

はじめてのスマホ 安心ガイド

親子で確認したい3つの約束

▶ 初めてスマホを持つ小学生のご家庭へ

お子さんが初めてスマホを手にする日は、家族にとって特別な日です。
一方で、スマホは便利な道具であると同時に、知らない人とつながる窓にもなります。
「禁止」ではなく「一緒に約束する」ことから始めましょう。

1

使う時間を決めよう

「夜**9時まで**」「1日**〇時間**まで」など、家族で具体的な時間を決めます。**夜はリビングで充電する**と決めれば、布団の中での使いすぎを防げます。

＊ お子さんと一緒に決めることが大切です。

2

知らない人とつながらない

SNS・LINEだけでなく、**ゲームのチャットやボイスチャット**（Roblox・Fortnite・Minecraftなど）でも、知らない人からの呼びかけに返事をしない。怖いと思ったら、すぐ大人に見せる。子どもをねらった「やさしい知らない人」は実際にいます。

＊ 友達申請・グループ招待も、必ず親に相談してから。

3

困ったらすぐ相談

失敗したとき、変なものを見てしまったとき、ケンカになったとき、課金してしまったとき——
「**怒らないから、まず話してほしい**」と伝えておきます。子どもが隠さずに話せる関係をつくる
ことが、最大の安全対策です。

★ 大人へのお願い

この紙はお子さんと一緒に読んでください。「読ませて終わり」ではなく、3つの約束について**10分でも親子で話す時間**を作っていただけると、内容がぐっと身につきます。裏面には保護者向けの設定ガイドがあります。

スマホを渡す前にやっておく設定

お子さんが安全にスマホを使うために、最低限やっておきたい設定と、いざというときの相談窓口をまとめました。詳しい設定手順は、ページ下部のQRコードから netliteracy.jp 保護者ガイドへ。

① 利用機能の制限（ペアレンタルコントロール）

iPhone / iPad

設定 → スクリーンタイム を有効化。休止時間・アプリの使用制限・コンテンツ&プライバシー制限の3つを基本に設定。

▶ QRから「iPhone設定ガイド」へ

Android

Google Family Link（保護者が利用時間などを管理できる無料アプリ）を保護者のスマホにインストール。アプリタイマー・おやすみ時間・コンテンツ制限を設定。

▶ QRから「Android設定ガイド」へ

② 渡す前に必ず確認したい設定

- ☐ 位置情報の共有 — 写真や投稿に位置情報が付かないようオフに（必要なときだけオンに）
- ☐ アプリ内課金 — パスワード入力を必須にし、お子さんに番号を教えない
- ☐ コンテンツ制限 — アプリの年齢制限・YouTubeの「制限付きモード」をオンに
- ☐ 利用時間 — 平日と休日でルールを分ける。夜間（21時以降など）は使えないように設定
- ☐ 連絡先・メッセージ — 知らない番号からのメッセージはブロック設定を活用
- ☐ 写真の投稿 — 投稿する写真に家・学校・制服が写っていないか、親子で必ず確認する習慣を

③ 困ったときの相談窓口（保護者・お子さん共通）

24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310	いじめ・トラブル全般（無料・24時間）
子どもの人権110番	0120-007-110	子どもの人権に関わる相談（無料・法務省）
消費者ホットライン	188（いやや!）	課金トラブル・契約トラブル
警察相談専用電話	#9110	性被害・間バイト勧誘など（緊急時は110番）

このガイドの使い方

- ・スマホ購入時、保護者会、個人面談などのタイミングで配布してください。
- ・表面はお子さんと一緒に読む紙、裏面は保護者だけが読む紙として設計されています。
- ・設定手順は機種・OSバージョンで少しずつ異なります。最新の手順はQRコードから確認できます。
- ・中学生版・高校生版も準備中です。



詳しい設定手順
netliteracy.jp
保護者ガイドへ