

# ほけんだよい

令和7年12月10日(金) 由利本荘市立鳥海小学校 保健室



## 知っていますか？ペアレンタルコントロール

「ペアレンタルコントロール」とは…

子どもの安全のために、**保護者が子どものネット利用環境を整えてあげること。**



代表的なペアレンタルコントロールは「フィルタリング」です。

ちなみに18歳未満が使用する端末へのフィルタリング設定は**法律上の義務**です。

(青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律)

保護者名義で契約している端末は、フィルタリングがかかるているとは限りません。むしろ、かかるっていない場合が多いかと思います。自分の端末を持っておらず、親のものをちょっと借りて使う、という場面も多いかと思いますが、そのような場合は、ますます、ペアレンタルコントロールが必要になります。

以下に総務省HPで紹介しているペアレンタルコントロールを一部紹介しますので、実際にご家庭でも設定してみてください。

### ☆有害なサイトなどへのアクセスやアプリの利用を簡単に制限できる「モード設定」

フィルタリングサービスやアプリには、「小学生モード」「中学生モード」などのわかりやすい推奨モードも設けられています。設定はそれらを選択するだけ！対象年齢に沿ったある程度のインターネット安全利用環境が整います。

(例)

小学生	中学生	高校生	高校生+(高校生以上)
○ファミリーゲーム	○ファミリーゲーム	○ファミリーゲーム	○ファミリーゲーム
×一般ゲームなど	○一般ゲームなど	○一般ゲームなど	○一般ゲームなど
×懸賞など	×懸賞など	○懸賞など	○懸賞など
×SNSなど	×SNSなど	×SNSなど	○SNSなど
×出会い系など	×出会い系など	×出会い系など	×出会い系など

iOS等の端末では、学年ではなく、年齢区分(4+, 9+など)で設定する場合があります。

年齢区分の『数字+』は、「○歳以上」を表しています。（例）小4の場合、9歳なので「9+」と設定する。

### ☆ペアレンタルコントロールをするためのアプリや機能

#### ○「あんしんフィルター」「あんしんウェブフィルター」(フィルタリングアプリ)

上記のような名前のフィルタリングアプリが、各会社から出ています。

それぞれの機種に合ったものがでているので、保護者のスマホを借りて使ったり、家族が使っていた古い端末を使ったりする場合は、こちらをダウンロードして活用してみてはいかがでしょうか。

つづきは裏面

## ○「Digital Wellbeing (デジタルウェルビーニング)」… (Android 10 以上)

### 「スクリーンタイム」… (iOS 12以上)

使用時間のチェックや、アプリごとの時間の設定ができます。それぞれのスマホなどの端末に最初から入っています。機種にもよると思いますが、各機種の「設定」アプリから、立ち上げることができます。子どもが使う端末で設定していない場合は、使ってみてください。

#### 【Android の場合】



Digital Wellbeing、保護者による  
使用制限  
利用時間、アプリタイマー、おやすみ時間の  
スケジュール

#### 【iOS の場合】



スクリーンタイム

経済産業省で、ペアレンタル  
コントロール機能等の活用方法  
の情報をまとめています。機種  
ごとの設定方法も調べられま  
す。詳しくは、以下の二次元コー  
ドよりアクセスしてください。



## 3つの感染症対策を、こころがけましょう！

鳥海地域でもインフルエンザ等の感染症が流行し始めています。感染症の対策方法には、3つの基本がありますので、基本に沿って、ご家庭においても予防を心掛けていただけますと幸いです。

	①「感染源」対策	②「感染経路」対策	③「感受性者」対策
意味	感染症の原因となる菌・ウイルスや、菌やウイルスをもつ人・物に対する対策	菌やウイルスが、人の体の中に入れるまでの道すじを断つ対策	これから感染症がうつってしまう可能性のある人への対策
対策法	<ul style="list-style-type: none"><li>・消毒をする</li><li>・清けつを保つ (手洗い、うがい、 そうじ、洗たくなど)</li><li>・発症者を隔離する 等</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・清けつを保つ</li><li>・消毒をする</li><li>・マスク</li><li>・せきエチケット</li><li>・鼻をかんだティッシュは 袋に入れて捨てる 等</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・菌やウイルスとたたかう 「ていこう力」を高める (栄養バランスのよい食事、 体力をつける、 あたたかい服装等)</li></ul>
もし対策を しなかつたら…	菌やウイルスが 過ごしやすい環境に…	いろんな人に菌やウイルスを うつしてしまうかも…	からだの中に菌やウイルスが 入ってきたら、 まけてしまうかも…