

べん
便利!
き けん
危険?

なにそれ wwwwww
おもしろくないんだけど

クスクス

じ ぶん まも
自分を守る
ネットリテラシー

わたしもみんなに
あ 合わせなきゃ
いけないのかな……

エス

エヌ

エス

SNSに

ひそむ

き

けん

危険



デマだから
転送しないこと!

あと この下の
URL は絶対に
タップしちゃ
ダメだからね!!



勉強垢はいいけどさー
それいろいろやばくない?

は?

監修 遠藤 美季

はじめに 2

この本の見方 3

episode
1チェーンメールが回って来たら
どうすればいいの? 6

チェーンメールや詐欺メールってどんなもの? 8

こうすれば大丈夫! 11

episode
2メッセージのやりとりで
トラブルになっちゃった 12

メッセージのやりとりで誤解されやすい表現 14

こうすれば大丈夫! 16

column①

読者投稿型サイトって何? 17

episode
3

その投稿、大丈夫? 18

SNSってどんなもの? 20

こうすれば大丈夫! 23

episode
4グループトークで
仲間はずれに 24気軽に使えるからこそ
SNSでは自分にブレーキを 26

こうすれば大丈夫! 27

わたしもみんなに
合わせなきゃ
いけないのかな.....episode
5人を傷つけるような
書きこみにショック! 28

炎上ってどんなこと? 30

こうすれば大丈夫! 31

episode
6SNSの出会いには
危険がいっぱい! 32

SNSの出会いで気をつけること 34

本当にあった事件 36

column②

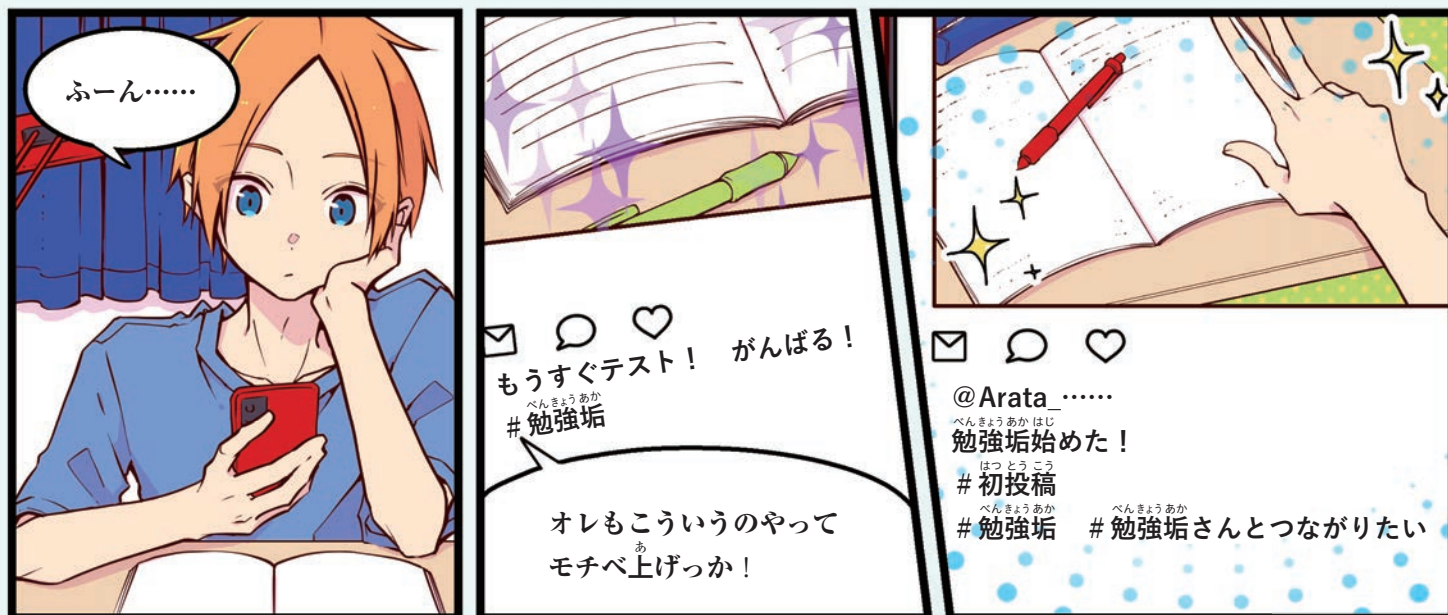
子どもにとってSNSってどうなの? 37



相談先

インターネットの
トラブルについて
相談したいときは
38

その投稿、大丈夫？



Q

顔も名前も出していないのに
どうして勉強や日常生活の写真を
投稿したら危ないの？



A

本のレシートに書かれた店名や、家の前が工事中というコメントなどを組み合わせて、個人情報を知りだすことができます。それが、SNSなどのソーシャルメディアの身バレ（身元が特定されること）につながっています。身バレすると、ストーカーや空き巣などの犯罪に巻き込まれるリスクが高まります。

画像をアップロードするときは
どうすればいい？

位置情報を消しておこう

スマホで撮る写真には、撮影日時や撮影場所などの情報が記録されます。これをExif情報といいます。投稿するときは、この情報を消す必要があります。自動的にExif情報が削除されるSNSもあるので、利用しているSNSが対応しているか必ず確認しましょう。カメラの位置情報をオフにすることもできます。

見せたくない部分はしっかり加工

モザイク加工をすれば安全に思えますが、取り除くツールがあるので確実ではありません。また、マーカー機能でぬりつぶしても、画面を明るくすれば見えるようになります。見せたくない部分は、トリミングしたり、スタンプで加工したりして、しっかりとくすようにしましょう。

「いいね」も
個人情報のヒントに

顔や氏名、学校名を公表していなくても、フォローワート士の「いいね」の履歴や、フォローやフォローワートのリストをヒントに、学校や自宅、趣味などの個人情報を特定されることがあります。これをさけるため、プロフィールは非公開にして、フォロー申請には気軽に応じないといった対策が必要です。



投稿するなら位置情報とか、個人の特定につながる情報を
投稿しないように気をつけたほうがいいってことだ

自分は安全だと思わないことが
大事だね



SNSってどんなもの？

SNSは、Social Networking Serviceの略で、インターネットを利用して、家族や友だちだけでなく、世界中の人たちとコミュニケーションが取れるサービスです。年齢も住む場所もちがう人たちと、メッセージのやりとりや写真や動画の共有が可能です。X（旧Twitter）、Instagramなどさまざまな種類があります。

SNSの対象年齢は？

LINEの利用推奨年齢は12歳以上、TikTokやX（旧Twitter）、Instagramの利用は13歳以上とされています。本来、小学生は対象外ですが、利用率が上がっているのが問題となっています。利用する場合は、家の人とよく話し合い、SNSのトラブルに巻き込まれないために、有害・違法な情報へのアクセスを制限するフィルタリングを設定するようにしましょう。

* 18歳未満の未成年が使用するスマホを契約する際、フィルタリングサービスを提供することが携帯電話業者に義務づけられています。

LINE（ライン）

メッセージや通話だけでなく、写真や動画の共有もできるコミュニケーションアプリです。日本でいちばん使われているSNSで、利用推奨年齢は12歳以上。小学生の利用には保護者の許可が必要です。

X（エックス）／旧Twitter

メッセージ（ポスト＝つぶやき）に対して、ほかのユーザーが共感を示したり、コメントをしたりすることができます。拡散機能やユーザー同士がやりとりするDM※機能があります。利用は13歳以上。

Instagram（インスタグラム）

写真や動画の投稿に特化したSNS。24時間で投稿が消える「ストーリーズ」という機能や、ショート動画を投稿する「リール」という機能があります。コメントを書きこんだり、DM※でやりとりしたりすることもできます。利用は13歳以上。

TikTok（ティックトック）

動画の投稿や共有が気軽にできるSNS。15秒～60秒の短い動画が中心ですが、10分までの長い動画も投稿でき、ほかのユーザーとコラボすることもできます。利用は13歳以上。

※ DM…Direct Message の略で、特定の相手と送受信するメッセージのこと。

※ 20ページ参照

SNSは時間も場所も飛びこえて人とつながれる！

インターネットがつながる場所なら、24時間いつでも、世界中どこにいても利用できるのがSNS。自分の日記、作品、仕事など、情報を自由に発信でき、同じSNSを利用している人同士なら、世界中の誰とでもつながることができます。同時に、見知らぬ人とも簡単にやりとりできるため、トラブルに巻き込まれる危険もあります。

24時間いつでもどこにいても、だれとでも交流できる

幅広い年代の人たちと意見を交換したり、同じものを共有したりできる

おなじ趣味や考えの人たちとつながることができる

いいと思ったら「いいね」と発信し、自分の投稿にも「いいね」してもらえる

ネットに公開した情報は消せない

いたずらをしている写真などを、軽い気持ちでSNSに投稿したらどうなるでしょうか？「すぐに消せば問題ない」なんてことはありません。だれかがそれを保存していれば、再び投稿、拡散されてネット上に残り続けるからです。このように消せない情報を「デジタルタトゥー」といいます。

とくに個人情報や、はだかや下着姿の写真が人の手にわたると、悪用されたりネットに投稿するおどされたりする危険があります。投稿するのにもメッセージで送るのも絶対にやめましょう。「ネットの投稿は一生消せない」ことを前提に、投稿する前によく内容を確認することが大事です。

* 児童ポルノ禁止法では、18歳未満の児童のはだか等の写真や動画を撮影、保存するだけでも処罰の対象となります。

軽い気持ちで投稿

進学先でうわさに……

就職時にバレて……



投稿した写真で居場所や個人情報わかる!?

何気ない日常のスナップ写真でも、そこからさまざまな情報を読み取ることができます。1枚では難しくても、複数の写真を組み合わせれば、背景や服装、投稿の内容などから、学校や住所、行動パターンなどがわかることもあります。SNSでつながっている友だちの投稿から、



電信柱からどこを通っているかわかる

自分の情報もれることも……。住所や居場所が特定されると、ストーカーや空き巣などの犯罪に巻き込まれる危険性が高まります。自宅近くや家の前、窓からの風景、駅名などが写りこんだ写真は投稿しないようにしましょう。



時計があると
いつもの時間に
散歩するかわかる

建物の形から
住所がわかる

どのようなものから個人情報がもれるの?



制服や
ユニフォーム

全身が写っていないくても、えりの形やデザイン、ラインの色や本数などで学校が特定できる。



マンホール

地方公共団体の名前や地域限定のデザインのほか、識別番号などから場所がわかることも。



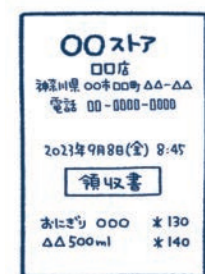
瞳に
映りこむ風景

顔写真を拡大して、瞳に映りこんだ風景から、その人がいる場所を特定することができる。



事件や事故

リアルタイムの事件や事故について投稿すると、それを見た人に、いる場所や通学路を特定される。



レシート

店の近くに学校や自宅があると推測される。時間もわかるので行動パターンが特定される。



ペットとの
散歩

自宅付近を散歩することが多いので、風景から住んでいる地域を特定される。

こうすれば大丈夫!

Instagramの
ストーリーズは
本当に消えるの?



Instagramには、投稿しても24時間で消えるストーリーズという機能があります。ところが、公開されているあいだにスクショ(スクリーンショット)※や動画キャプチャでコピーされたら、自分ではどうすることもできません。投稿は、ネット上に掲載しても大丈夫なものだけにしましょう。

※スクショ(スクリーンショット)…パソコンやスマホなどで、表示している画面を画像として保存すること。

非公開でも要注意!

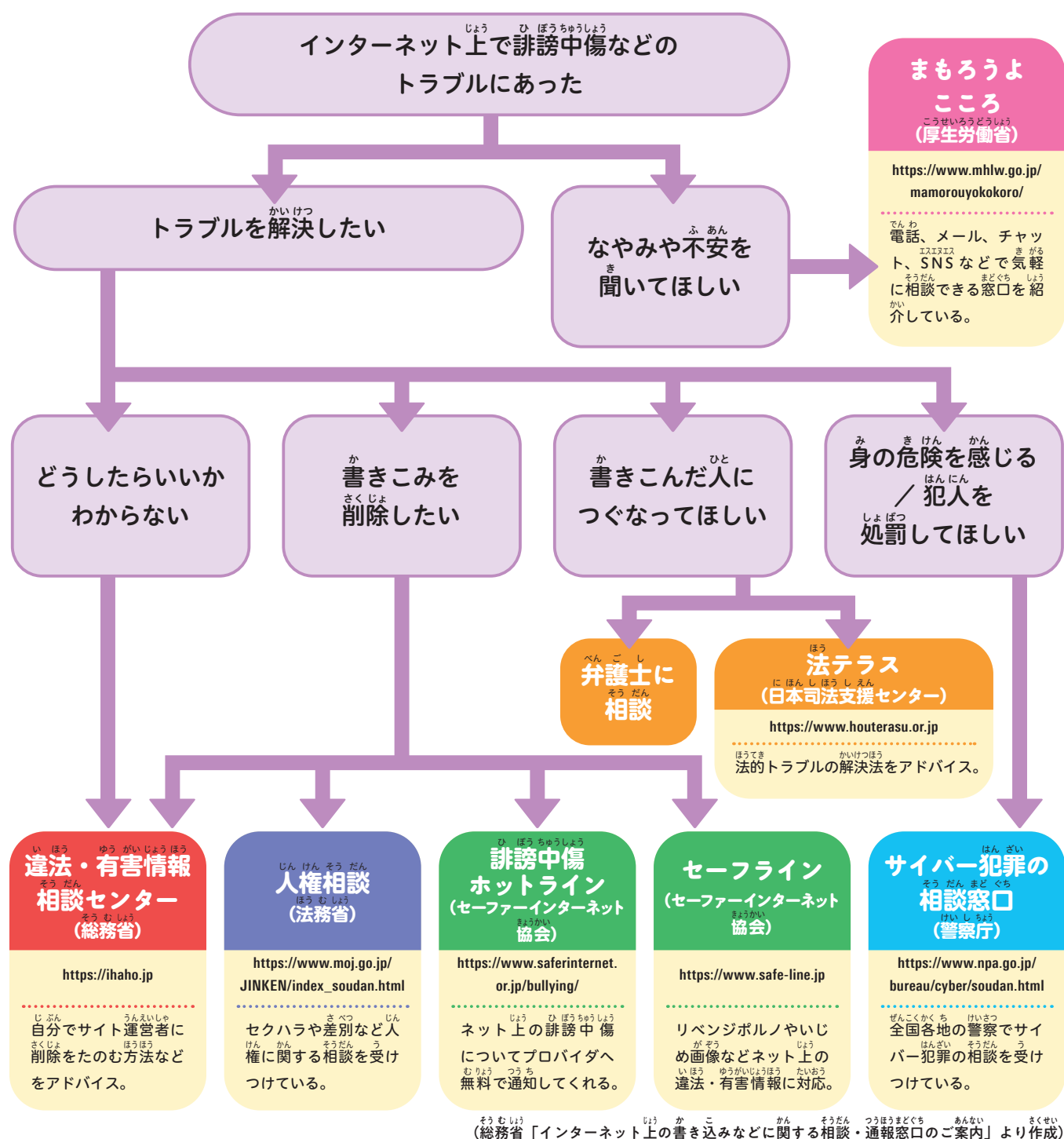
SNSの多くは、アカウントの公開範囲を「自分のみ」「一般公開」「一部の人に公開」というように設定できます。例えば、Instagramではアカウントを「非公開」に設定すれば、フォロー以外からは見られなくなります。プライバシーを守るために、アカウントを非公開に設定することがおすすめです。ただし、承認したアカウントのだれかが、あなたの投稿画像を保存し、投稿することがあるかもしれません。非公開だからと安心せず、内容をよく見直し、個人情報や公にできないことは投稿しないように注意しましょう。

「いいね」を
気にしすぎないで!



自分の投稿に「いいね」がつくと、自分が評価されたようでうれしいですね。ただ、「いいね」の数を気にしすぎると心がつかれてしまいます。その数は、決してあなたの価値を決めるものではありません。「いいね」をもらうことを目的とせず、SNSで楽しい世界をどんどん広げてください。

インターネットのトラブルについて相談したいときは



ネットやスマホのトラブルについて相談したいときは

こたエール (東京都 都民安全推進本部)

https://www.tokyohelpdesk.metro.tokyo.lg.jp

見覚えのないお金を請求された、SNS で知り合った人に「会いたい」といわれた、自分の画像を送ってしまった、または、ネットでいじめを受けているなど、ネットやスマホのさまざまなトラブルについて、対応策をアドバイスしてくれるのが「こたエール」。名前をいう必要はなく、電話・メール・LINE で相談できる。

消費者ホットライン (消費者庁)

局番なしの「188」!

ネット上の買い物に関するトラブルなどの相談窓口を案内してくれる。

便利! 危険?

ぜん 3 巻

自分を守るネットリテラシー

●監修: 遠藤 美季 ・A4変型判/各40ページ ・NDC370/図書館用堅牢製本

「タブレットやスマホを使う」「SNSで情報発信をする」「ネットでゲームやショッピングをする」……。

どれも小中学生が学校や生活で日常的にしていることです。本書では、ネットを使う小中学生にとって身近なトラブルをマンガで紹介し、回避策を提示しています。

マンガで「あなたならどうするか?」を考えてみましょう。どこに原因があったのか、どうすればトラブルを防げるかを解説から学び、1人1台しっかり活用できるネットリテラシーを、本シリーズで身につけてください。



基本を知ってリスク回避

タブレットやスマホを使うときの注意点を軸に、授業で役立つ著作権や家庭で活かせるタブレット・スマホを使うためのルールづくり方を収録。

- episode 1 タブレットを使うときに注意したいこと
- episode 2 自分のID、パスワードは最高機密!
- episode 3 タブレットやスマホを使い過ぎると
- episode 4 その情報、信じて大丈夫?
- episode 5 タブレットやスマホとうまく付き合っていくには?



SNSにひそむ危険

SNSを楽しむ使いこなすためのコツや、ネットを介したメッセージのやりとりのポイント、犯罪に巻きこまれないための注意点を解説。

- episode 1 チェーンメールが回って来たらどうすればいいの?
- episode 2 メッセージのやりとりでトラブルになっちゃった
- episode 3 その投稿、大丈夫?
- episode 4 グループトークで仲間はずれに
- episode 5 人を傷つけるような書きこみにショック!
- episode 6 SNS の出会いには危険がいっぱい!



ネットゲーム・ショッピングの罠

ネットショッピングでだまされないために気をつけたいこと、ネット(オンライン)ゲームをするときの課金やチャットトラブルを防ぐ方法をくわしく紹介。

- episode 1 ネットショッピングは便利で楽しいけど
- episode 2 これって違法なダウンロード?
- episode 3 どうしても欲しいアイテムが売ってる
- episode 4 ゲームに夢中になりすぎてない?
- episode 5 ネットゲームでトラブル発生!