



No. 392  
令和8年6月号

茂原市教育委員会  
茂原市青少年指導センター  
〒297-0037  
茂原市早野17-1  
相談電話 0475-22-0080  
一般電話 0475-22-4466  
F A X 0475-22-0080



## ～あなたは大丈夫？SNS依存～



この春から新しくスマートフォンやタブレットを買ってもらい、SNSを使って友達とやりとりを始めたという人も多いのではないのでしょうか。

SNSとはインターネット上で人とつながり、情報を共有するサービスのことを意味します。みなさんがよく利用しているオンラインゲームや動画共有サイトもSNSに分類されます。とても便利なSNSですが、実は私たちが広く利用するようになってからまだ20年ほどしか経っておらず、利用上のマナーやルール、法律の整備が追いついていないのが現状です。



世界中でSNSを利用する人はどんどん低年齢化しており、日本でも小中学生の『SNS依存』が社会問題になっています。『SNS依存』とはSNSを利用しすぎること、自分では止められなくなり、日常生活に問題が生じてしまう状態のことを指します。『SNS依存』には次のような特徴があります。

- 1 時間をコントロールできない  
→SNSをいつまでもだらだらと見てしまう
- 2 心理的依存  
→スマホが手元にないと不安でイライラしてしまう
- 3 日常生活の問題  
→昼夜逆転、睡眠不足、学力の低下、対人関係がうまく築けない
- 4 考え方の歪み  
→「いいね」や「既読」などの反応がないと不安になる、相手に認められないと焦る
- 5 身体への影響  
→視力低下、姿勢が悪くなる、運動不足



みなさんにも当てはまっている特徴があるのではないのでしょうか。一度『SNS依存症』になってしまうと、なかなか治すことが難しいです。最近では、専門的に治療する病院まであります。

1日に利用する時間を制限することやスマホを使ってよい場所を決めるなど、保護者としてしっかりルールを決めて使うようにしましょう。

「くす」の感想をお聞かせください！

青少年指導センターでは広報紙「くす」をより多くの人に読んでいただけるよう、紙面の充実を図っております。

スマートフォン等で二次元コードを読み取り、ご感想やご意見をいただければ幸いです。



# 市内の様子 ～ 自転車の乗り方に気を付けましょう ～

青少年指導センターでは、みなさんの登下校の時間に合わせて、市内をパトロールしています。今回は自転車の歩道の走行について確認します。

自転車は原則、車道の左側を走行することが基本です。しかし、13歳未満の子供や70歳以上の高齢者、身体が不自由な人は例外として、歩道を走行しても良いとされています。この他にも「普通自転車歩道通行可の標識がある」「工事などで車道の左側を走行できない」「自動車の交通量が多く、かつ車道の幅が狭くて自動車のとの接触の危険がある」場合は自転車の歩道の走行が認められます。また、歩道を走行するときは、左側の歩道でも右側の歩道でも走行することが可能です。



しかし、歩道はあくまで歩行者のためのものです。自転車で歩道を走行するときは次のことに気を付けましょう。

- ① 歩道の中の車道側に寄って、すぐ止まれる速度で1列で走行する。
- ② 歩行者の通行を妨げる場合は一時停止して道を譲る。

自転車は速度も出るので、一歩間違えると大事故につながってしまいます。ルールを守り、十分気を付けて乗るようにしましょう。



## 青少年の補導・相談状況 不審者情報 令和8年4月1日～令和8年5月8日までを掲載

《補導状況》 43件

自転車等危険行為	バイク関係	迷惑行為	危険な遊び	喫煙
32	2	7	1	1

《相談状況》 26件

迷惑行為	家出	不良交友	盛り場徘徊	粗暴行為	喫煙	性的いたずら	万引き	その他
6	4	3	3	2	1	1	1	5

《不審者情報》 2件

月/日	時間	場所	概要	不審者の特徴	対応
4/21	17:20	中善寺付近	生徒が正面から近づいてきた車にスマホで撮影をされた。	若い男性 サングラス 短髪 黒髪 黒い車	青少年指導センター 巡回強化 警察への通報済
4/24	15:20	三ヶ谷付近	児童が「おもちゃをあげるよ」と声をかけられた。	50～60代男性 灰色の軽自動車	青少年指導センター 巡回強化 警察への通報済

◎これまでの不審者情報については、茂原市HP「わが街ガイド」に掲載しています。二次元コードを読み込むと、わが街ガイドのサイトにアクセスすることができます。



### ☆ モバリん相談 ☆

悩んだら 悩み始めたら 話してすっきり ひとりで悩まないで！  
家庭生活 学校生活 いじめ 不登校 非行 何でも相談してください。

茂原市青少年指導センター モバリん相談窓口

☎電話相談 0475-22-0080 ☒メール相談

(平日9時～16時30分)

seishonen@city.mobara.chiba.jp

※ 市内の青少年について気になること等がありましたら、ご連絡ください。



茂原市マスコットキャラクター  
モバリん