

～育てよう 未来を見つめる かがやく瞳～

若い芽

第10号

特集

よそのおうちではどうしてる?
～インターネットとのつきあい方～



巻末プレゼント企画

おうちの方といっしょに！

クロスワードパズル

抽選で20名の方にQUOカード1,000円分が
当たります！



青少年育成青森県民会議

かいちょう 会長ごあいさつ・メッセージ

みなさん が生まれたころにはすでにスマートフォンが世界中に広まり、3歳のころには画面を指で広げれば大きくなる時代に育ってきたと思います。学校ではタブレットや電子黒板、デジタル教科書などはGIGAスクール構想という国の方針によつて整備されたものです。そこでGIGAといふ言葉を紐解いてみましょう。

G は グローバル (Global) の 頭文字を
かしらもじ
いみ
せかいじゅう
とつて、意味は「世界中の」です。

I はイノベーション (Innovation) の I、「発見」という意味です。

Gはゲートウェイ (Gateway) のG、「とびら」とか「入り口」という意味があります。

Aはオール (All) のAで、ここでは「すべての子どもたち」という意味が込められています。これらの意味をつなげると「すべての

おうちの方へ

今の子どもたちは、勉強や部活、習い事など多忙な毎日を過ごしていますが、加えて友達とのコミュニケーションに戸惑いを感じたり、苦手意識を持ったりする子が増えているようです。

定期的に声掛けをするなどして、子どもの

「子どもたちのための世界につながる発見への
とびら」がGIGAスクールの考え方となりま
す。インターネットはその中心にあります。
教室にいながら、遠くの友達と画面越しに話
ができたり、アプリや動画を使って学びを深
めることができるようになったのはインターネ
ットの発達があります。

さいご ひとこと こうし ことば す
最後に一言です。孔子の言葉に「過ぎた
るはなお及ばざるが如し」という格言があ
ります。

まな
学びには背伸びせのしてみることも大切たいせつで
す。手ごわいなときという時こそインターネッ
トが助たすけてくれます。

令和7年12月
青少年育成青森県民会議
会長 三戸 さんのへ のぶまさ 延聖



小さなサインに気づいていきたいものです。

さて、今号は私たちの生活にはなくてはならないものとなったネットとのつきあい方の特集です。大人としては心配事が多い分野でもありますが、一方的な制約もはばかられる、悩ましいツールでもあります。他の人がどう使っているのかという点から、お子様とネットの使い方についてお話ししてみてください。

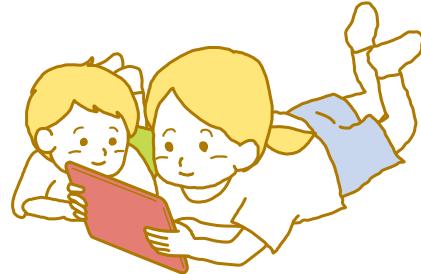
目 次

- | | | | |
|----|--|----|----------------------|
| P2 | 会長ごあいさつ・メッセージ
おうちの方へ | P7 | 県・県民会議事業紹介
新規会員募集 |
| P3 | 【特集】よそのおうちではどうしてる?
～インターネットとのつきあい方～ | P8 | クロスワードパズル |
| P6 | 毎月第3日曜日は「家庭の日」
困った時の相談窓口いろいろ | | |

よそのおうちではどうしてる? ～インターネットとのつきあい方～

どうがみよおんがくき動画を見たり、コミックを読んだり、音楽を聴いたり、ゲームをしたり、SNSで友だちと会話したり…便利で楽しいインターネットはもうすっかりわたしたちの生活の一部となっていますが、使いすぎないようにと、家族の間でルールを決めたりしているおうちもあるようですね。

そして、そのルールの内容もおうちによってさまざまなようです。
今回は、令和6年度に青森県が調査した「青少年の意識に関する調査」の結果を見ながら、県内の子どもたちがどんなふうにインターネットを使っているか、ふり返って、自分はどんなふうに使っていけばいいだろうか、といったことを一緒に考えてみましょう。



おうちの方へ

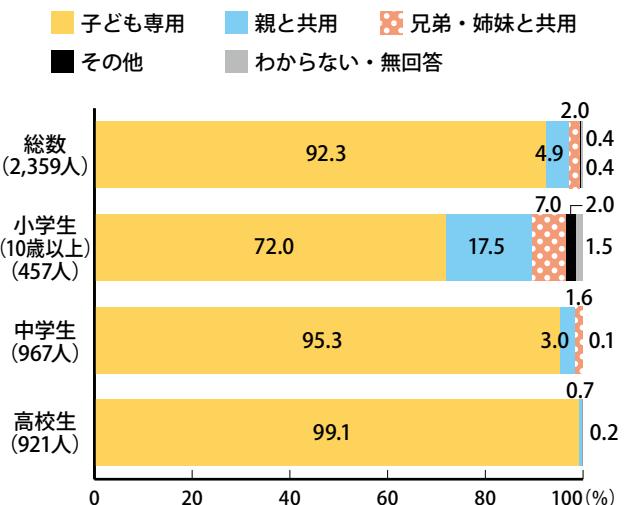
令和6年度に国が実施した「青少年のインターネット利用環境実態調査」によると、8歳以上の9割以上がインターネットを既に利用しており、小学生（10歳以上）の72%が子ども専用の機器を利用していると回答しています。

動画やゲーム、読書、音楽など、様々な趣味・娯楽がインターネット上で楽しめるようになり、インターネットは既に私たちの生活の一部として欠かせないものになっていますが、その一方で、スマホなどの長時間使用やそれに伴う生活リズムの乱れ、スマホ遊び以外のものに关心がなくなったり、子どもにとって不適切なコンテンツとの接触など、親としては心配になる要素もある、「便利だけど、難しい」ものになってきています。

本特集は、令和6年度に県で実施した調査結果をもとに、子どもと一緒に考えるポイントを提示しながら、ご家族でインターネットとのつ

きあい方などを考えていただききっかけ・ヒントになるようなトピックを掲載しています。ぜひお子様と一緒にご覧いただき、おうちでのルール作りなどにお役立てください。

青少年の機器の専用率 (学校種別・スマートフォン/令和6年度)



出典：「令和6年度青少年のインターネット利用環境実態調査」
(子ども家庭庁)

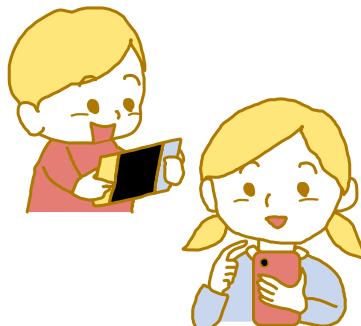
おうちの人と一緒に自分たちの使い方と比べながら考えてみよう

出典: いずれも令和6年度「青少年の意識に関する調査」結果報告書 (青森県)

1

何を使ってアクセスしている? (自分が自由に使えるもの)

小学生 (6年生)	1位	ゲーム機 ^き	(73.4%)
	2位	スマートフォン	(43.5%)
	3位	テレビ	(37.2%)
中学生 (2年生)	1位	スマートフォン	(78.6%)
	2位	ゲーム機 ^き	(74.9%)
	3位	テレビ	(41.8%)



2

何に使っている?

	男子	女子
小学生	<ul style="list-style-type: none"> ゲームをする (89.6%) 音楽や画像、動画を見る (59.6%) 家族に電話をかける (43.9%) 	<ul style="list-style-type: none"> ゲームをする (79.2%) 音楽や画像、動画を見る (72.6%) 家族にメッセージを送る (65.0%)
中学生	<ul style="list-style-type: none"> ゲームをする (93.7%) 音楽や画像、動画を見る (79.4%) 友だちにメッセージを送る (71.8%) 	<ul style="list-style-type: none"> 音楽や画像、動画を見る (94.4%) 友だちにメッセージを送る (86.7%) 家族にメッセージを送る (79.6%)

3

ネットにのめりこんで勉強に集中^{べんきょう しゅうちゅう}できなかつたり、睡眠不足になつたことがある?

小学生

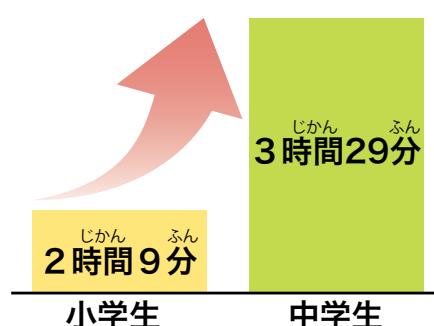
ある	(8.0%)
ときどきある	(30.2%)
ない	(61.8%)

中学生

ある	(19.2%)
ときどきある	(39.4%)
ない	(41.3%)

4

一日平均どれくらい使っている?



5 おうちでの使い方ルールを教えて！

	男 子	女 子
小学生	<ul style="list-style-type: none"> ・利用する時間を決めている (57.8%) ・ゲームやアプリの利用料金の上限や課金の利用方法を決めている (32.2%) ・困ったときにはすぐに保護者に相談するように決めている (27.0%) 	<ul style="list-style-type: none"> ・利用する時間を決めている (54.8%) ・困ったときにはすぐに保護者に相談するように決めている (44.2%) ・ゲームやアプリの利用料金の上限や課金の利用方法を決めている (33.5%)
中学生	<ul style="list-style-type: none"> ・利用する時間を決めている (37.3%) ・ゲームやアプリの利用料金の上限や課金の利用方法を決めている (36.0%) ・困ったときにはすぐに保護者に相談するように決めている (26.4%) ・特にルールを決めていない (26.4%) 	<ul style="list-style-type: none"> ・特にルールを決めていない (32.6%) ・困ったときにはすぐに保護者に相談するように決めている (32.6%) ・ゲームやアプリの利用料金の上限や課金の利用方法を決めている (31.4%)

おうちの方へ

子どものネット利用での悩みとして主に挙げられるのが、長時間利用に伴う生活や成長などの影響や、不適切なコンテンツへのアクセス、SNS利用におけるコミュニケーショントラブルなどです。

これらを避けるためには、技術的な対策と運用による対策を両輪で行っていくことが重要です。技術対策であるフィルタリングやペアレンタルコントロールは設定変更が主であり、管理という側面が大きい手法ですが、親が一方的に行うのではなく、何故そういうことをするのかということなどをお子さんと話し合って実行することが効果的な対策につながります。

また、運用対策である使用時間や場所、使う範囲などの取り決めは細やかなコミュニケーションが実施効果を得るカギとなりますので、普段の会話の流れにうまく取り入れて行ってみてはどうでしょうか。

さらに、ルールは決めっぱなしにせず定期的に見直すことをお勧めします。こども家庭庁の調査によりますと、保護者で「ルールを決めている」との回答は子どもの年齢が上がるにつれ割合が増加していく一方で、子ども自身の回答では学校種が上がるにつれて「ルールを決めていない」との回答が増えるという“認識のギャップ”的な拡大傾向が見られています。

県では、ネットトラブルから子どもを守るために回避術などを記したウェブハンドブックを作成しています。より詳しい情報はこちらのURLからご覧ください。

インターネットでキズつけない！ キズつかない！

保護者のためのインターネット
思わぬトラブルスマート回避術
<https://aomori-safe-internet.jp>



毎月第3日曜日は「家庭の日」

1

家族みんなで集まり、 話し合いの場を持ちましょう

毎月の「家庭の日」の計画を立ててみませんか？
地震や停電など「いざ」というときの備えや避難
場所などを家族みんなで確認するのもいいですね。

2

家族みんなで協力しあいましょう

家事はみんなで分担してやってみましょう。
みんなで協力し合うと、大変なことも楽しくできますよ。

3

家族一緒に時間を楽しみましょう

家族で笑顔あふれる時間を共有しましょう。
その日あったことについてお互いに話したり聞いたり
することも、楽しいイベントのひとつです。

「家庭の日」ってなに？

「家庭の日」運動は、昭和30年に鹿児島県の
町で始まったのが最初と言われています。

青森県では、昭和39年に黒石市の青少年問題
協議会が毎月第3日曜日を「家庭の日」とし
たのが始まりで、昭和40年には全県的にこの
運動を盛り上げていこうと青森県青少年育成
県民運動推進協議会(会長:知事)がこの取り
組みを始めました。その後、青少年育成青森県
民会議の発足とともに、県民運動の重要な柱
として取り上げられ、県内各地で推進される
ようになったものです。

困った時の相談窓口いろいろ

24時間子供SOSダイヤル (文部科学省、青森県教育庁)

子どものいじめ、虐待、不登校に関する悩み相談
TEL 0120-0-78310 または TEL 017-734-9188

警察安全相談(青森県警察本部)

8:30～17:00 (土・日・祝日・年末年始を除く)
ネット上の犯罪被害を発見したとき、犯罪に巻き込まれたときなど
TEL #9110 または TEL 017-735-9110

少年相談窓口(青森県警察本部)

少年の非行・家出・犯罪被害等に関する相談
【少年サポートセンター】

8:30～17:15(土・日・祝日・年末年始を除く)

青森少年サポートセンター 新町センター

TEL 0120-58-7867

※そのほかの少年サポートセンターの
詳しい情報は右のURLに掲載

【少年サポートメール】

24時間受信、回答は2、3日後

✉ youngmail-587867@extra.ocn.ne.jp

あおもり性暴力被害者支援センター(青森県)

性暴力・性犯罪の被害に遭った方への様々な支援・相談
平日9:00～17:00以外は国のコールセンターに接続
TEL #8891 または TEL 017-777-8349

児童相談所虐待対応ダイヤル(こども家庭庁)

児童虐待かもと思った時、児童相談所へ通告・相談
コールセンター等を通じて管轄の児童相談所に接続
TEL 189(いちはやく)

消費者ホットライン(消費者庁)

ネットトラブル(消費問題)で困ったときお近くの
消費生活センターをご案内(年末年始を除く)
TEL 188(いやや！)

子ども・若者総合案内(青森県)

9:00～17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)
お悩みの内容に応じた相談窓口・専門機関を紹介
TEL 017-777-6123(青森県県民活躍推進課内)

ネット通報・相談窓口(青森県教育庁)

いじめ全般に関するこをメール相談できる
ウェブページ



県・県民会議事業紹介

青森県少年の主張大会を開催しました

県民会議では令和7年9月25日、平内町立平内中学校において、少年の主張大会青森大会を開催しました。

本大会は応募作品の書面審査を経て決定された方だけが出場できるもので、当日は7名が出場しました。出場した皆さんには、声の大きさや身ぶりなども工夫しながら、自身の主張を精一杯発表しました。結果、平内町立平内中学校3年生船橋和花さんの「ありのままの自分」が最優秀賞を獲得しました。

最優秀賞	
ありのままの自分	船橋 和花 (平内町立平内中学校3年)
優秀賞	
ありのままの幸せ	濱谷 舞香 (階上町立道仏中学校3年)
「僕がいるよ」	
下川原蓮樹	(青森県立三本木高等学校附属中学校1年)
優良賞	
理想の自分はどこにいる?	山本 萌衣 (青森市立新城中学校3年)
確信	若松 紗那 (青森明の星中学校3年)
命と未来に関わる仕事がしたい	小林 音愛 (弘前学院聖愛中学校3年)
おにぎり	佐々木 岳 (風間浦村立風間浦中学校2年)



「前向きに生きる力を育むふれあいミーティング」を開催しています

県では、仲間や地域住民との対話を通じて、自己や他者を肯定的に受け入れる心を醸成するとともに、地域全体で子どもたちを見守る環境づくりを進め、子どもたちが未来に向かって前向きに生きる力を育むことを目的として、「ふれあいミーティング」を実施しています。

様々な年代や属性の方々との意見交換は、限られた時間でしたが、生徒も大人に臆することなく活発に意見を述べ、多様な意見に耳を傾け、それを受け入れ、新たな考えが述べられるという良い循環が生まれていました。

終了後のアンケートでも満足したとの声が多く寄せられるなど、参加した皆さんが有意義な時間を過ごせたようです。



＼新規会員募集／ 青少年育成県民活動を応援してください！

次代を担う青少年が、心身ともに健やかにたくましく成長することは、県民全ての願いです。

青少年育成青森県民会議は、国や県が行う施策に呼応し、県内の市町村や関係団体と連携して青少年育成県民運動を推進しています。

当県民会議の活動は、主旨にご賛同いただいた皆様の温かな支援に支えられています。

現在、新規会員を募集しておりますので、ご支援・ご協力ををお願いします。ご興味がおありの方は事務局までご連絡ください。

年会費

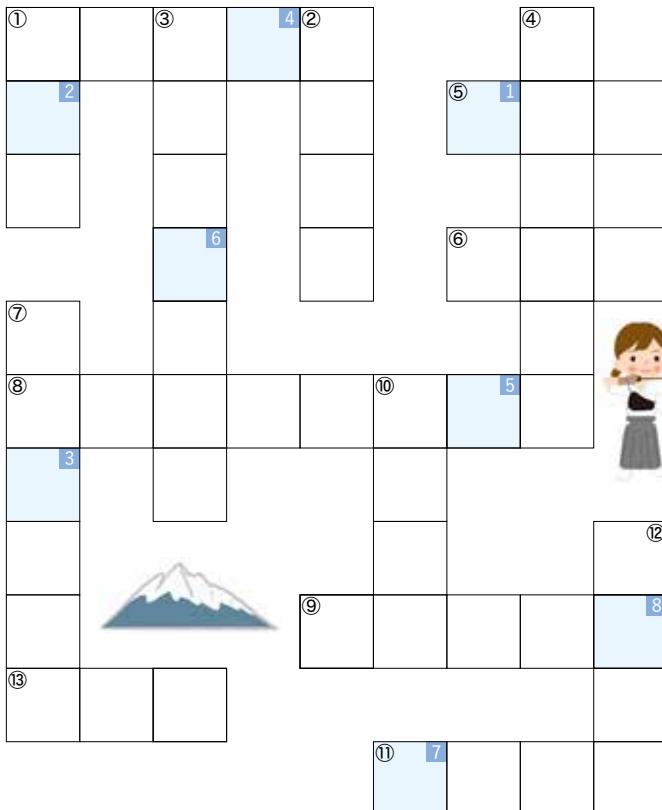
正会員	個人	3,000円
	団体・企業	6,000円
特別会員	個人・団体・企業	10,000円以上

クロスワードパズル

タテ・ヨコそれぞれのカギをヒントにクロスワードをといてみよう！

色の付いたマスの文字を **1** から **8** の順番に並べると、「ある言葉」が完成するよ！

おうちの方と一緒に考えて、プレゼントに応募してね！



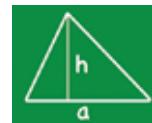
答え

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

タテのカギ

①物体の像を記録するもの。

フィルム・デジタル・防犯



②底辺×高さ÷2 = 三角形の
○○○○

③共和制国家の代表者。
フランス・アメリカ

④物事に熱中して自分を忘れるこ

⑦地球のなかで一番広い海

⑩木や果実のかたい外皮の内にある薄い皮、甘皮

⑫昭和54年に重要無形民俗文化財に指定された
春を告げる県南地方の伝統行事

ヨコのカギ



①青森県の天然記念物で、
尻屋崎周辺に放牧されているたくましい動物

⑤弓を射るとき、指の保護のためにはめる革製の
手袋

⑥一生に一度きりの機会や出会い。一期○○

⑧普段の天候とかけ離れた極端な天気



⑨青森県で最も標高が高い山

⑪野菜などを細長く刻むこと

⑬4月の別名、和風月名の一つ

プレゼント

抽選で20名の方に1,000円分のQUOカードをプレゼント！

応募方法

はがきに【①答え】【②氏名】【③郵便番号・住所】【④「若い芽 vol.10 の感想」または「家庭の日について思うこと」】を明記して、次のあて先まで送ってください。

あて先

〒030-8570 青森市長島1-1-1 青森県県民活躍推進課内 青少年育成青森県民会議 宛

しめきり

令和8年1月30日(金) ※当日消印有効

答 え

2月上旬、県民会議ホームページ(下記にURL等記載あり)に掲載します。

※なお、当選者の発表はプレゼントの発送をもってこれに代えさせていただきます。

情報啓発誌 若い芽 第10号 (2025年12月発行)

編集・発行 青少年育成青森県民会議 (事務局: 青森県こども家庭部県民活躍推進課内)

連絡先 〒030-8570 青森市長島1丁目1番1号

T E L 017-734-9226

E-mail seishonen@pref.aomori.lg.jp

U R L <https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kodomo/kenmin/kenminkaigi.html>

