

ZAQ あんしん ネット教室 by J:COM ほけん

情報リテラシーアドバイザー監修
無断転載禁止

あなたのスマホの安全度チェック



- 01 スマホでどんなアプリを使っているかなど、自分のスマホの使いかたを家族に話している。
- 02 LINEなどのSNSや、オンラインゲームでの言葉づかいは、会って話すときよりもっと、あいての気持ちをかんがえてつかっている。
- 03 メッセージに書かれたURL(アドレス)が、本物そっくりの詐欺サイトを開かせるニセモノだったら、わかる自信がある。
- 04 スマホやSNSがのっとられないように、パスワードは家族といっしょにしっかり管理している。
- 05 スマホやゲーム機であそぶ時間は、家族と話しあって、何時まで(または何時間まで)などのルールを決めている。

チェック数で安全度を確認!

の数が0個



めっちゃ危険!家族でいますぐ話しあってみよう。

の数が1~2個



ちょっと危険!油断すると、ルールを守らなかつたり、確認をしなかつたりするのでは?

の数が3~4個



その調子!できなかった項目について家族と話してみよう。

の数が5個



ステキ!これからも新しいアプリやゲームを始める前に、気をつけると良いことを家族で確認しよう。

スマホとあなたを守る3か条

アプリとOSはアップデートする

弱点を克服するのが「アップデート」。自動更新にしても、許可が必要な場合も。こまめに確認しよう。

家の外に持ち出したスマホは肌身離さず

スマホの中にはあなただけでなく、家族や友だちの情報も。勝手に触られてデータが消えてしまったり、盗まれたりしないよう、手元から離さず大事に扱って。

どんなときもポチッと押す前に確認・相談

友だちへのメッセージも、アイテムの購入ボタンも、ポチッと送信してしまつたら取り返しがつきません。送信前に「いいのかな?」と、まずは確認。迷つたら相談しましょう。

ZAQ あんしん ネット教室の想い



さいきん話題の「格安スマホ」や、ネットのトラブルがおきたときに相談できる「ネットあんしん保険」を提供しているJ:COMでは、いろんなものがインターネットにつながる世界が、さらに豊かでしあわせな世界になっていくことを願っています。これからも、J:COMでは情報モラル出前授業「ZAQあんしんネット教室」を通じて、「みんなであわせずにインターネットを使っていくために、どんなことをすればいいのかな?」ということ、皆さまと一緒に考えていきたいと思っています。



Q1	悪口や誹謗中傷(傷つけるようなこと)をネットで書いても、ニックネームを使っていれば誰が書いたかはわからない?	A わからない	B 調べればわかるしくみがある
Q2	他の人が書いた悪意のある否定的なコメントを、広めたりするだけだったら、してもいい?	A してはいけない	B しても良い
Q3	オンラインゲーム中の暴言(悪口やひどい言葉)は「ゲームをしているときだから」という理由で許される?	A 許される	B 許されない
Q4	仲の良い友だちだったら、写真や動画を確認しないで撮ってもいい?	A 仲の良い友だちなら撮ってもいい	B 仲の良い友だちでも、確認してからのほうがよい
Q5	お店の売り場に「映える」商品が並んでいた…あなたのSNSにアップすれば、お店の宣伝になるから、かっさに撮ってアップしていい?	A 宣伝になるとしても確認してからにする	B 宣伝になるなら良い
Q6	契約している携帯電話の会社から「ご契約に感謝して、1ギガをプレゼント!今すぐこのURLをタップしてください。人数限定です」とショートメッセージが。プレゼントをもらうためにURLをタップしてもいい?	A すぐにタップして、プレゼントをもらう	B メールが本当か確認したり、家族に相談したりする
Q7	SNSで出てきた広告でほしかった商品があり、住所や名前やクレジットカード情報を記入して購入した。後日、まったく別の会社から身に覚えのない高額請求が届いた。この請求への支払いは?	A すぐに家族に相談する	B 支払わなければならない

スマホを楽しく使うために

やってみよう
思ったルールを
書いてみよう!

あなたのスマホルール	
友だちのスマホルール	
りよう 利用OK時間、使っているアプリ、 利用している場所	
このルールは見直してほしい!	



ネットあんしん保険

インターネットでの「いじめ」が心配...

SNSでの誹謗中傷、相談窓口はどこ?

身に覚えのない課金、どうすれば...

さまざまなネットトラブルに対応します!

jcom ほけん

www.jcom-ssi.co.jp

引 受 会 社 : ジェイコム少額短期保険株式会社
取 扱 代 理 店 : J:COMグループ各社



※2025年2月末現在
[A-2503-262]