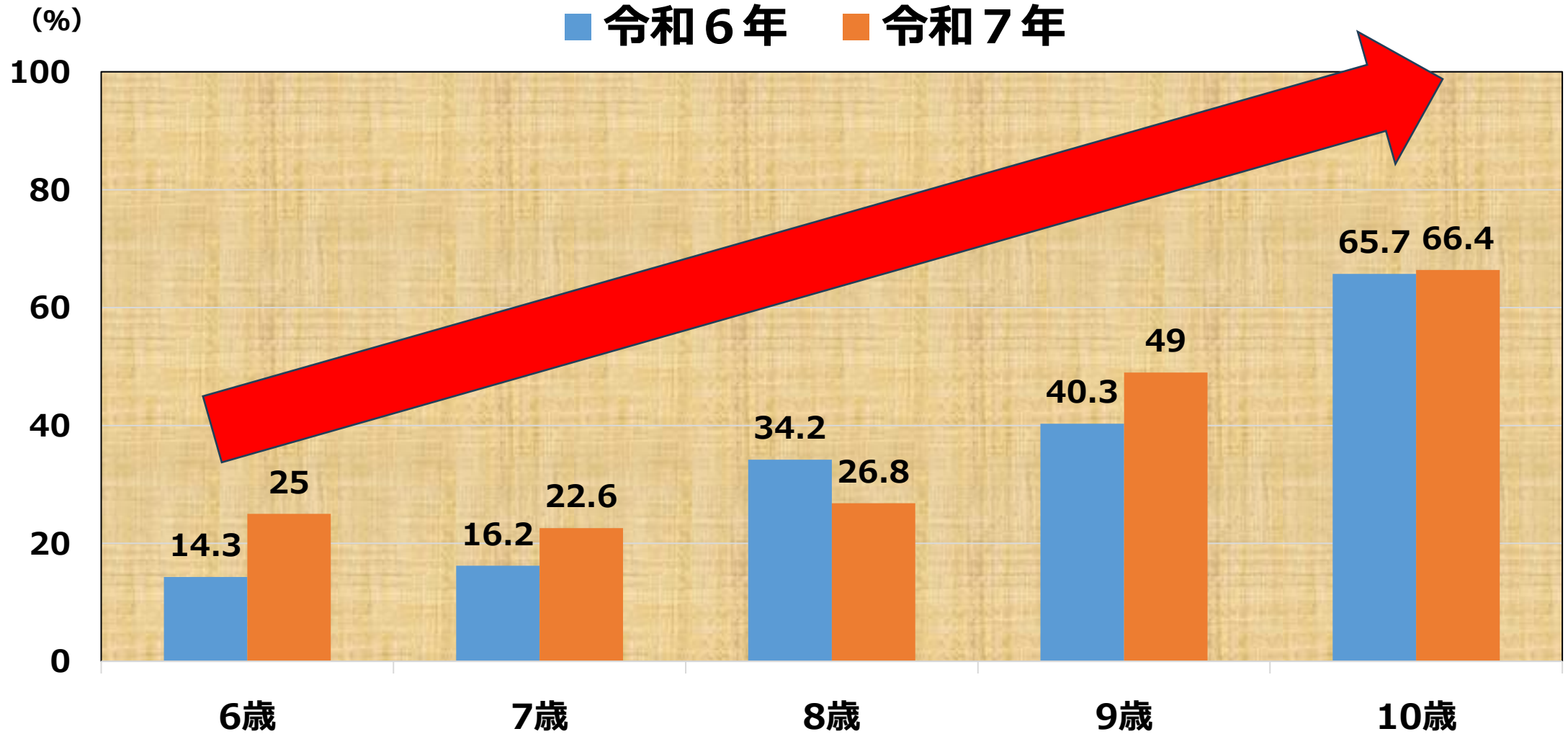
18才以上のみを対象とする
表現内容が含まれていることを表示しています。
(18才未満者に対して販売したり頒布したりしないことを前提とする区分)

トラブル事例②



ネットいじめ

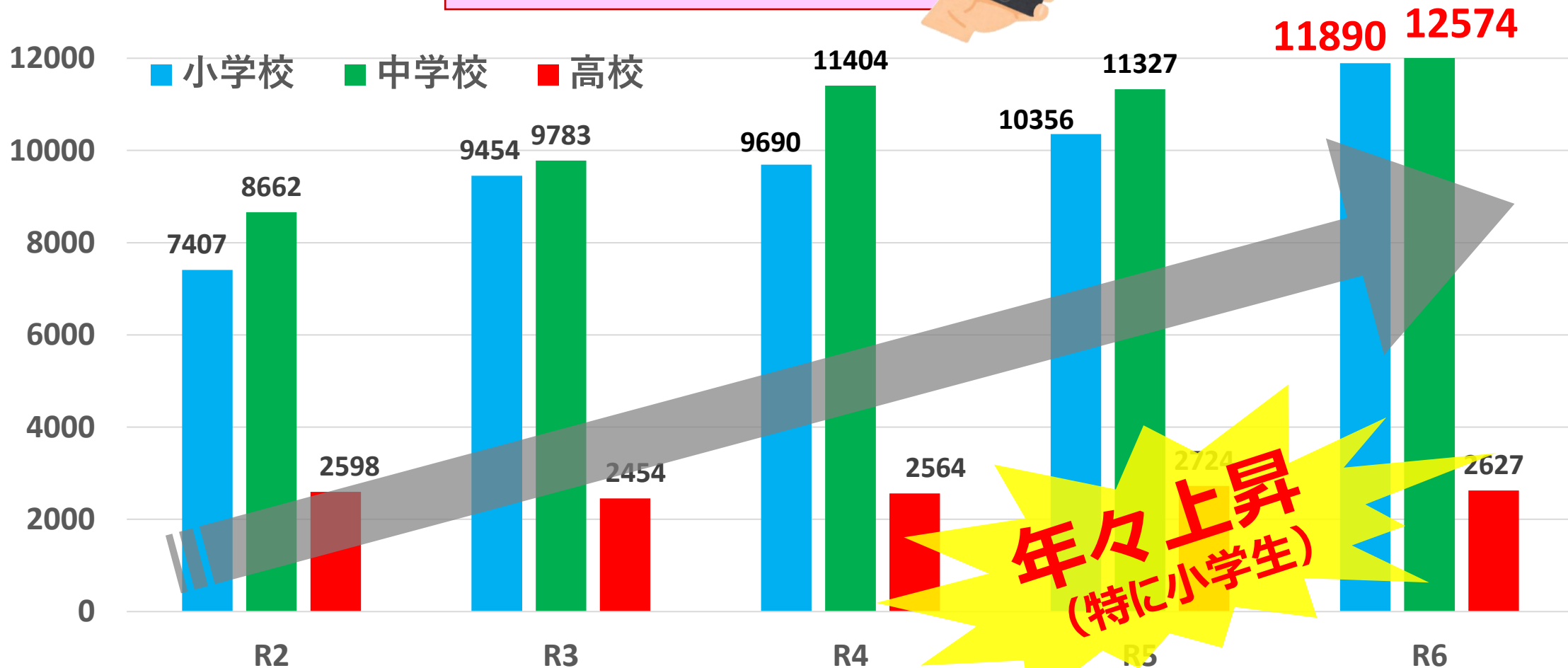
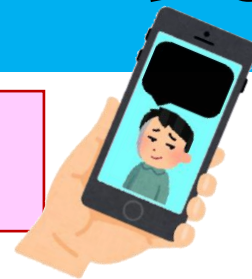
①スマートフォンの所持率



* 令和7年度青少年のインターネット利用環境実態調査 (こども家庭庁)

②携帯電話等での誹謗・中傷・いやなことをされる

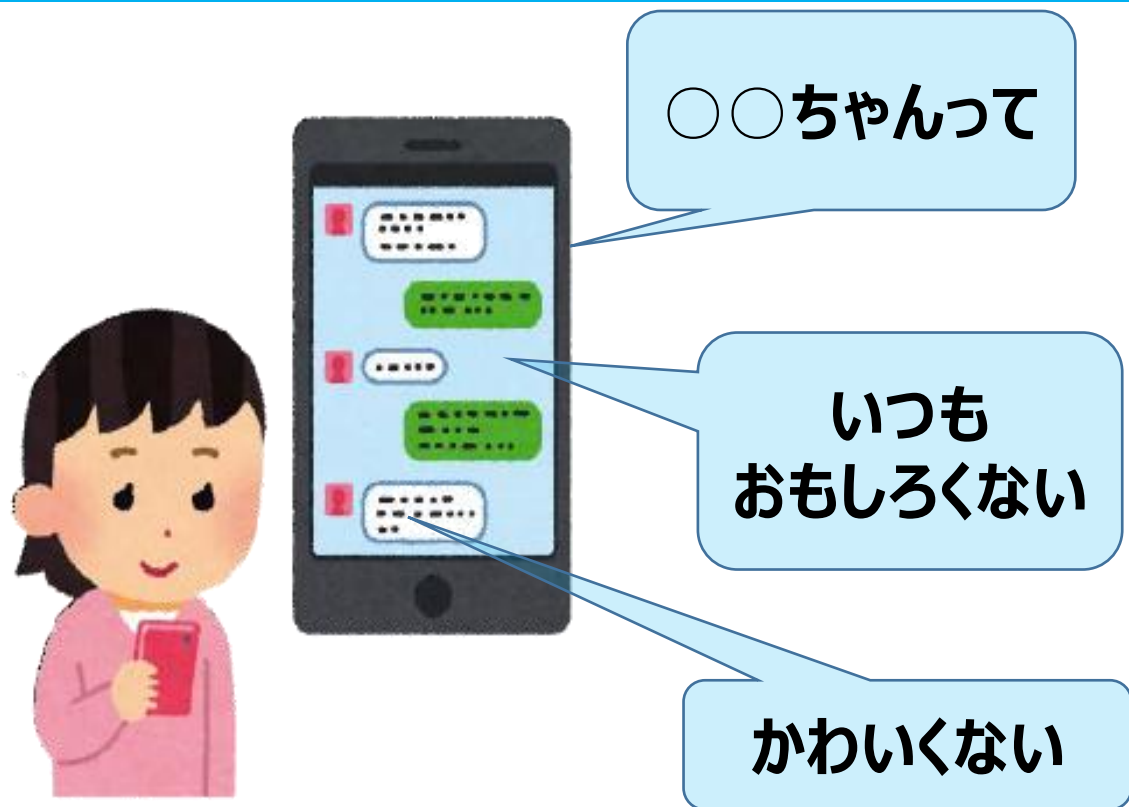
ネットいじめ



年々上昇
(特に小学生)

令和6年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について (文部科学省)

③ グループトークで・・・



メッセージの最後に

「？」マークをつけ忘れたことで・・・



「ひどい」などのメッセージ。
一方的にグループから外されることに

ネットいじめに発展

④ ネットいじめの「辛さ」「怖さ」

- ・匿名性
- ・24時間 どこにいても
- ・誰でも
- ・相手が見えない
- ・表に出ない（外部から見えにくい）
- ・証拠が消える（ストーリー機能：24時間で自動的に削除）

深刻化



「疑心暗鬼」「気持ちが休まらない」
「いつまでも記録が残る」「相手の表情が見えない」
「いじめる側といじめられる側の温度差」

トラブル事例③

A close-up photograph showing a hand pointing at a smartphone screen held by another hand. The phone screen displays a dark image of a hand. The entire image is overlaid with a semi-transparent grey filter.

犯罪被害

自分の情報を公開したら・・・

15:03



元Z小/第1中/いろんな人とつながりたい♡/メッセージ歓迎



駅の近くできれいな夕焼け見つけた！



📍 位置情報あり：△△にて撮影



友達と海行ってきた！おそろいの水着だよ♡
#夏の思い出



水着姿、似合ってるね！
スタイルいいなあ(^^)
●●●ちゃんの写真、もっと見たいよ～



イベントのチケット、当たった！やったあ！
でも、ぼっち参戦つら…誰か行く人いますか？



おめでとう！僕も当たったよ(*^o^*)
良かったら一緒に行かないかな？
一度会って話してみたいと思ってたんだ。



トラブルに発展しそうな点が

いくつかあります。

分かりますか？

自分の情報を公開したら

15:03

元Z小/第1中/いろんな人とつながりたい♡/メッセージ歓迎



駅の近くできれいな夕焼け見つけた!



📍 位置情報あり: △△にて撮影



友達と海行ってきた! おそろいの水着だよ♡
#夏の思い出



水着姿、似合ってるね!
スタイルいいなあ(^^)
●●●ちゃんの写真、もっと見たいよ~



イベントのチケット、当たった! やったあ!
でも、ぼっち参戦つら... 誰か行く人いますか?



おめでとう! 僕も当たったよ(*^o^*)
良かったら一緒に行かないかな?
一度会って話してみたいと思ってたんだ。

個人情報が分かってしまうと、ストーカーや誘拐被害などの原因になる。

悪いことをしている画像や動画を上げると、炎上したり、場合によっては大きな事件に発展することもある。

裸に近い写真は、他の人に悪用されて、ネットで広まってしまうこともある。

始めて会う人に誘拐されたい監禁される事件は実際に起きている。

4. 何に気をつけたらいいの？

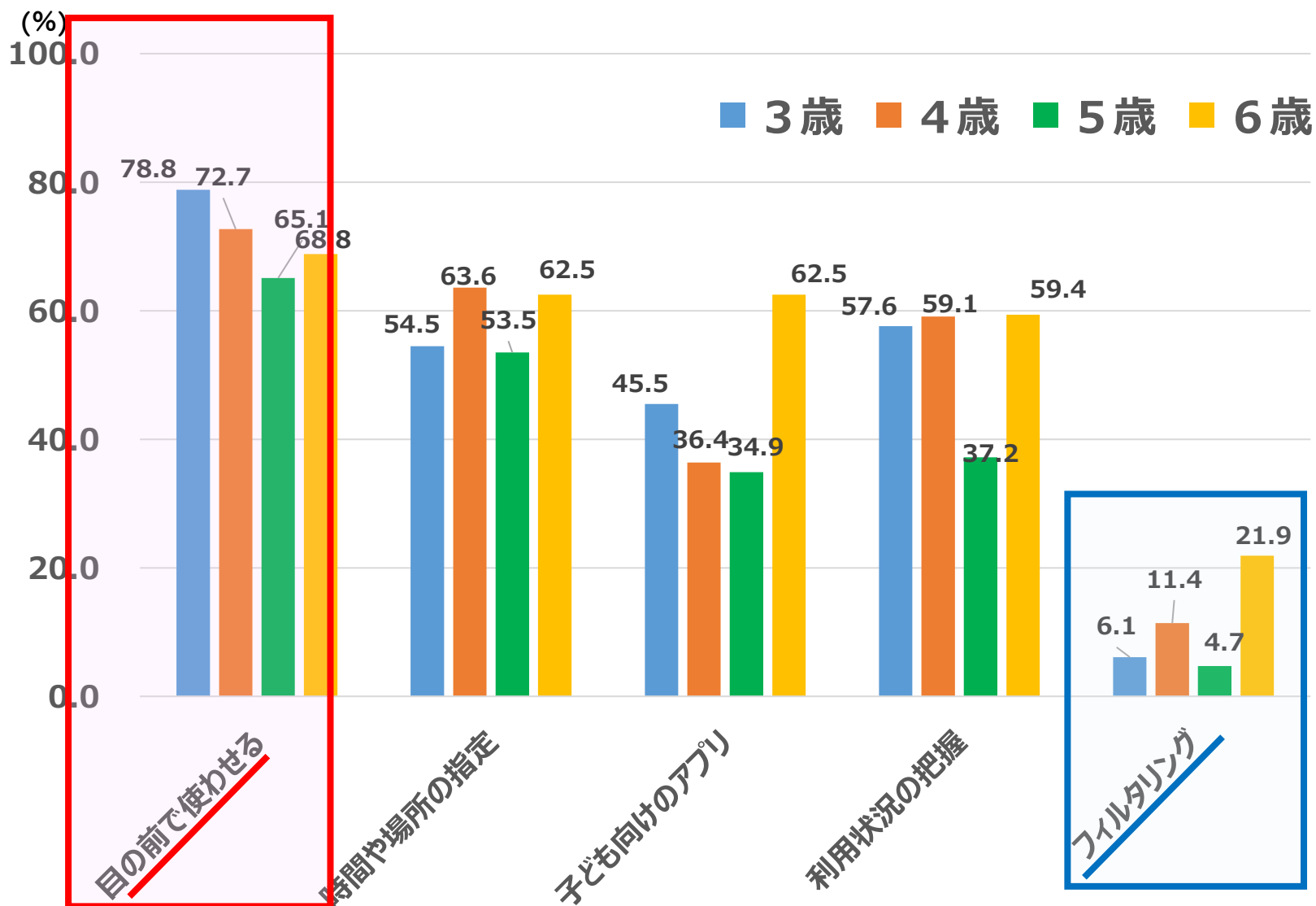
3つの具体的な提案

A close-up photograph of a person's hands using chopsticks to pick up food from a bento box. The person is wearing a blue t-shirt with white lettering. The background is a light-colored, patterned cloth. The image is overlaid with a semi-transparent white box containing the text '3つの具体的な提案'.

保護者はどんな取組をしているの？

令和7年度青少年のインターネット利用環境実態調査
(こども家庭庁)

保護者の取組 (子どもがスマホ利用)



- ・「(大人の)目の前で使わせている」が最も多い
- ・フィルタリングの利用はまだ少ない



スマホやゲーム機を使わせるときの注意点（流れ）

1

何をしたいのか
話を聞く



必要

2

ルールを決める



渡す時

3

利用に制限
をかける



はいらないでね

安全・安心 かしこい利用へ

1 スマホやゲームを使うメリット・デメリット

- **家事**がはかどる
- **ゲーム**や**動画・音楽**を楽しめる
- **外出先で静かに**して欲しい時に待つことができる
- **リテラシー**が身につく（学習アプリなどの活用）
- **親子で楽しむこと**で**コミュニケーション**がとれる



- **視力**の低下（ブルーライト、小さい画面）
- **コミュニケーション能力**の低下（会話や体験の不足）
- 動画やゲームなど**依存**の危険性
- **体力**の低下（外遊びの不足）
- 使いすぎによる**脳**へのダメージ



2

ルールづくりのヒント①

①子どもにも

わかりやすいものに



②ルールを決めたら

紙に書いてはる

(図や絵など)



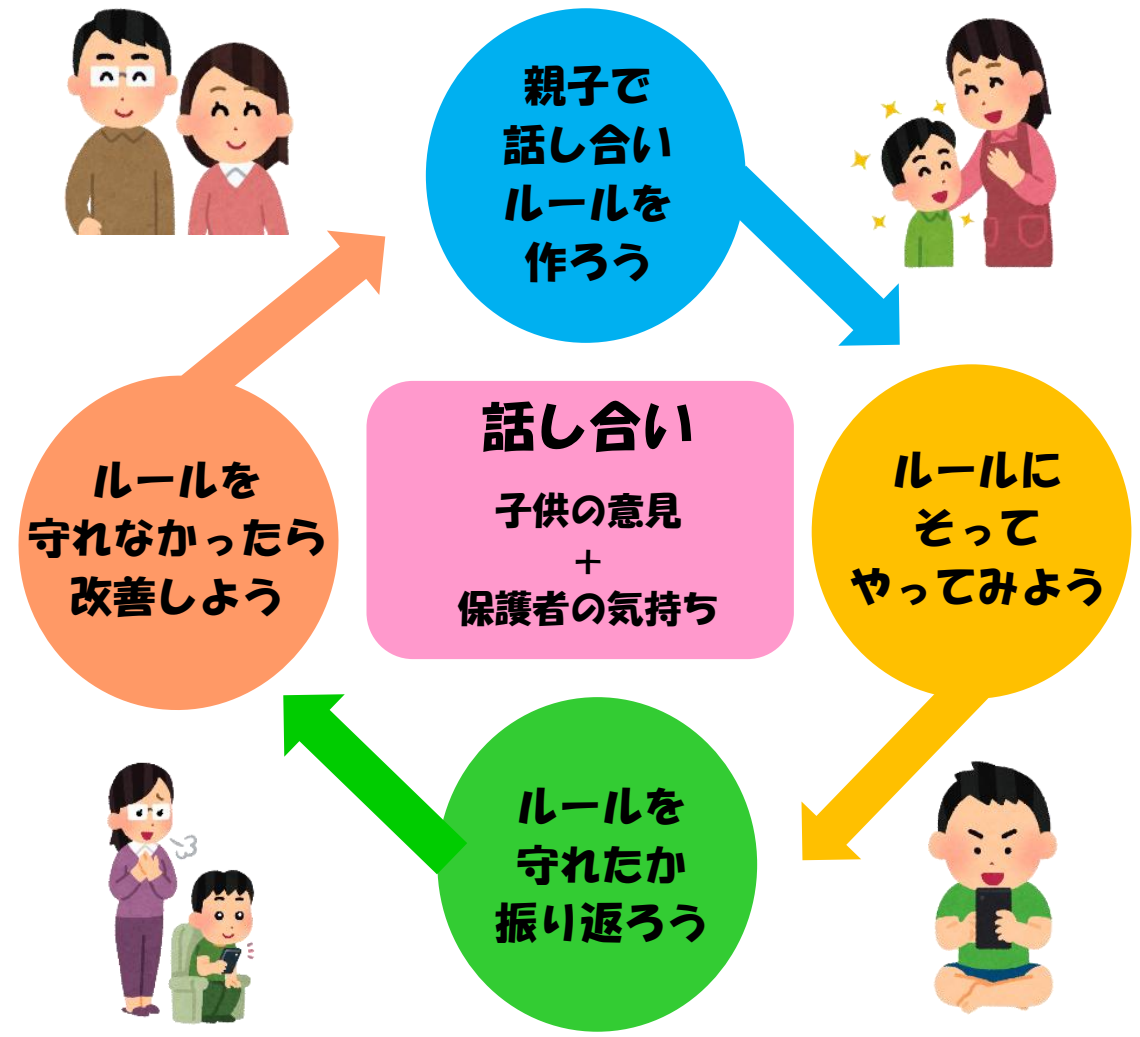
③ルールを守る習慣を

つける

(必要に応じて見直しも)



ルールは具体的に、見える化を！



◆ 3才をすぎたら

- ・ **見通しが立てられる言葉かけを！**（動画の本数、使う時間など）

みる動画は
2つまでだよ

長い針が
上にいくまでよ

スマホで
動画見たい



お父さんが
帰ってくる
までね



↑ **見通しが立てられない**

2 ルールづくりのヒント③

◆ 動画を見るときは・・・コミュニケーションのきっかけに

どの動物が
好き？

ライオンが
好き!!

〇〇が
楽しかったね

- ・ **一緒**に見ながら
内容について**話**をする
- ・ 視聴後に**感想**を伝え合う

2

〇〇家のマイルールを！！



家の「マイルール」



げつ	か	すい	もく	きん	と	にち

ルールは見えるところにはっておく

ルールは定期的に見直す

YouTube Kids
フィルタリングの
設定

「こども」がまもること

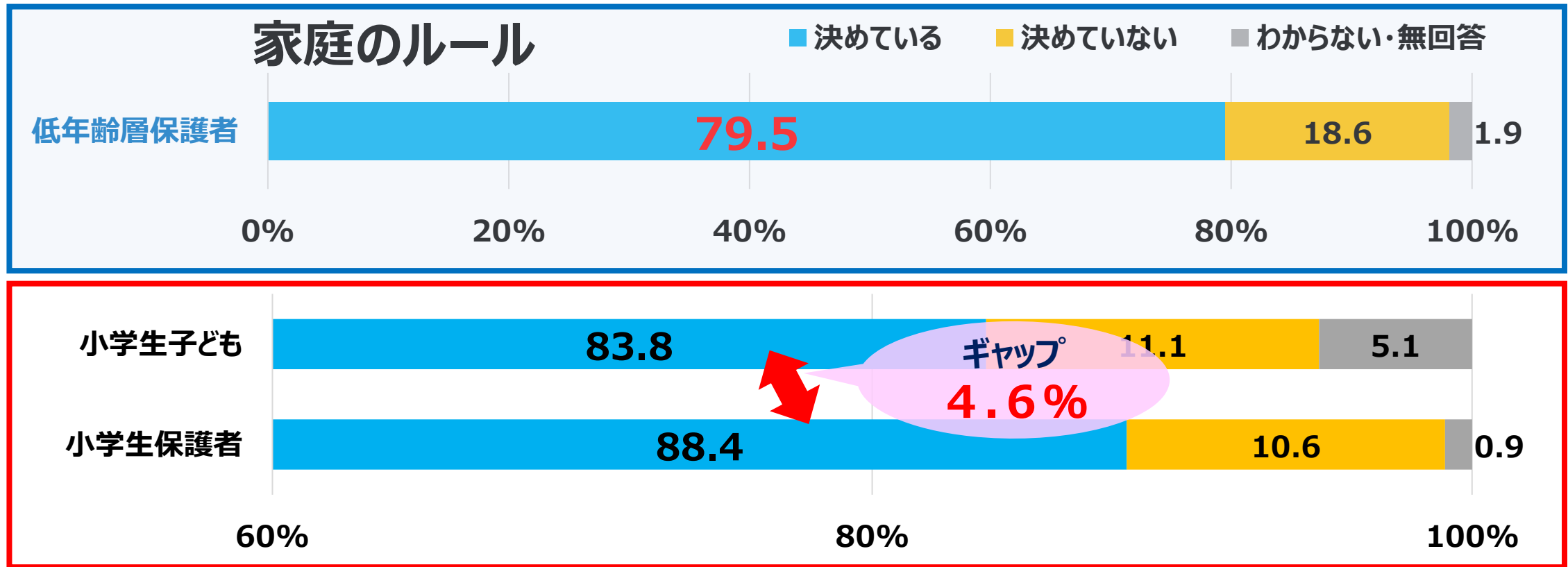
- ① じかん 1にち 20 ぶんまで
- ② ぼしょ リビング でつかう
- ③ かくにん つかうときは お母さん にかくにん

「ほごしゃ」がすること

- ① ひょうか **3つ**のやくそくがまもれたら **しーる1まい**
- ② ごほうび **5**まいしーるがたまれば **+ 10** ぶん
- ③ べなるてい **5**まいしーるがたまないと **- 10** ぶん

！ルールに関するギャップ

令和7年度青少年のインターネット利用環境実態調査
(こども家庭庁)



- ・ 園児の保護者のうち「ルールを決めている」との回答は81.6%
- ・ 子どもと保護者のルールに関するギャップも拡大傾向
⇒ **トラブルの元、ルールの見える化が必要**



3 利用に制限をかける (スマートフォン)

スマホは

フィルタリング機能を！

ふてきせつ 不適切なサイトや ゆうがい 有害アプリケーションから守り、
安全にスマートフォンを楽しむことを手助けする



かくやす 格安SIM会社も含めて、ふく全ての会社にあります！

※利用料や機能は会社によってちが違います。(利用料が無料の会社もあります。)



• せってい自分で設定できる!

• せつめい ショップでも説明・せってい設定が可能!

3

フィルタリングをかけると

フィルタリング設定

あんしんフィルター ログイン中のユーザー:080****4252 最終ログイン 2020/11/27 18:45:36 ログアウト

ウェブフィルタリング設定

左側のフィルター設定ボタンで、利用者に合わせてかんたんにフィルター強度設定が行えます。右側のブロックカテゴリにチェックが入っている項目に対してフィルタリングが行われます。

080****4252
現在のフィルター強度
小学生

フィルター設定ボタン

- 小学生
- 中学生
- 高校生
- 高校生プラス
- フィルターOFF
- 見せて良いサイト
- 見せたくないサイト
- 書き込みブロック
- 購入ページブロック

<input checked="" type="checkbox"/> アダルト	<input checked="" type="checkbox"/> 犯罪・暴力
<input checked="" type="checkbox"/> 性行為・性風俗	<input checked="" type="checkbox"/> グロテスク
<input checked="" type="checkbox"/> ノード・アダルトグッズ	<input checked="" type="checkbox"/> 犯罪・武器
<input checked="" type="checkbox"/> グラビア	<input checked="" type="checkbox"/> 不適切な薬物使用
<input checked="" type="checkbox"/> 性教育・性的話題	<input checked="" type="checkbox"/> カルト・テロリズム
<input type="checkbox"/> コミュニケーション	<input type="checkbox"/> エンターテイメント
<input checked="" type="checkbox"/> 出会い	<input type="checkbox"/> 芸能
<input checked="" type="checkbox"/> 掲示板	<input type="checkbox"/> 映画・演劇
<input type="checkbox"/> ブログ	<input type="checkbox"/> 音楽
<input checked="" type="checkbox"/> SNS	<input type="checkbox"/> TV・ラジオ
<input checked="" type="checkbox"/> 利用注意SNS	<input type="checkbox"/> 漫画・アニメ
<input checked="" type="checkbox"/> 会員向け掲示板	<input checked="" type="checkbox"/> 動画・音楽配信

もどる 設定保存



3

あんしんフィルターとは？

あんしんフィルター for au より



Android



3

あんしんフィルターについて

子どもの年齢に合わせて、強度を4段階に設定

小学生 スマホを初めて使う	中学生 スマホの操作に慣れている	高校生 サイトやアプリを正しく利用できる	高校生プラス SNSなども正しく利用できる
ゲーム	—	—	Androidは 利用できるアプリを カスタマイズもできます
動画・音楽	動画・音楽	—	—
SNS	SNS	SNS	—
出会い・アダルト	出会い・アダルト	出会い・アダルト	出会い・アダルト

制限できる対象例



使いすぎを防ぐ！



有害情報から守る！



利用状況がわかる！



居場所がわかる！

3

利用に制限をかける

ゲーム機は

ペアレンタルコントロール

保護者による使用制限ができる機能

- 例えば、N社やS社のゲーム機には、ペアレンタル機能がついており、家庭で設定できます。

フィルタリング

不適切なゲームやアプリへの制限する機能

- 例えば、N社では販売時からフィルタリング設定されている（無料）

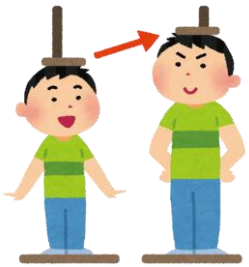


フィルタリングサービスの注意

注意！！ ⇒ 安易に解除しない。

□ 学齢別にフィルタリングの強度設定で調整

□ 見たいサイトやアプリを個別に設定できる、カスタマイズ機能



子どもの成長に合わせて効果的に活用

小学生になると、要求がエスカレート

子どもの安全は保護者の責務。

- ◇ 子どもたちがみたい『まとめサイト』特定の『掲示板』や『SNS』等には年齢規制がかかります。
- ◇ 「クラスメイトの話についていけなくなる。」「仲間外れにされる」と解除を求めてくるでしょう。



◆ 要望のあるサイトを保護者の方自らが確認する
その上で、子どもとの話し合いが必要です。

5. まとめ



子どもたちはずっと付き合っていく世代

◆ 無理やり「遮断」することが正しい？



・インターネットは**道具**

⇒インターネットがダメなのではなく、

付き合い方が大切

本日得た知識を

子どもたちのために活用してください

スマホ時代の子育て

◆ 何事も**スタート**が大切！

・小さなうちに、

安全で上手な使い方や習慣づくり



・年齢や力量、

日常生活に合わせた使い方を

意識してください。



こども家庭庁・警察庁・消費者庁・総務省・法務省・文部科学省・経済産業省

みんなで考えよう！

2025年1月発行

賢く・便利に・安全に！

今どきの
ネットの使い方

CHECK!



監修(敬称略・五十音順)

上沼紫野(弁護士・一般社団法人安心ネットづくり促進協議会理事)

尾花紀子(ネット教育アナリスト)

山崎篤史(全国国公立幼稚園・こども園 PTA連絡協議会会長)

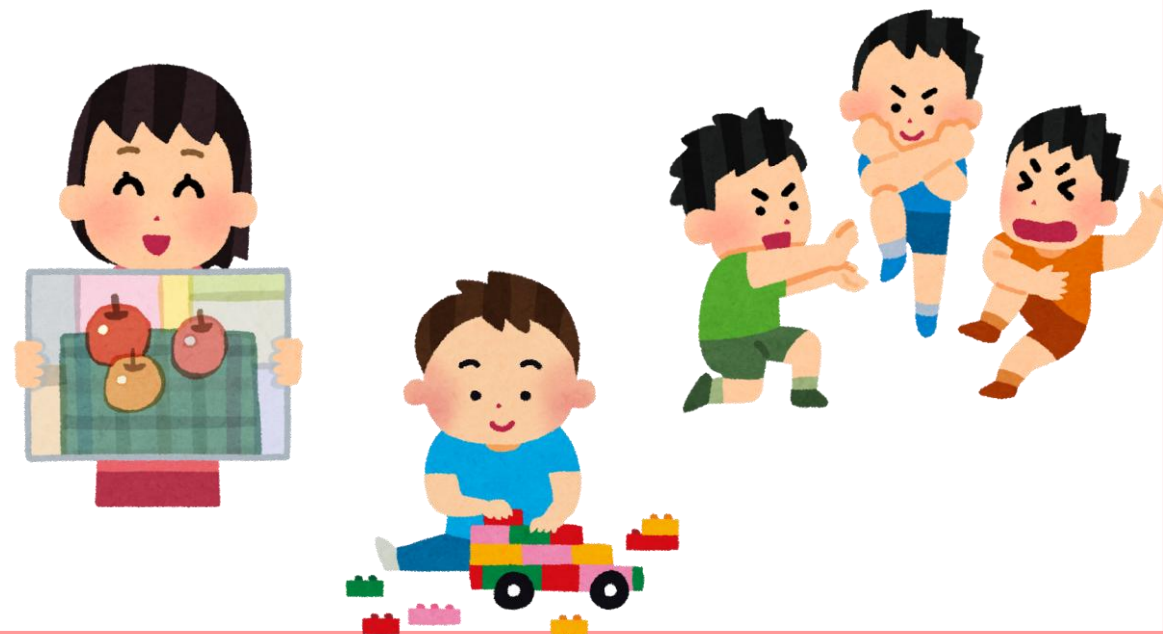
アプリでできる事、できない事

五感の発達に加え、**力加減**、**バランス感覚**、**眼球運動**、**距離感**の把握などの様々な感覚を育てるため、**本物に触れ**、**実際の体験**をなるべくさせるようにしましょう。

◆アプリで色々できるけど



◆本物も体験させて



スマホ・ゲーム機問題は…子育ての大問題

1 8歳のゴールを目指して、
どのタイミングで、どのくらいまでけっていけん決定権を渡していくか！

- スマホやゲーム機はほごしや保護者がこうにゆう購入したもの
= 保護者のものを使わせてあげている
= けっていけん決定権は保護者！

- きぜん毅然とした態度でダメ出し（理由も説明）
⇒ 大切な教育

今のあなたは
ここまでのけんり権利！
ここから先はダメ！



⑤ これからはより複雑に・・・

○ GIGAスクール構^{こうそ}想など（1人1台タブレット）

→ **子どものほうが知識を持っていく時代**
でも・・・子どもは子ども！

子どもに
まかせっきりは
トラブルにつながる！

見ている、関^{かんしん}心を持っていることを子どもに知らせる！

「知らない」・「わからない」で済^すまさない！



大人は大丈夫…？

子どもの使い方を^{ちゅうい}注意するのなら

大人たちが^{てほん}お手本に！

- 「子どもに**ダメ**だと言っているクセに、大人はやっている」
- 歩きスマホ、^{そうさ}食事時の操作、休みの日には
動画・ゲーム^{ざんまい}三昧…（大人の方が^{いぞん}**依存**？）
- 自宅の中、家の外でも^{せつど}**節度**ある使い方を



ぼくたちだけ
言われたって、
納得できないよ！

富士の国やまなし
観光キャラバン隊長

ただ ひしまる
「武田 菱丸」



スマホ・ゲームは

正しくわがりがしこく使おう



ありがとう
ございました



山梨県教育庁 社会教育課
青少年保護育成担当

電話：055-223-1356（直通）

小さなうちからの正しい習慣づくりが大切！
見直しませんか？スマホの使い方



山梨県教育庁社会教育課

幼稚園・保育所（園）等保護者向け

無料

ほっと！ ネットセミナー

ここがおすすめ！ 令和3年度から実施し、大変ご好評いただいております！

①ポイントをズバリ解説

・動画の見すぎ、ゲーム依存、家庭でのルールづくり等、
パワーポイントや動画を活用し、わかりやすく解説

②心にとどく情報

・子供とのやり取り、保護者の悩みに寄り添った豊富な
経験を生かし、すぐに使えて心に届く情報を提供

③いっしょに学習

・クイズやアンケートでコミュニケーションを取りなが
ら進め、困りごとへのアドバイスにも対応

幼稚園や保育所（園）、認定こども園などに職員（ニーズに応じて警察・携帯電話事業者）が出向きます。各種行事や保護者会など、ご要望に合わせて行います。実施を希望される場合は、申込期間内に下記QRコードまたは社会教育課HPに記載のURLからお申し込みください。なお、日程が重なった場合は、これまでの受講歴等を考慮した上での選考となりますので、あらかじめご了承ください。

問い合わせ
はこちら



ほっと！ネットセミナー

社会教育課

青少年保護育成担当

Tel：055-223-1356

HP：

<https://www.pref.yamanashi.jp/shougai-/sumahotokosodate/gakushukai.html>



【R8.9～12月申請用】



【R9.1～3月申請用】