

電子メディアとの付き合い方〔学習ノートD〕

こんな経験ありませんか？

動画サイトで子猫の動画を観たあと、別のかわいい猫動画がおすすめされ、自動的に再生がスタートした。



旅行の計画のため、予約サイトや口コミサイトで情報収集していたら、旅行とは関係のないニュースサイトなどでも、おすすめ広告が表示されるようになった。

実はこれ、要注意です

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ことがあります。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。

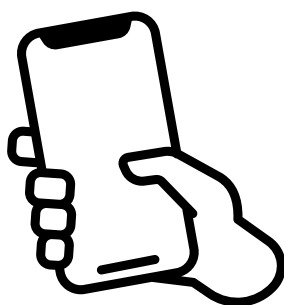
(出典：総務省「ネット&SNSよりよくつかって未来をつくろう」<https://www.soumu.go.jp/ict-mirai/>)

楽しいことだけじゃない！ スマホの裏側、知っておこう

闇バイト

ダークパターン

フィルターバブル
エコーチェンバー



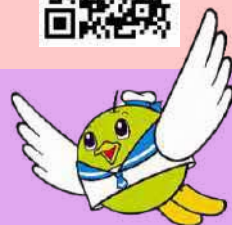
フェイク
ニュース

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

このノートは、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、携帯音楽プレイヤー等）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。このノートを利用して、自分の電子メディアの使い方をふり返ったり、友達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



「闇バイト」は“バイト”ではなく、犯罪実行者の募集です！



出典：「インターネットトラブル事例集2026」（総務省）

それ本当に自分の意思？ネットに潜む『ダークパターン』

ダークパターンってなに？

ダークパターンとは、「消費者が気づかないうちに、損をさせたり、不要な契約をさせたりするウェブデザインなどの手法」のこと。みんなの焦りや勘違いを誘うように作られています。



高校生がハマりやすい！4大ダークパターン

① 潜入ダマシ型	無料マンガアプリで、スクロールしていたら 広告の「×」ボタンが小さすぎて 、間違えて広告サイトに飛ばされる。
② サブスク引き止め型	「最初の1か月無料」の動画配信サービス。解約しようとしたら 解約ページがどこにあるか分からない 。質問攻めに合って途中で諦めそうになる。
③ カウントダウン型	通販サイトで「いま〇人がこの商品を見ています！」「残りあと2個！」と表示され、 冷静な判断を奪って 買わせようとする。
④ 勝手にチェック型	スニーカーを買う手続きを進めたら、最終画面で頼んでもいない「有料の保証プラン」に 最初からチェックが入っている 。

ダークパターンから身を守る「3つの心得」

- ・ **「あと〇分」「残りわずか」にだまされない！**
今の自分にとって本当に今すぐ必要なものか、一度スマホを置いて10分考えよう。
- ・ **「確定」「購入」ボタンを押す前に、画面をスクロールして全チェック！**
合計金額が想定通りか、勝手にオプションがついていないか、最後の最後まで確認するクセをつけよう。
- ・ **「無料体験」に登録したら、その場で「解約日」をカレンダーにメモ！**
解約手続きのページも、登録した瞬間にブックマーク（お気に入り保存）しておくで後で困りません。

○今日からできる自分流 ダークパターン対策をいろいろ考えてみよう。

＜生徒のみなさんへ＞

より良い学習ノートを作るために、みなさんの感想を聞かせてください。
簡単なアンケートですので、ご協力よろしくお願いします。



【家族と一緒に確認しましょう】 鳥取県青少年健全育成条例より

保護者には、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が義務付けられています。(努力義務)

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ください。

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。



鳥取県人権尊重の社会づくり条例より

- インターネット上の人権侵害に関する投稿に対し、県がご相談に応じます。
- 命令を受けた者が命令に従わないときは、発信者の氏名や呼称等及び当該命令の内容を公表します。
- 命令に違反した者は、5万円以下の過料に処します。
- 削除要請等を行うにあたっては、表現の自由に配慮して慎重な手続を行います。
- 当事者が未成年者の場合、削除要請等を行うにあたっては、当事者の心身への影響に十分配慮します。
- インターネットの利用に関するリテラシー向上を積極的に推進します。



条例について知りたい人は
こちらをチェック！



こちらから
啓発動画をチェック！！



ネットトラブルに関する相談窓口

もしものときは、一人で悩まず、相談しましょう。



ネットを利用した
犯罪に遭ったら

【警察相談専用電話】 # 9 1 1 0 (平日のみ8:30~17:15)

【サイバー犯罪対策課】 0 8 5 7 - 2 3 - 0 1 1 0 (代表)(平日のみ8:30~17:15)

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】 1 8 8 (局番なし)(毎日24時間)

【鳥取県消費生活センター】 東・中・西部の各消費生活相談室

ネットいじめに悩んだら

【24時間子どもSOSダイヤル】 0 1 2 0 - 0 - 7 8 3 1 0 (無料・毎日24時間)

【いじめ110番】 0 8 5 7 - 2 8 - 8 7 1 8 (毎日24時間)

お子様がインターネットの使い過ぎで生活習慣が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。

使い過ぎで心身や日常生活
に支障が出ているときは

【鳥取県教育委員会生徒支援・教育相談センター】

0 8 5 7 - 3 1 - 3 9 5 6 (平日のみ9:00~17:00)

【その他】 東・中・西部の各保健所 等

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】

0 8 5 7 - 2 6 - 7 7 9 8 (平日のみ13:00~17:00)

seishounensoudan@pref.tottori.lg.jp

【参考】

- ・ ことば家庭庁「令和7年度 青少年のインターネット利用環境実態調査」 https://www.cfa.go.jp/policies/youth-kankyou/internet_research/results-etc/
- ・ 総務省「便利なインターネットに潜む罠 -ダークパターンに気を付けよう」 <https://www.soumu.go.jp/dpa/column04/>
- ・ 警察庁「特殊詐欺の認知・検挙状況等について」 <https://www.npa.go.jp/publications/statistics/sousa/sagi.html>

