

インターネットの誹謗中傷で傷ついていませんか？

人権が守られるネット社会となるように・・・。



病院の待合室やショッピングセンターの休憩用ソファなど、スマホを見ながら時間を過ごしている人の割合が増えてきました。その年齢層も幼児から高齢者までと幅広く、見ている画面も様々だと感じられます。

インターネットはとても便利ですが、同時に大きなリスクもあります。偽・誤情報や人を傷つける誹謗中傷、ネットによるいじめ行為、詐欺の氾濫など数え上げればキリがありません。特に、生成AIの普及に伴って偽情報の見分けが難しくなっています。

総務省の調査によるとSNSユーザーの約半数の人がインターネット上の誹謗中傷情報を目撃したと答えていて、かなり多くの人が差別的な表現を目にしていると考えられます。これらの問題を解決するために、どうすれば良いのか??? みなさんも一緒に考えてみませんか？



身近な人と一緒に考えよう！ もし、あなたが被害にあったら・・・。

(1) 無視する

書き込みに具体性がなく、実害が予測できない単なる愚痴のような場合。

(2) ネット上で情報の誤りを指摘

これは、絶対にしてはいけません。ネットは議論する場ではありません。匿名で誹謗中傷するような相手と実名で向かい合うことは危険です。

(3) サイト・掲示板管理者に、書き込まれた問題部分の削除要請をする。

「削除要請」は、訴訟までは考えていないけれど、権利侵害を受けている事実を明示して、削除を依頼することです。削除要請を依頼しても、各プロバイダーの基準に合致しなければ、削除できないこともあります。

(4) 書き込んだ相手の個人情報開示請求をする（発信者情報開示請求）

手続きの流れは、請求を受けたプロバイダーや掲示板管理者は情報発信者に問い合わせ、開示の可否を判断します。これらの情報は下記の民事訴訟や刑事訴訟でも必要なデータとなりますが、法律では通信の秘密が事業者に課せられているため、警察の強制捜査でもない限り、一般的には事業者が個人情報を開示することは困難な事例が多いです。

(5) 警察に相談する

警察に相談することは、被害を受けたとき1番取り組みやすい方法です。相談したい場合は生活安全課に、刑事事件として訴訟した場合は刑事課に行くといでしょう。

(6) 訴訟を起こす（民事・刑事）

「訴訟を起こす」は、被害が深刻でかつ放置できないと判断した場合に、最も有効な手段です。



スマホ依存度チェック

あなたもチェックしてみませんか？	テスト結果
①使用時間が4時間以上	
②人との会話中にスマホを見てしまう	0～2 依存していない
③お風呂やトイレにもスマホを持って行く	
④知りたいことをすぐスマホで調べる	3～4 要注意
⑤常に手元にないと落ち着かない	
⑥寝る直前までスマホを操作している	5～8 依存の可能性大
⑦特に用がないのにスマホをチェックしてしまう	
⑧通知音の空耳や振動を錯覚することがある	

参考：日テレ Zip 2024. 12. 10

スマホ依存に該当した場合の心配事

スマホ脳と言われるスマホの影響による脳過労が原因で、睡眠が浅くなったり、物忘れやうっかりミスが増える、集中力が欠けるなどの症状が見られます。また、感情のコントロールが低下することもあるようです。

スマホの利用については、依存しないように心がけることが大切です！

