



他にもこんなトラブルが!

トラブル解決へのアドバイスは、「こたエール」のホームページに詳しく掲載しています。相談事例検索のチャットボットもあるので活用してみよう。

コミュニケーショントラブル SNSへの書き込みからトラブルに…。

SNSを見ていて、ある人の投稿に傷ついたので、その投稿を批判する書き込みをしたら、その人から開示請求すると言われた。

アドバイス

名誉毀損や誹謗中傷に対して実際に開示請求をされた例はあるため、今後はSNSでの行動には気をつけてほしい。相手がこれからどのように行動するかを予測するのは難しいことから、相手との関係がインターネット上だけであり面識がないなら、このまま様子を見ることを勧める。アカウントの削除は、これ以上トラブルを大きくしないための対処法の1つである。今後何かあったらそのときに対処を考えることになるが、不安が募り過ぎると実生活にも影響してしまうので、抱えている気持ちを保護者にも話してほしい。

《詳しくは…こたエール相談事例「ネットいじめ」》

書き込む前に、一度立ち止まって考えてみましょう!

生活習慣の乱れ 生活に支障をきたす長時間利用…。

夏休みで人と関わる機会が少なくなったせいか、1日に何時間もインターネットで動画を見てしまう。これはネット依存だろうか。

アドバイス

1日は24時間と限られているので、貴重な時間をどのように使っているか、一目で見てわかるように記録を付けてみることを勧める。こたエールホームページに掲載の睡眠&生活チェックシートを活用すると良い。次に、日常生活に支障なくインターネットを活用するにはどのようなルールが必要かを決め、紙に書いて分かりやすい場所に貼っておくと良い。夏休み中でも規則正しい生活習慣は大事である。学校や日常生活に支障が出ているようであれば、インターネットやアプリの利用時間を機械的に制限することを勧める。

《詳しくは…こたエール相談事例「依存」》

ルールを設けたり、機能制限を活用したりしましょう!

みんながやっているから大丈夫…

ちょっと待って!

SNSのその使い方大丈夫?



まさか私が被害にあうなんて!

ネットやスマホのトラブルの相談はこちら



相談無料!秘密は守ります!
「こたエール」は、青少年のネット・スマホのトラブルや悩みに関する総合相談窓口です。

電話相談

TEL: **0120-1-78302**

月～土曜日 15時～21時 (祝日・年末年始を除く)

メール相談

24時間いつでも受付
詳細はホームページへ



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

LINE相談

月～土曜日 15時～21時
(祝日・年末年始を除く)

友達登録、相談はこちら→

<https://line.me/R/ti/p/%40373suajs>



〈発行元〉

東京都 生活文化スポーツ局 都民安全推進部 都民安全課
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
電話: 03-5388-2281

(令和6年6月発行)

SNSのキケンから身を守ろう!

1 SNS上に自分の情報をむやみに書き込むのはキケン!



2 SNSで知った情報をそのまま信じるのはキケン!



3 SNSで知り合った人とむやみに会うのはキケン!



SNS等で出会った大人から、 性被害に遭う事件が多発しています。

こんな被害も!

(動画はコチラ)

<https://youtu.be/bW03wfsUwzM?si=8TAH1eWwaE91U-xJ>



1

A子もSNSで知り合った
パパからお小遣い
もらっているようだし、
私もお金が欲しいな!

平日だけ学校が休みなので、
都内で会えるパパ募集中。都内の
高1です。

ポイント
書込みから
個人情報特定されて
しまうかもしれない!

キケンな点がないか考えてみよう

些細な書込みも他の情報との組合せ次第で個人が特定される可能性もあるし、特定された情報をもとに脅されるかもしれない。

2

たくさんDMが来たな。
この人どうだろう…

ABC
@Abcccc
IT系/23歳/東京/●●バンド推し/スイーツ系男子/暇人
20〇〇年〇月〇日から利用しています
8フォロー中 8000フォロワー

都内住まい23歳男です。
一緒にスイーツを食べませんか。

ポイント
プロフィールに
登録されている情報が
本当かどうかは
わからない!

キケンな点がないか考えてみよう

投稿がほとんど無いのにフォロワーが極端に多い場合や、新しく作られたばかりの場合は、怪しいアカウントかもしれない。

3

僕の家の近くに
美味しいスイーツが
食べられるカフェが
あるんだ!

カフェ行くだけだし、
手つなぎまでOKって
書いておけば大丈夫!

ポイント
相手が本当に
約束を守ってくれるか
どうかはわからない!

キケンな点がないか考えてみよう

相手が会う場所を指定してきた場合、カフェの後に別の場所に連れて行こうと考えているのかもしれない。

被害事例

怖い パパ活



その人は、会ったらず、5万円が入っているという封筒を見せてきて、言う通りにすればお金を渡すって言うから、少し怖かったけど、言われるままついて行っちゃったんだ。部屋に入ったら、その人がカメラをセットしはじめたから、「撮影なんて聞いてない。やめて」って言ったんだけど、「金払うからいいだろう!」と怒り出しちゃって。

それで怖くて何も言えなくなっちゃった…。結局、そのまま撮影されて、帰りにもらった封筒を駅に着いて確認したら5千円しか入ってなかったんだ…。

騙されたのも悔しいし、何より撮影されたものがネットに流出するんじゃないかと思うととても不安です。

怖い 神待ち



SNSを見ていたら「家出したい子の相談に乗るよ」って人がいて、愚痴のつもりで連絡したんだけど、すごく優しく話してくれて、空いている部屋があるから少しの間なら泊めてくれるって。

だけど、実際に家に行くと急に態度が変わって。部屋には同年代の家出した子たちがいて、私もそこにいるように命令されました。そして、言うことを聞かないと怒鳴られたり、暴力を振るわれたりしました。

怖い 自画撮り



SNSで同じアニメが好きな大学生と話が盛り上がり、仲良くなったんだけど…。そうしたら「君のことをもっとよく知りたいから、エッチな画像も送って」って言われて。

嫌われたくないから下着姿の写真を送ったんだけど、だんだん要求がエスカレートしてきて、最後には裸の写真を送ってほしいって…。さすがに断ったんだけど「下着姿の写真をSNSに晒すぞ」とか脅されるようになって…。

あとでわかったんだけど、相手は大学生じゃなくておじさんで、プロフィール写真とかも別の人の物だった。

※ ここに書かれている事例は、都内の複数の支援団体が実際に受けた相談事例などを集めて、個人が特定できないように加工したものです。

SNSでのやりとりは、相手が見えない分、より慎重に考えてみましょう! 少しでも気になることがあったら周りの人に相談しましょう!