

ほけんだより



令和7年 10月号
多摩市立大松台小学校
校長 齊藤康人
養護教諭 武井佳那

朝晩冷え込むようになりました。季節の変わり目は日中との気温差も大きく、体調を崩しやすい季節でもあります。天候によって衣服を調節したり、体調によっては無理をさせたりしないなど、引き続きご家庭での健康管理をよろしくお願いいたします。



子供の SNS に起因した犯罪被害の状況～警視庁の資料より～

警視庁から出ている資料「令和6年における少年非行及び子供の性被害の状況」より、令和6年の SNS に起因する事犯の統計データをご紹介します。



- SNS に起因する事犯の被害児童数⇒ **1486人**
- 被害児童の学識別⇒ 小学生**136人**（9.2％） 中学生**715人**（48.1％） 高校生**582人**（39.2％）
- 被害児童のアクセス手段⇒ スマートフォン**1449人**（97.5％）
- 被害児童のフィルタリング利用状況 利用の有無が判明した801人中⇒ 利用なし**720人**（89.9％）
- 最初に投稿した者⇒ 被害児童**1071人**（72.1％） 被疑者**218人**（14.7％）

SNS に起因する事犯は中高生だけではなく、小学生にも起きています。フィルタリングを利用していない人の割合が高いこともデータからわかりました。SNS を通じた被害等から子供たちを守るためにも、日頃からお子様と SNS の使い方やご家庭でのルールについて話し合っただけだと思います。

ペアレンタルコントロールを活用しましょう

○ペアレンタルコントロールとは…

子供のインターネットの利用状況を把握したり安全管理を行ったりすることができる機能。

フィルタリングサービス※（子供に有害な情報を閲覧できなくする機能）や、利用時間やアプリなどを制限できるサービスなどがあります。使用しているキャリアによって設定方法は異なります。

被害から子供を守るために、ペアレンタルコントロールやフィルタリングを活用してお子様に適した利用環境の設定をしましょう。（※18歳未満の青少年が携帯電話を利用する場合、法令等によりフィルタリングサービスの適用が義務付けられています。）

○ペアレンタルコントロールを利用できる主なサービス

【端末】Android、iOS

【SNS】Instagram、TikTok、LINE

【ゲーム機器】NintendoSwitch、PlayStation



SNS 使用の際に家庭でできること

〇アプリやゲームの対象年齢を確認しましょう。

アプリやゲームには、レーティング（対象区分マーク）があります。内容が子供の視聴や利用に適しているかどうかで区分されています。また、アプリ内や公式サイトにはガイドライン（安心安全ガイドラインやコミュニティガイドライン等の名称もある）があります。お子様がアプリやゲームを使用する際には、レーティングやガイドラインを確認しましょう。

【アプリのレーティング具体例】

数字の後ろに付く「+」は、「〇歳以上のユーザー向けに推奨」という意味です。

「13+」は「13歳以上」です。

アプリ名	レーティング	アプリ名	レーティング
LINE	13+	Threads	13+
Instagram	13+	GRAVITY（グラビティ）	13+
Tik Tok	13+	ピグパーティー	13+
X（旧 Twitter）	16+	Pococha Live	16+

YouTube 13+

⇒ 子供のためのアプリ「YouTube Kids」は4+です。また、YouTube には「制限付きモード」があります。成人向けコンテンツを含んでいる可能性のある動画が表示されないようになります（100% 正確というわけではないです）。マイページの設定→全般のページから「制限付きモード」の設定や、休憩通知・おやすみ時間通知などの設定ができます。



【ゲームのレーティング具体例】

（例）フォートナイト ⇒ CERO C 区分（15歳以上推奨）

フォートナイトのゲームのペアレントコントロールについては、Epic Games の公式サイト内「安全とセキュリティセンター」のページ内に詳細が載っています。成人向けの言葉を非表示にしたり、チャットの許可の管理ができたり、様々なペアレントコントロールの設定ができます。

お子様が遊んでいるゲームソフトに関しても、レーティングやガイドライン等を確認しましょう。

スマートフォンやインターネットの仕組みの基準は「大人向け」です。大人向けの道具やツールを設定変更せずにそのまま子供に使わせるのではなく、少し手間でも子供の成長や上達具合に応じた調整・変更をお願いします。子供が大人になった時に、安全に正しく使えるよう、ステップを踏んでいきましょう。

参考にした資料のリンクはこちら

警視庁「なくそう、子供の性被害。」—STOP！子供の性被害—

https://www.npa.go.jp/policy_area/no_cp/prevent/

警視庁「少年非行及び子供の性被害」—令和6年における少年非行等及び子供の性被害の状況—

<https://www.npa.go.jp/publications/statistics/safetylife/syonen.html>

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/preschool/

児童向け（クラスに配布します）

10月の保健目標 「目を大切にしよう」

10月10日は目の愛護デーです。みなさんは普段、目に優しい生活を心がけていますか？一度目が悪くなると、なかなか思うように目はよくならないのだそうです。一生使う目を大切にしたいですね。

目に優しい生活



前髪は目にかからないように



姿勢よく座って本を読む



適度な明かりで勉強する



ゲームは時間を決めて休む



十分なすいみんをとる



バランスの良い食事をする



目が疲れたときは…

目にホットタオルなどをあてて温めたり、上下左右に動かす目の体操をしたり、窓の外など遠くを見ることで、目の疲れを和らげることができます。

運動会におきて

体の疲れを次の日に残さないように、早寝早起きをして一日三食しっかり食べて運動会にむけて調子を整えましょう。

足にあった靴をはこう！



- ☐ 面ファスナーやヒモで甲を密着できる
- ☐ かかとの周りがしっかりしている
- ☐ つま先の部分に余裕がある
- ☐ 靴底がやわらかい

check point

