

スマートフォンの日々

目代純平

10子ども達を使う①

smart life
with
smartphone

楽しいLINEだったが面倒で「もうやめたい」

みなさまこんにちは。前回「自分のメインの電話をとうとうスマホに換えました」ということを書いたのですが、それから約1か月間使っていくなかで、昨今のスマートフォンとの劇的な進化を実感する反面、手続きや契約の内容などでいくつか注意するべきことも経験しましたので、具体的にお伝えしていきたいと思います。現在ガラケーをお使いでこれからスマートフォンへの変更を検討されている方は、ぜひご参考にしていただきたいと思います。

スマホの進化

・持たない（とても1日の使用には耐えられない。画面輝度を明るくするとなおさら）。

↓最新機種は電池の持ちが格段と良くなりました。通常の使用状況だとほぼ1日充電せずに使えます。

処理速度のアップ

・処理速度が遅い（それ故に、複数のアプリが立ち上がっていたりすると昔のWindowsのようにアプリが固まったり落ちたりする）。

↓主にCPU（スマートフォンの頭脳にあたる部分）の進化によって、複数の動作を同時に行っても処理が滞ったり待たされたりすることが少なくなり、ほぼストレスのない処理が可能になりました。

AndroidやiOSのバージョンも上がり、より効率的な処理ができるようになったことも要因として挙げられると思います。

ケタ違いの解像度

・画面の解像度が低い。

↓従来のスマートフォンの画面は解像度（画面の精密さ）がそれほど高くない、写真などを見ても普通の印象でしたが、最新のスマートフォンは全体的に画面の解像度が高くなってきており、「Retina（英語で「網膜」の意味）ディスプレイ」を搭載したiPhoneなどはその画面のきれいさには目を見張るものがあります。

一度その画面を見慣れてしまうと、解像度の低い画面ではもの足りなくなるでしょう。解像度の違

いはそのぐらいのインパクトがあります。

スマホ契約の問題点

このような理由で最新のスマートフォンを使うようになったわけですが、その契約時には注意すべき点はいくつかあります。これらは新規購入ならびに機種変更時には必ず関わってくることで、是非ともご留意いただき、必要以上の費用をかけることのないように「スマートフォン」を利用するようにしましょう。

料金プラン割高に

まず、機種変更時には必ず契約事務手数料というものがかります(2千〜3千円程度)。これは自分でネット上のオンラインショップで購入すればかからなかったり割引される場合もあるようですが、携帯電話ショップや量販店で購入した場合は次月の電話代に合算して請求されます。

そして、スマートフォン用の料金プラン(例えば通話定額プランやネット使い放題プラン)はガラケー時代のそれらに比べると全体的に割高になっています。そのた

め、毎月の支払額が従来より10〜20%割高になる印象があります。

4GB/月で十分

また、スマートフォンのネット利用プランだと、1か月間で使用が予想されるパケット容量に応じたプランを自分で選択しなければなりません。当然ながら、容量が多ければ値段は高くなりますが、その月内で容量を全て使ってしまった場合は、翌月まで接続速度が遅くなります(28kpbsになるので、通常の速度の約50分の1程度)。

携帯ショップではこの容量をなるべく多い状態で契約するように進められる傾向がありますが、通常の使用なら1GB/月ぐらいで充分

著者略歴 ● もくだいじゅんぺい

1976年10月28日生まれ、東京都出身。大学4年在学中にチェックフィールド株式会社(現在代表取締役)を興す。中小・中堅規模法人向けのIT運用コンサルティング、運用管理代行を中心に行う傍ら、「安全なケータイ・インターネットの使い方」をメインテーマに講演活動。著書に「子どものための『ケータイ』ルールブック(総合法令出版;2012年)」。
東京都認定eメディアリーダー

と感じます。家や会社、学校などではできるだけMiniFiFiを使えば、その通信はパケット容量に数えられないので、節約することができます。

オプションの強制

さらに、これが非常に厄介なのですが、利用の有無を問わず様々なコンテンツなどのサービスに加入させられるケースが多くあります。多くの場合スマートフォンの購入あるいは機種変更の際、「当社指定のオプションサービスに加入することが条件」などと言われ、強制的に入らされてしまうのです。これらは、1か月間はお試し期間で無料などと言われ、「必要がなければ1か月以内に解約して下さい」などと説明されるのですが、もし1か月以内に解約し忘れると、それらを全く使わなくても次月から使用料が請求されますし、全て加入したとしたら相当な金額になります。

複雑で解約が困難

必要のないオプションは当然解約すべきですが、それらのオプションの加入状況をチェックするの

は案外大変です。基本的にはネット上で見られますが、個人手続きのページを閲覧する接続IDやパスワードを忘れていたりそれらを照会するまで当然見られませんし、何回かパスワードの入力を間違えたりするとロックされることもあります。

さらに、個人手続きのページに入れたとしても、携帯電話会社の提供するコンテンツならそこで確認できますが、他社が提供するものだとさらに別の「課金代行を管理しているページ」に入らないと確認できないなど非常に複雑です。その上、オプションの数もとても多く、名称も紛らわしいのでどれを解約していいのか悪いのかさっぱり分からない状況に陥ります(私も相当悩みましたし、時間も使いました)。

ネット上で手続きができなかった場合の最終手段としては携帯電話会社のカスタマーサポートに電話をするか、携帯電話ショップに行って相談するしかないですが、どちらともとても混んでいて、かなり待たされたりします。このように解約手続きが非常に面倒なのですが、し忘れると毎月無駄なお金

昨今の学校における筆者の講演風景



を携帯電話会社に支払うことにな
ります。電話会社もわざとこんな
仕組みを作ってユーザーにたくさ
んお金を支払わせるのはどうかと
思います。基本的には自己防衛
するしかありません。

IDやPWの把握を

まずは契約の際に必要なと思
われるオプションに関してははっ
きり断ることです。そして、それ

でも「契約が条件となっている」な
どと言われたら、その後すぐに解
約の手続きを何らかの方法です
べきです。機種変更をしてから数
か月は毎月の料金の明細書に注
意深く見て、自分の契約状況が実際
に使用状況に合っているか、そし
て不必要なオプションやサービス
に入っていないかをきちんと把握
しておいてください。

最近ではこのような明細書が紙
ではなくてネット上でしか見られ
ないようになってきていることもよく

子ども達を支配するスマホ

今月の本題である、子どもとス
マートフォンの現状についてお話
したいと思います。昨今子どもた
ちも大人と同様にスマートフォン
を持つようになってきており、初
めて持つ年齢（ケータイ・スマホ
デビュー）は年々低くなってきて
いるように感じます。

私は仕事柄、かなり前から様々
な業種のお客様のIT運用に携わ
ってきて、一般の大人であるお客
様がインターネットやケータイ・
スマートフォンにおける多くの問
題に直面し、お困りの状況をたく
さん見てきました。

ありますので、これらをいつでも
見られるように自分の接続IDやパ
スワードに関してもしっかりと把握
して、必要な時に入力できるよう
にしておくことも重要です。

これまでご紹介したように、契
約の変更ひとつとっても実は結構
大変で時間と手間がかかります。
ですが、特にオプション契約の部
分は解約手続きを忘れると半永久
的に毎月必要のない料金を支払う
こととなりますので、是非ともご
注意ください。

それ故に、「これだけ大人が問題
を抱えているのだから、知識や経
験の乏しい子どもたちはより多く
の問題や危険に直面しているのだ
はないか」と考え、これから必ず
ITやインターネットを使ってい
く子どもたちに安全で正しい使い
方を教えていかななくてはと思っ
うになりました。

そのために約6年前より子ども
たちはもちろん、先生方や親御さ
んも対象にした講演活動を草の根
から始めたわけですが、おかげさ
まで最近はいろいろなところから
お声がけを頂くようになってきま

した。

自由すぎる接続に ついていけない親

これらの講演活動の中で、現場
の子どもたちのみならず先生や親
御さんからもいろいろなご意見や
ご質問をいただくことも多くあり
ます。そして、特に「具体的に何
が問題でどのように対処してよい
かわからない」という声をよくい
ただきます。最近ではスマートフ
ォンのいろいろな事象や機能など
について、親より子どもの方が詳
しいケースも多いので（むしろそ
の方が多いかもありません）、親
としてはついていけない、という
のが正直なところなのだと思います。

これまで見てきたように、自由
にインターネットに接続できるス
マートフォンは、フィルタリング
などの制限をかけなければ基本的
にどんなサイトでも見られますし、
PC並みにいろいろなことができ
ますから、知らないうちに子ども
たちが有害なサイトを見ているか
も知れませんが、知らない大人と
連絡を取り合って、会う約束を取
り付けているかも知れません。



言い訳はできない 最低限の知識必要

大人でもなかなかPCやスマートフォンすべての機能を使うという方はいないと思いますし、有害なサイトやアダルトサイト、残酷なサイトなどが実在することを知らないという方もまだまだいらっしゃいます。

特に「私は機械に弱いから使いこなせない」などと言いつつ、子どものスマートフォンの使用に対する指導・監督を放棄している親御さんがたまにいらっしゃいますが、これはよくありません。使いこなすのは容易ではありません

が、「機器の操作方法の部分」といわゆる「モラルや使い方部分」は分けて考えるべきです。道徳観や常識に関しては当然親の方が子どもより長く生きている分、より多くの知識や経験を持っているはずですから、それらと照らし合わせた「正しい使い方」に関して指導をするのは当然で、子どもがどのような使い方をしているかや、その最低限の機能・設定に関しては子どもより上の知識を持つておくべきです。

持たせたい理由と 違う持たせたい理由

現在では子どもたちが持つ機種も大人同様にスマートフォンがほとんどを占めるようになってきました。特に昨今事実上の標準機能アプリとなりつつある「LINE」はスマートフォンでしか満足に使用できないので、特に子どもたちの間では「LINEがやりたいからスマートフォンを持つ」というような図式になってきています。

親は子どもに携帯電話を持たせる理由として、やはり「子どもと常に連絡がとれるようにしておきたい」というのが一番大きいので、

できれば機能が限られた「キッズケータイ」を持たせたいというのが本音なのです。

しかし、親が子どもに持たせたい理由と子どもが持たせたい理由は全く違ってするので、子どもとしてはLINEやゲームもできずに親としか連絡が取れない代物を持たされても面白くもなんともありません。大人が楽しそうにスマートフォンを触っているのを見れば、子どもも欲しがるのは当然でしょう。最近は機能を子ども向けに制限して安心して使えるとうたった「キッズスマホ」も登場しました。

通話はまずしない 大人と同じ使い方

子どもたちは基本的にスマートフォンを「電話」だとは思っていません。あれはゲームをするものであり、LINEで友だちとチャット(おしゃべり)をするものであり、写真を撮るものであり、音楽を聴くものである、ぐらいに思っているのです。

それ以外に、YouTubeなどで動画を見たり、Twitterでたわいもないことつぶやいてみたり、友だちと写真を交換したり、という



キッズケータイ・キッズスマホ

のがメインの使い方なのですが、最近の子どもたちは通話をほとんどしません。基本的には全体的な使用方は大人とあまり変わらない気がしますが、子どもたちはより自由に使える時間があるので、ついつい使用時間が長くなってしまいうことが社会問題化しています。

子どもの依存症

経験や免疫力不足 低年齢化して急増

前回女子高校生の1日のスマートフォンでの平均使用時間が7時間である、ということをお伝えしましたが、1日の限られている時間の中で、こんなに多くの時間をスマートフォンに費やすというのはとても健全とは言えません。

スマートフォンはいつでもどこでも使え、アプリを導入すれば本当にいろいろなことができる、まさに「魔法の箱」です。それゆえに時間を費やそうとすればいくらでも使えてしまう要素を持っています。

大人でも依存症傾向の人が増えているというのは前回ご紹介した通りですが、最近はスマートフォン

の所持年齢が年々低くなっていくに従って、依存傾向にある子どもが急増しています。

大人に比べて知識や経験、免疫力が乏しく、その反面可処分時間が多い子どもたちは、ふとしたきっかけから依存症になるケースが多く、一度依存症になるとなかなか抜けられない状態になります。

LINEでチャット スタンプが受けて

子どもの依存の入口として顕著なのがやはり「LINE」です。LINE自体は昔からあるいわゆるチャット(リアルタイムの文字での会話)アプリですが、自分のスマートフォンに登録されている相手と手軽に会話が始められるような仕組みになっています。

かわいらしいスタンプ(いわゆる

「絵文字」の進化形で、様々な表情のキャラクターが用意されており、ダウンロードしてその種類を増やすこともできる)が子どもたちにウケて、今では事実上の標準アプリとなりつつあります。このLINEではチャットの他に音声通話もできるのですが、やはり子どもたちは通話機能はほとんど使わずに黙々とチャットを楽しんでいます。

数人でだらだらと 既読スルーが怖い

このチャットの機能は一对一のほか、複数人でグループを作って会話をすることもできるのですが、複数人で会話をすると必然的に発言数が多くなってきて、気がついたら何百という数になることもあ

りますし、だらだらと会話が続き、その会話を終わらせるきっかけがつかめずに気がついたら夜中までチャットをしていた、という子どもも少なくありません。

また、この「LINE」には自分が送ったメッセージを相手を読んだことを通知する「既読」機能というものがあり、相手を読んだかどうか確認ができる反面、読んだらすぐに返事をしないと「既読スルー」などと言われて批判されたりします。そのために、皆がすぐに返信をしようという傾向になり、その結果スマートフォンから離れられずに依存していくのです。

人の評価気になり 必要以上に会話し

前回、依存の傾向についてご紹介しましたが、その中でも特に子どもたちに顕著なのが「つながり」型依存と呼ばれるタイプです。常に他人にどう思われているかが心配になり、それを確認するためにSNSなどの周りの反応を確かめたり、リアルな友だちとつながっていたいという気持ちから必要以上にLINEで会話をしてみたりということから依存へとつな



LINEのチャット画面とスタンプの例。いろいろな種類・表情のスタンプがあるので、それで会話に表情をつけることができる。[LINE公式ページより]

がります。

2013年の調査によれば、我が国におけるこのような傾向は中学・高校生にかけて一番高くなるということです。いろいろなことを経験し、考える時期だからこそ、他人の様々な評価が気になるのでしようが、その大事な時期ゆえにスマートフォンに時間を奪われずに、勉強のみならず、読書や運動、友だちとの実際の語らいなど未来につながる有意義なことに時間を使ってほしいと思います。

スマートフォンは時間つぶしには最適な道具ですが、残念ながら時間をいたずらに消費するだけで将来に役に立つような使われ方はされていないケースが多いように思います。

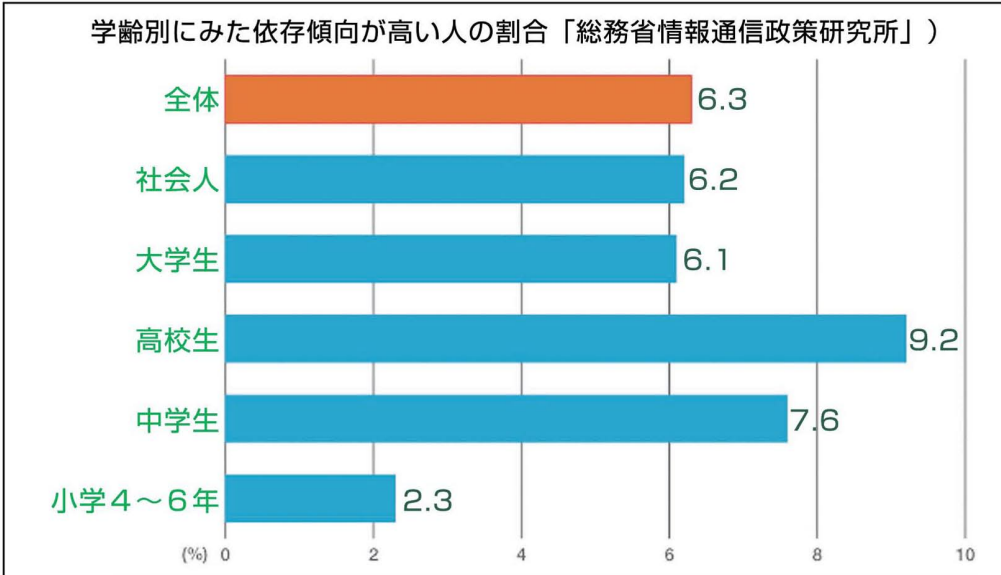
アンケート結果

自らも悩んでいる

私が行っている「ケータイ・スマホ安全教育」では、特に小中学校・高校にて講

演をする機会が多いのですが、最近では事前にできるだけアンケートを取って児童・生徒のみならず先生方からもケータイやスマートフォンで困っていることや知りたいことなどを聞き取れるようにしています。その結果を織りまぜて講

学齢別にみた依存傾向が高い人の割合「総務省情報通信政策研究所」)



演を行うと双方向のコミュニケーションが生まれ、より効果的な講座になるのです。

その中で最近中高生から実際に寄せられた悩みごとを最後にご紹介いたします。LINEに関することは特に最近よく質問されるようになりましたが、急増しているのがこちらに挙げたような、「LINE自体が疲れる」「LINEなんてなくなってしまう」「LINEなのに」というようなLINEに対する否定的な意見です。

自分では辞めたい、使用時間を短縮したいと思っても、仲間への気遣いや仲間はずれにされることを恐れて一人だけ抜けるわけにはいかず、制限なく使ってしまう、結局寝る時間や勉強をする時間を奪われてしまうのです。子どもたちはすでにこのような状況に対してとても困っていて、何とかしたいと思っている子どもが多くいる、というのも最近の実感です。

全般的には— 集中できず勉強が

・ ついつい使いすぎてしまう。
・ 勉強が手につかない。集中できない。

・ 勉強中も机にスマホを置いてるので集中できない。
・ あまりにも通知が多すぎる。
・ LINEなどの無料アプリの安全性はどうなのか。どうして無料で使えるのか。
・ 迷惑メールが大量に来る。

LINEの—

1日100通以上が

・ 既読をつけてしまうといういろいろな倒くさいことになる。
・ どこで会話を切っていいかわからない。
・ LINEで1日に100通以上メッセージが来る。
・ LINEで時間を無駄にしている。
・ 返答が多すぎて勉強したくてもなかなか話が終わらない。
・ LINE自体が面倒なのでLINEをなくしてほしい。
・ LINEのなかった時代に戻りたい。

これらの中高生からの意見に対するフィードバックを含め、子どもたちのスマートフォンにおける問題や対策に関してはお伝えしたいことがまだまだありますので、次回でも続けてご紹介したいと思います。
〈次号に続く〉