

## 長時間のゲーム使用による生活リズムの心配事 ～「スマホ時代の子育て」より～

これから年末年始の時期となり学校が休みになりますが、保護者の皆様の中には、子どもさんがスマホやゲームに熱中しすぎるなど、生活リズムを守れるか心配されている方もおられると思います。心配事を解消する方法として、**ペアレンタルコントロール**と**フィルタリング**の活用を御紹介します。

### 保護者がしてあげられること ペアレンタルコントロールの活用

ペアレンタルコントロールは、子どものスマートフォンやタブレット、ゲーム機の利用状況を、保護者が把握したり、安全管理を行ったりする仕組みです。プレイ時間の制限・調整、課金等の管理、ネットワーク利用の制限、年齢区分(レーティング)のチェック等を行うことが可能です。

**POINT 1** OS事業者(Apple・Google等)が提供する、ペアレンタルコントロールのサービスを活用しましょう。



スクリーンタイム



スクリーンタイムの設定方法(動画)

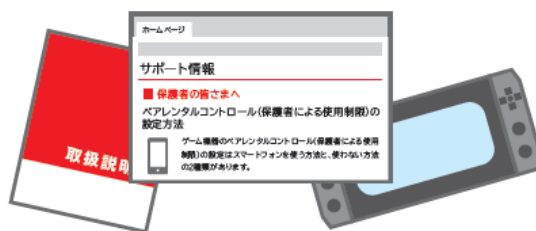


ファミリーリンク



ファミリーリンクについてはこちらから

**POINT 2** 各ゲーム機にもペアレンタルコントロールのサービスがあります。各説明書やホームページなどで確認し、最初に設定しましょう。



### 保護者がしてあげられること フィルタリングの活用

フィルタリングは、有害な情報やうっかりアクセスによるトラブルから、子どもを守る機能です。

**POINT 1** 販売店に「子どもが使用する場合がありますので、フィルタリングを使えるようにしたい」と伝えれば、設定してもらえます。



**POINT 2** 大人が利用する際は、フィルタリングの設定は簡単にオン・オフすることができます。保護者の機器を子どもに貸す場合、契約の切れた端末を子どもが使用する場合なども、フィルタリングを設定することが大切です。



<参考>・内閣府・内閣官房・警察庁・消費者庁・総務省・法務省・文部科学省・厚生労働省・経済産業省

「スマホ時代の子育て」

[https://www8.cao.go.jp/youth/kankyou/internet\\_use/r01/leaf/pdf/leaf-print.pdf](https://www8.cao.go.jp/youth/kankyou/internet_use/r01/leaf/pdf/leaf-print.pdf)

本メールに関して御質問、お問い合わせがある場合は下記まで御連絡ください。

【担当】福井県安全環境部県民安全課

☎:0776-20-0745 (直通)

メール：[kenan@pref.fukui.lg.jp](mailto:kenan@pref.fukui.lg.jp)

子どもの安全安心に関する情報を  
ツイッターで発信しています →

