



家族でルールを話し合い、安心して楽しく
ネットを使っていきましょう

親子のルール
みんなで守ろう!

- 使用時間は1日()時間までにします。
- ()時以降は()に置きます。
- 歩きながら、自転車に乗りながら使いません。
- 買い物や課金をするときは保護者に相談します。
- 悪口や個人が特定される情報を書き込みません。
- 裸の写真を送られません。
- オンラインゲームやSNSで知り合った人に誘われても、子どもだけで会いに行きません。
- トラブルが発生したときは、すぐに保護者や先生に相談します。
- IDやパスワードを人に教えません。

作成日： 年 月 日 / 更新日： 年 月 日

青森県子ども家庭部県民活躍推進課
〒030-8570 青森市長島1丁目1番1号
電話:017-734-9224 FAX:017-734-8050
E-mail: katsuyaku@pref.aomori.lg.jp



(令和7年12月作成)

お子様が使うスマートフォン等を 契約される方へ

契約前にチェック!

質問1

今回ご契約のスマートフォン等の使用者は
18歳未満ですか?

はい いいえ

お店の人に伝えましょう。

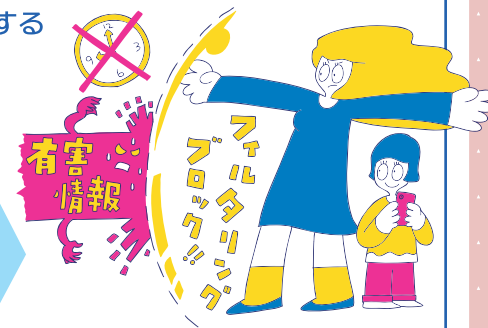


質問2

お子様の利用状況を把握して、
有害情報を閲覧・視聴しないようにする
方法があることを知っていますか。

はい いいえ

フィルタリングを利用して使用
時間や機能を管理したり、不適切
なコンテンツを防いだりすること
ができます。



質問3

事業者等からフィルタリングサービスを
提供してもらえることを知っていますか。

はい いいえ

「あんしんフィルター」(月額無料)は
契約時に店頭で設定してもらえます。



青森県・青森県警察本部

保護者の適切な管理で子どもたちに安全なネット利用環境をつくりましょう!

ペアレンタルコントロール

まずは、フィルタリング! そして利用状況の把握も大切です

「あんしんフィルター」で 有害なサイトや 危険なメールを ブロック!

- ドコモ、au、ソフトバンクが提供するフィルタリングサービス「あんしんフィルター」は月額無料のサービスです。
- 「あんしんフィルター」は、学齢(小学生、中学生、高校生、高校生プラス)を選ぶだけで、かんたんに制限レベルを設定できます。
- 学齢変更や制限対象アプリの個別許可など、設定後の変更は保護者のスマホやパソコンから行うことができます。
- 「あんしんフィルター」以外のフィルタリングアプリを使ったり、個別アプリに初期設定されているフィルタリング機能を使ったりすることも有効です。

保護者のスマホ・PCから 設定可能

- 不適切な内容を表示しない
- 利用可能時間の設定
- 利用できるアプリの制限
- 課金・購入の禁止設定
- ネット利用状況の確認

ドコモ au ソフトバンク



上記以外の各社もフィルタリングサービスを提供しています。(詳細は各社ホームページをご覧ください)

どんなことに どれくらい使っているか 親子で共有しましょう。

自分のスマホを手に入れたら、そこから広がる世界の楽しさについてのめり込んで、使いすぎてしまうことがあるかもしれません。リアルな体験や日々の生活を大切にしながら、スマホユーザーとして自立するために、どんなことにどれくらい使っているか親子で共有しましょう。



休止時間の設定

アプリごとの利用時間制限の設定
購入やダウンロードの管理

iPhone

機能・使い方の解説はこちらから

スクリーンタイム



ファミリー
- Apple(日本)

Android

機能・使い方の解説はこちらから

ファミリー リンク

Google ファミリー リンク

デジタルウェルビーイング

Digital Wellbeing | Android

インターネットのトラブルにあわないために

SNSでの誹謗中傷や自画撮り、闇バイトへの勧誘やなりすましなど、インターネットでのトラブルは多様化しています。

青森県では、青少年が陥りやすいインターネットのトラブルを、漫画でわかりやすく解説した、保護者向けのハンドブックを作成しています。子どもたちをネットトラブルから守るため、どんなトラブルがあるか確認してみたいかでしょうか。



ハンドブックはこちら!



青森県 青少年ネット