

ゲームとの上手な付き合い方 ① 保護者によるコントロール編 保護者のスマホで遊ぶこどもたちのためにできること



お子様に合った利用環境を整え メリハリをつけて楽しみながら 良い習慣を育みませんか？

長時間利用による成長・発達への影響や依存傾向などを心配する声が多いですが、無意識に高額課金をしてしまうトラブルも多数発生しています。

保護者が使用しているスマホをそのまま渡すのはちょっと待ってSTOP!
安全な環境とダラダラ利用がクセにならないためにできることができます。

『アクセスガイド』で1つのアプリにロックできることをご存知ですか？

起動中のアプリだけが使える、利用時間を決める、触れないでほしいところやタッチ自体を無効にする、などの設定ができる大変便利な『アクセスガイド』機能。



The screenshot shows the iPhone's Settings menu. A red arrow points from the 'Face ID & Passcode' section at the bottom left to the 'Access Guide' section in the main content area. The 'Access Guide' section is highlighted with a blue box.

設定

- ワントップと覗見
- 集中モード
- スクリーンタイム
- 一般
- コントロールセンター
- 画面表示と明るさ
- ホーム画面とアプリライブラリ
- アクセシビリティ
- 壁紙
- スタンバイ
- Siriと検索
- Face IDとパスコード
- 緊急SOS
- 接触通知
- バッテリー
- プライバシーとセキュリティ

Face ID を使用:

- iPhoneのロックを解除
- iTunes StoreとApp Store
- 非接触と支払い
- パスワードの自動入力

保護者のニーズに応える安全な設定がいろいろできますから、試しに内容を見てみてください。使える設定が必ずあるはずです！

また、「ショートカット」をオンにして『アクセスガイド』を選択すれば、ショートカットボタンを押すだけでオン／オフをすぐに切り替えることができるでお勧めです。

『Face ID※』を使って利用環境を簡単に切り替え

画面を見るだけでロックを解除できる『Face ID』。ペアレンタルコントロールの設定後、お子様の顔を登録しておけば、購入・支払いの禁止や安全なアプリのみ利用可という設定ができます。元に戻すには保護者のFace IDでロック解除しなおすだけでOK！（複数IDはiOS12～）※Face ID対応機種のみ



安全な環境で約束を守りながら使う練習が成長の妨げやトラブルを防ぐ

「課金はダメ」と約束しても理解が難しい時期は、パスワードを必ず設定して入力は保護者が行い、教えたり見せたりしないことが重要です。また、画面との距離を設定し目を守るのもお勧めです。自由に好きなだけ使うクセがついてしまうと、小学校入学後のコントロールは困難に。今のうちから、良い利用習慣が身につく工夫を！

ゲームとの上手な付き合い方 ② こどもと共にコントロール編 自分用のスマホで遊ぶ小学生のためにできること



スマホデビューをするときに お子様用アカウントをつくり 安全な利用環境を整えましょう！

専用スマホの使い始めは、親子で話しながらネットの使い方を考え始めるタイミング。ゲーム障害（依存）やそれに伴う高額課金等のトラブルを未然に防ぐためにも、こどもが自分でコントロールをしながら使う練習をしたいところです。

ペアレンタルコントロールを活用して、お子様のコントロール力を育みましょう！

『ファミリー共有』の設定からお子様専用アカウントを作成しましょう



13歳未満は自身のアカウント(Apple Account)の作成ができません。また、保護者のアカウントを

そのまま使わせてはダメ。成人向けアプリの利用やコンテンツの

閲覧がけてしまう上、保護者のクレジットカードも使えてしまいます。

専用スマホを渡す前の一番重要な作業が、お子様用アカウントの作成。

そして、正しい生年月日で作成したアカウントを使うようにしましょう。

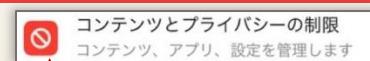
有料のコンテンツやアプリをシェアすることもできるので、無駄な出費が減り親子で一緒に楽しめます



『コンテンツとプライバシーの制限』で年齢に合う安全な利用環境づくり

ゲームアカウントの乗っ取りや、ゲームで知り合った人から誘い出される事件等に、小学生も巻き込まれています。こどもの未熟な判断力では大人の巧みなウソは見抜けません。

課金等、利用のコントロールを行いトラブルからお子様を守りましょう！



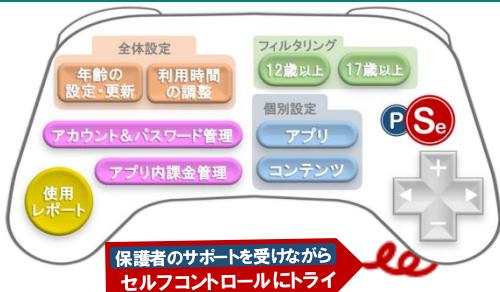
コンテンツとプライバシーの制限
コンテンツ、アプリ、設定を管理します



ペアレンタルコントロールはスマホの使い方を親子で一緒に考える道具です

ボイスチャットができるゲームの対象は13歳以上なのに、小学生のトラブルも起きています。学習でタブレットを使うため操作は上手になりますが、判断力はまだまだ成長の途中。課金の制限はもちろんですが、年齢に合うゲーム（4+または9+）で遊ぶよう、親子でいっぱい話し合いながら13歳への準備をしていきましょう！

成年＝18歳に向けて保護者がサポートできること



**自分の行動に責任が生じる18歳
自力でコントロールできるよう
保護者は手助けと相談相手に！**

18歳になると様々な契約ができるため、こどもがクレジットカードも作れるように。ついいつい夢中になり高額課金してしまったら、その支払責任はこどもにあります。

13歳から遊べるゲームは一気に増えますが、勉強との両立に悩むことも。成年を迎える前にスマホの利用をコントロールする環境づくりをしましょう。

お子様のアカウントをファミリーに登録し成長を温かく見守りましょう



今まで使ってきたお子様用アカウントがあればそのまま使い続けられますが、13歳以上がiPhone

デビューする場合、自身のアカウント(Apple Account)を作成します。
『ファミリー』にこどものアカウントを登録・設定して安全に見守るのが成長の鍵
(『ファミリー』設定には有料コンテンツやアプリをシェアできるメリットもあります)

でも、がんじがらめの規制はSTOP!
お子様の自主性や考え等を尊重しつつ適度なペアレンタルコントロールで寄り添い、年齢や使い方に合った設定と一緒に見つけていきましょう。
温かな見守りと助言で、困った時に相談してもらえる頼れる保護者に！

の機能・設定をフル活用し、18歳までにセルフコントロールする力をつけましょう♥



スマホは学習にも使うため、勉強に集中したい試験前などにも気になって困るという悩みも多い年齢。『集中モード』は特別な時の悩みを解決してくれる強い味方、『スクリーンタイム』は日々の利用時間・使い方・課金が管理できる優れモノです。保護者より利用に長けている中高生に、これらの積極的な活用を勧めてみては？



自分で利用を調整でき、困ったら誰かに相談できる18歳へ

ゲーム等に夢中になるあまり課金額が大きく増え、支払いのため闇バイトやオンラインカジノなど犯罪に巻き込まれてしまう可能性も!! 将来の生活・健康・学び・仕事への影響も考えれば、この時期にセルフコントロール力を身につけることがとても重要です。

制作・監修：尾花紀子（ネット教育アナリスト）【情報提供：Apple／2025年1月版】