

電子メディアとの付き合い方〔学習シートC〕

大好きなゲームの動画を観たあと、
そのゲームに関連する動画がおすすめされ、
自動的に再生がスタートした。

ショッピングサイトで、欲しいものを探していると、
似たような商品や関連する商品がおすすめ商品として紹介されたり、
他のサイトでもおすすめ商品の広告が表示されるようになったりした。

こんな経験ありませんか？

SNSに最近始めたダイエットについて投稿をしたら、共感のコメントがたくさん寄せられた。
コメントには他のダイエット法を紹介してくれるものもあり、すっかりダイエットオタクに。
あらゆるダイエットを試してはSNSに投稿しているが、中には効果が怪しいものも…。

そこには理由が…

インターネットの世界では、過去の検索・閲覧履歴にもとづいて、自分の好みに近い有益そうな情報が優先的に表示される仕組みになっています。その結果、自分色の泡のなかに閉じ込められているかのように、自分が見たいとされる情報しか見えなくなってしまう状態を「フィルターバブル」といいます。

SNS上でも、自分が意見を発信すると、それに似た意見があちこちから返ってくる場合があります。このように、何度も同じような意見を聞くことで、自分の意見が正しく、間違いのないものであると、より強く信じ込んでしまうことを「エコーチェンバー」といいます。

(出典：総務省「ネット&SNSよりよくつかって未来をつくろう」<https://www.soumu.go.jp/ict-mirai/>)

楽しいことだけじゃない！

スマホの裏側、知っておこう！



一緒に考えよう、これからの電子メディアとの付き合い方

生徒の皆さんへ

このシートは、電子メディア（スマートフォン、パソコン、タブレット、ゲーム機、携帯音楽プレーヤー等）との適切な付き合い方を学校や家庭で学習できるようにつくりました。このシートを利用して、自分の電子メディアの使い方を振り返ったり、友だち同士や家庭で話し合ったりできるようになっています。



やってみよう！
インターネット依存症
チェック！

① 若者の間で急増中!「ギャンブル依存症」

みなさんは、ギャンブルという言葉聞いたことがありますか。みなさんが、ギャンブルだと思うものを書き出してみま
しょう。

一般的にギャンブルには、日本国内における競馬、競輪、競艇、オートレースなどの公営競技、宝くじ、スポーツ振興くじ
(totoなど)、パチンコやスロットなどがあります。それ以外にも、FX、海外のカジノ、オンラインカジノ(金銭を賭けて行うイン
ターネット上のカジノ、スポーツベッティングなど)が考えられます。

自分には関係ない?ゲームからギャンブル依存症へ

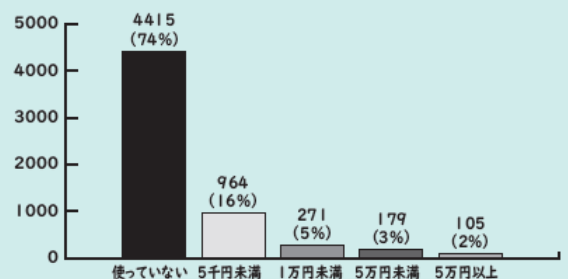
ギャンブル依存症とは、「自分の意志ではコントロールできなくなるほどギャンブルにのめり込んでしまう精神疾患」の一つ
です。ギャンブルをすること自体は、法律違反ではありません。(年齢制限あり。違法な賭博は除く。)問題なのは、過度に行
うと依存症などの問題を引き起こすことです。依存症になることで、日常生活や社会生活に支障を生じさせるだけでなく、多
額の借金や犯罪等の重大な社会問題を生じさせる場合があるなど、大きな社会問題となっています。

では、なぜギャンブル依存症に陥ってしまうのでしょうか。例えば、ゲームを例に考えてみましょう。

スマートフォンを使ったオンラインゲームには、ゲームを有利に進めるためにくじを引いて、ゲーム内で用いるアイテムを得
ることができる「ガチャ」と呼ばれるシステムがあるものがあります。はじめは、無料ガチャしかしていなかったが、レアアイテ
ムが欲しいと思って何度も課金してガチャを引いていたら高額な請求が届いた。このような話はよく聞いたことがあるので
はないでしょうか。このように、「ガチャ」も、ギャンブル等と同じように
射幸(偶然に得られる成功や利益を当てにすること)性が高く、ガチャ
からギャンブル等へつながる危険性もあるのです。

県内の高校生・大学生を対象としたアンケート(右図)では、約4
割がゲーム課金をしたことがあると回答しました。また、定期的にゲ
ームにお金を費やす人は少数であることがわかった一方で、高校生
の中にも5万円以上課金したと回答した者もあり、高額請求等のト
ラブルの危険性があります。

ゲーム課金額を教えてください(直近3カ月の平均値)



R6鳥取県ギャンブル等依存症意識調査アンケート

社会問題「オンラインカジノ」

近年、問題になっているオンラインカジノもスマートフォンで、手軽に利用できるため、ギャンブル依存症への入り口となる
可能性があります。特に、オンラインカジノは依存症になりやすいように作られていると言います。オンラインカジノは、「依存に
なるのが早い」「借金が多くなりやすい」「借金などから犯罪に巻き込まれやすい」とも言われ、大変危険です。

オンラインカジノの多くは、ポイントなどを購入してゲームを行い、獲得したポイントを換金する仕組みになっています。「入
金不要」「初回ボーナスプレゼント」のように、初めは無料で利用できるサービスなどで巧妙におすすめて利用者を誘い
込んでいます。こうした気軽さから、一般のオンラインゲームでの課金との境界が曖昧になり、犯罪に手を染めている自覚が
ないまま利用してしまうケースも少なくないとの指摘もあります。

「オンラインカジノは海外で合法的に運営されているから利用しても大丈夫」「日本には取り締まる法律がない」といった
誤った情報発信も見受けられますが、日本国内からオンラインカジノを行うことは犯罪です。

ギャンブルにのめり込むと、人生(生活)にどんな影響があると思いますか。

② 気を付けて！インターネットに潜むお金のワナ

「闇バイト」は“バイト”ではなく、 犯罪実行者の募集です！

みなさんは闇バイトについて知っていますか？ここ数年で急速に耳にすることが増えました。警察庁『令和5年における特殊詐欺の認知・検挙状況等について』によれば、特殊詐欺での少年・少女の検挙人員は446人。被害者からお金等を受け取る「受け子」として検挙された人の中でも5人に1人が20歳未満となっています。

闇バイトの多くは、SNSで募集されます。＃高収入、＃即金などといったハッシュタグを使い、簡単に稼げる仕事として誘い込んだり、「あなたのスキルを活かせる」「だれでもできる簡単な作業」といった言葉で興味や安心感を持たせたりしています。また、最初は簡単なアンケートや登録と称し、氏名、連絡先、銀行口座などの個人情報を聞き出そうとすることがあります。

「闇バイト」では、犯罪グループが、申し込んだ人たちを確実に犯罪に向かわせるための手段が、個人情報をたてにした『脅迫』です。秘匿性の高い通信アプリ（シグナルやテレグラムなど）をインストールするよう指示されたり、その後、「アルバイトをするための登録のために必要だ」などと個人情報を送るよう、求められたりするといいます。

要求を断ったり、離脱しようとしたりすると、入手した個人情報を基に執拗に脅迫し、抜け出すことが難しくなります。

興味があっても反応しない、面白がって広めない、外から見えないやり取りはしない、を心がけましょう。



↑「インターネットトラブル事例集2025」（総務省）
(https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/case/case12.htmlより)

危険だとわかっているのに闇バイトに手を出してしまう人がいるのは、どうしてでしょう。

普通のバイト？闇バイト？

SNSなどにメッセージ投稿された「簡単な仕事で高額収入」は、犯罪実行者の募集と捉えるのが鍵です。また、“安全”で“簡単にたくさん稼げる”仕事を見つけたら、疑ってかかるのが無難です。犯罪に加担してしまったり、脅されて抜けられなくなったりしないために、できることはなんでしょう。

見極めるポイント① うまい話にはウラがある

…SNSなどの人づて情報や個人的な仕事には要注意が必要です。社名や団体名を調べて、名前がなければ応募しないようにしましょう。簡単に儲けられるなら、人には教えません。

見極めるポイント② 詳しくは直接やり取りで？！

…他者から見えない直接やり取りできる方法（シグナル、テレグラム等でのやりとり）を指示されたら危険です。連絡を取らず思い留まりましょう。

見極めるポイント③ 怪しいバイトへの登録はNG

…仕事に必要なことから学生証などの身分証明書の写真を送るように指示されることがあります。登録したあなたの個人情報は犯罪者に渡り、脅迫の材料になります。

このシートの使い方

保護者の皆様へ

学校での学習や家庭での生活の中でタブレット、スマートフォン等電子メディアはなくてはならないものとなり、子どもたちにも浸透しています。子どもたちにとって、親しみやすく、便利で楽しいものとなっている反面、友人関係のトラブルや生活習慣の乱れなどが深刻化していることから、上手に付き合っていくことが求められています。利用に際してトラブルに巻き込まれないよう、このシートを作成しました。子どもたちが「自分で考え」、友人同士や家庭で「話し合う」構成になっていますので、ご活用ください。

鳥取県青少年健全育成条例が改正されました(令和7年4月)

このたびの条例改正により、保護者の皆様に、青少年にSNSの適切な利用方法等を習得させること、ペアレンタルコントロールを強化することの努力義務が追加されました。

保護者、学校関係者及び関係団体は

青少年(18歳未満の子ども)がSNSを利用する際、個人情報の漏えい、いじめ、誹謗中傷、性的な被害等に遭わないよう、SNSの適切な利用方法を指導していただくようお願いします。

保護者は

次に掲げる事項について、青少年の権利を尊重しつつ、ペアレンタルコントロール(※)を適切に実施してください。

- いわゆる闇バイトを募集する広告やオンラインカジノなどに誘引する有害情報の閲覧および視聴を防止すること
- SNSアプリについて、保護者が同意したものに限り利用できるようにすること

(※) ペアレンタルコントロールとは…

「あんしんフィルター」などの青少年有害情報フィルタリングサービスを利用すること等により、有害サイトへのアクセスや利用できるアプリ、スマートフォンの利用時間を制限すること。



条例改正の詳細

困ったときの相談窓口

もしものときや、困ったときは、一人で悩まず、相談しましょう。
親身になって話を聞いてくれます。

インターネットを
利用した犯罪に
あつたら

〔鳥取県警察本部〕

〔警察相談専用電話〕 #9110 (通常の通話料がかかります。ダイヤル回線及び一部のIP電話不可)
0857-27-9110

〔サイバー犯罪対策課〕 0857-23-0110 (代表)

架空請求に悩んだり、
請求の内容に疑問を感じたら

〔消費者ホットライン〕 188 (局番なし)

〔鳥取県消費生活センター〕

〔東部消費生活相談室〕 0857-26-7605 (県庁第2庁舎2階)

〔中部消費生活相談室〕 0858-22-3000 (倉吉交流プラザ2階)

〔西部消費生活相談室〕 0859-34-2648 (米子コンベンションセンター4階)

ネットいじめに
悩んだら

〔相談電話・メール〕

〔24時間子供SOSダイヤル〕 0120-0-78310 (無料・毎日24時間)

〔いじめ相談メール〕 ijime@g.torikyo.ed.jp

〔いじめ110番〕 0857-28-8718 (毎日24時間)

〔子どもの人権110番〕 0120-007-110 (平日のみ8:30~17:15) (無料・IP電話不可)

お子様がインターネットの使いすぎで生活習慣がみだ乱れていると感じたら、まずは学校やかかりつけ医などに相談してみましょう。
また、専門機関に相談したいときは下記の機関にご相談いただけます。

使いすぎで心身や
日常生活に支障が
でているときには

〔鳥取県教育委員会生徒支援・教育相談センター〕 0857-31-3956 (平日のみ8:30~17:15)

〔鳥取市保健所〕 0857-22-5616

〔中部総合事務所倉吉保健所〕 0858-23-3921

〔西部総合事務所米子保健所〕 0859-31-9310

〔県立精神保健福祉センター〕 0857-21-3031

その他ネットやSNS
の利用で悩んだら

〔青少年SNS・ネット悩みごと相談窓口〕 0857-26-7798 (平日のみ13:00~17:00)

seishounensoudan@pref.tottori.lg.jp

〔参考〕・政府広報オンライン<https://www.gov-online.go.jp/article/202411/entry-6786.html#firstSection>

・「ギャンブル等依存症」などを予防するために 文部科学省H31.3 https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/_icsFiles/afieldfile/2019/04/05/1415166_1.pdf

・総務省「上手にネットと付き合おう 安心安全なインターネット利用ガイド」https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/special/fakenews/

・犯罪実行者募集情報に応募している人へ 警察庁生活安全企画課R6.11.14 <https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/yamibaito/soudan20241114.pdf>

・「インターネットトラブル事例集2025」(総務省) https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/case/case12.html

・ギャンブル等依存症対策推進基本計画(令和7年3月21日) https://www.kantei.go.jp/jp/singi/gambletou_izonsho/pdf/kihon_keikaku_honbun_20250321.pdf

・鳥取県アルコール健康障害・依存症対策推進計画(令和6年4月) <https://www.pref.tottori.lg.jp/secure/1355186/izonkeikaku6.pdf>

・『闇バイト』の真実 高額報酬をうたう犯罪実行役の募集 #SNS 実行犯~政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/prg/prg27114.html>

・NHKスペシャル オンラインカジノ“人間操作”の正体 https://plus.nhk.jp/watch/st/g1_2025042011699

・犯罪実行者募集情報の特徴 鳥取県警察R6.10.30 <https://www.pref.tottori.lg.jp/secure/1374258/yamibaitonotokutyou.pdf>

・総務省「ネット&SNSよりよくつなぐ未来をつくろう」<https://www.soumu.go.jp/ict-mirai/>