

シニアとシルバーエイジのための 安心なインターネットの歩き方

読み物編

文部科学省 H22 年度 ICT の活用による生涯学習支援事業

一般社団法人インターネットコンテンツ審査監視機構

平成 23 年 3 月

文部科学省 平成 22 年度

「ICT の活用による生涯学習支援事業（国内における実証的調査研究）」

事業名 「自分の住む地域の魅力を再発見する『地域まるごと博物館』活動と連携したインターネット活用能力育成プログラムの開発に関する調査研究」

調査研究委員会

主 査	坂元 章	お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科教授
副主査	齋藤 長行	青山学院大学総合研究所 e ラーニング人材育成研究センター 客員研究員
委 員	水野 哲	千葉県南房総市観光プロモーション課
委 員	山根 信二	青山学院大学総合研究所 e ラーニング人材育成研究センター 客員研究員
委 員	八塚 絵里	みらい factory 代表
委 員	田中 絵麻	早稲田大学総合研究機構 デジタル・ソサエティ研究所 客員研究員
委 員	中野 理恵子	メディアアート株式会社/メディア開発部長

運営事務局

相磯 秀夫	一般社団法人インターネットコンテンツ審査監視機構 代表理事
松原 卓	一般社団法人インターネットコンテンツ審査監視機構 代表理事付
前川 巖	一般社団法人インターネットコンテンツ審査監視機構 事務局長
西澤 利治	一般社団法人インターネットコンテンツ審査監視機構 事務局

(平成 23 年 3 月末日現在)

目 次

事業のねらい	1
I-ROI について	2
はじめに	3
1. 調べる、情報発信する、以外にも便利がいっぱい！	5
2. 誰もが記者や作家になれるインターネット	8
3. インターネットの情報って信用できるの？	10
4. 個人情報の漏えいに気をつけよう	14
5. 写真をメールするってどういうこと？	16
6. パスワードは自分だけの合言葉	20
7. パソコンや携帯には個人情報がいっぱい！	23
8. 「君子危うきに近寄らず」はインターネットでも！	26
9. インターネット上のつきあいも、思いやりが重要	30
10. いつのまにか犯罪者にならないために	33
資料編	39
インターネットを活用する能力とは？	40
スキルマップについて	41
教材で扱っているスキル	44
理解度テスト	47
理解度テスト解答	59

事業のねらい

この事業は、シニアやシルバーの方を対象にし、インターネットを日常生活で活用するための基本的な能力や知識を身に付けることを目的にしています。シニアとは定年退職後のおおよそ 65 歳までの方、シルバーとはおおよそ 65 歳より年配の方を想定していますが、別の言い方をすれば、現役時代にパソコンやインターネットが実用化されるようになった最初の世代でもあります。定年退職者や家業の一線を退いたこうしたシニアやシルバーの方々が、楽しみながらインターネットを活用して、より快適な生活を送れるようにするための力を身につけることを目的としています。

最近では、シニアやシルバーでもインターネットを利用されている方が増えています。インターネットショッピングを利用すれば、遠くまで買い物にでかけて重い荷物を持ち帰らなくても、いつでも自宅から注文して届けてもらえますし、同じ趣味を持つ人や同じ考えを持つ人が交流するさまざまなコミュニティに登録すれば、そこを出会いの場として新たなつながりが形成され新しい刺激を得て生活に活力が生まれます。

ところが、そうしたシニアやシルバーの方に共通した悩みに、自分たちの生活や知識のレベルに適した解説書がないので系統的に学習できない、分からないことがうまく質問できない、身近に一緒に学ぶ方がいない、などがあります。

そこで本事業では、インターネットを利用する際に必要な基本的な能力である「情報リテラシー」の中から、シニアやシルバーの方に共通する知識や態度に関する重要なテーマをとりあげて、読み物の形で教材としてまとめました。

この事業を通じて、シニアやシルバーの方々がインターネットをよりいっそう活用されることを願っております。

I-ROI について

本事業を実施する一般社団法人インターネットコンテンツ審査監視機構（I-ROI）は、蔓延するインターネット上の有害情報から青少年を保護するために、インターネットコンテンツの健全性を評価する第三者機関として誕生しました。

I-ROI の活動は、インターネットで情報を発信する組織や団体がコンテンツの表現内容を自己評価してコントロールし、有害情報を発信しないような仕組みを構築する手助けをするとともに、インターネットユーザーとしての青少年が、インターネットを活用する能力を身に付けることにより、意図せず有害情報に接したり、インターネット上の悪意あるサービスに取り込まれたりすることがないように、青少年のインターネット活用能力の向上のための教育プログラムを開発し提供することです。

また、利用者である青少年にとどまらず、保護者あるいは教育現場等を対象とした情報リテラシー教育（インターネット活用能力育成）等の啓蒙活動を行うことで、安心して安全に活用できるインターネット環境の実現を目指すべく活動しております。

注 意

- 本教材で紹介されている Web サイトは、平成 23 年 3 月末日現在のものです。実際のサイトやサービスは、予告なしに変更されている場合があります。
- 本教材でとりあげたインターネットのサービスやソフトウェアは、一般的に使用されており、入手が容易で無償のものを中心にとりあげています。
- 本教材で引用したインターネットのサイトや Web サービスは、それぞれの企業または団体、事業者が知的財産権を有しています。
- 本教材に掲載したすべての名称、ロゴなどは、情報提供の目的において引用しているものです。

はじめに

この冊子はシニアやシルバーの方の皆さんがはじめてインターネットを利用する際に知っておいてほしいことを、カワムラ一家が登場する対話形式で分かりやすくまとめたものです。

第1章では各種サービスの利用、第2章では情報発信と、インターネットの具体的な活用例を挙げています。第3章では、インターネットを使うときに事件やトラブルに巻き込まれないためのポイント、第4章では個人情報漏えいのリスク、自らが漏えいしてしまわないための注意点を解説しています。第5章では、インターネット上でやり取りできる様々な情報の例と、やり取りする際の注意点を挙げました。第6章と第7章では、情報を守るために重要な、パスワード及び端末の管理について説明しています。第8章では、インターネット上の怪しい儲け話と、回避するための心がまえについて説明しています。第9章は、インターネット上のコミュニケーションにおいて発生しがちなトラブルと、うまくコミュニケーションするためのポイントを挙げています。第10章では、インターネットで情報発信をするときに特に注意すべき、著作権、肖像権の保護について解説しています。ぜひご自分の生活に当てはめながら一読して、インターネットを便利に活用してください。

また、教材の最後に「参考資料」として、インターネットを活用する能力をまとめた「スキルマップ」と、このテキストで扱っているスキルの関連を明らかにしました。あわせてこのテキストの内容の理解度を確認できる簡単な自己診断テストを用意しました。学習の振り返りのためにご活用ください。

P ポイント

その章で理解してもらいたいポイントを記してあります。

! キーワード

言葉の意味をわかりやすく解説しています。

★ 解説

注意すべきポイントをより詳しく解説しています。

主な登場人物

- ・ **カワムラ ススム**

M市に住む70歳の男性。定年退職しており、息子夫婦と同居している。

- ・ **カワムラ ミヨ子**

ススムの妻。65歳。毛筆が得意で編み物が趣味。

- ・ **カワムラ マコト**

ススムとミヨ子の息子。40歳の会社員。

- ・ **カワムラ ヨウ子**

マコトの妻。38歳。

- ・ **カワムラ ショウタ**

マコトとヨウ子の息子。小学校5年生。

- ・ **カワムラ ミサキ**

マコトとヨウ子の娘。小学校1年生。

1 調べる、情報発信する、以外にも便利がいっぱい!

スギヤマ：カワムラさんじゃないですか？ 偶然ですね。ご無沙汰してます！

ススム：やあ、スギヤマくんじゃないか。久しぶりだね。10年ぶりだ。

スギヤマ：カワムラさんが定年退職されてからそんなに経ちますか。僕は相変わらず営業で忙しく飛び回ってますよ。今もお客さんのところに行ってきたところで……。

ススム：元気そうでよかった。ところで、もう結婚したかね？

スギヤマ：まだです。忙しくて未来の妻に出会う時間ありませんよ。

ススム：しかし、キミ、ひとり暮らしだろ？ 忙しいからこそ奥さんが世話してくれなきゃ大変なんじゃない？

スギヤマ：今は、結婚したら奥さんが世話してくれるっていう時代じゃないですよ。

それに、インターネットでなんでもできますから、ひとりでも問題ないんです。

ススム：どういうことだね？

スギヤマ：まず助かっているのはネットバンキング（銀行取引）ですね。家のパソコンから銀行の Web サイトにアクセスして、残高の確認や振込処理ができますから、銀行の営業時間を気にしなくて済みます。それから買い物もほとんどインターネットですませますから、最近では街中に買い物になんてめったに行きませんよ。映画だってインターネットで見られるから、ビデオを借りに行く必要もないし……。

ススム：ということは、オフタイムは自宅に

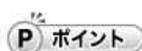
こもってインターネットばかりしているのかね？



スギヤマ：ずっとこもってるわけではありません。インターネットでチケットの予約なんかもできるので、観劇やスポーツ観戦にはよく行くんですよ。でも確かに、**インターネットショッピング**はいいですね。最近はスーパーでもインターネットで注文を受けて品物を届けてくれるところが増えていきます。カワムラさんにも紹介しましょうか？

ススム：いや、結構。私は日中ヒマだしね、買い物に行けないほど足腰弱っちゃおらんよ。

スギヤマ：いや、これは失礼しました……。



インターネットでできる、様々な便利なこと

インターネットの代表的な利用方法に、知りたい情報を調べる「検索」や、メールやホームページなどを使った「情報発信」があります。それ以外にも、インターネット上では、日々便利なサービスが生まれています。

以下は、現在提供されているインターネット上のサービスの例です。

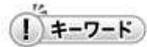
- ・動画や音楽、ラジオ番組の視聴
- ・ゲーム
- ・銀行取引（インターネットバンキング）
- ・買い物（インターネットショッピング）
- ・映画、コンサート、スポーツ観戦などの予約・チケット購入
- ・交通機関の予約・チケット購入
- ・国や自治体への各種申請・届け出
- ・学習（教材の提供、インターネットを介した講座の受講、講師との双方向でのコミュニケーションなど）

東京都の自治体が共同で運営する

「電子申請サービス」

<https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/resident/>





インターネットショッピング

取扱商品の多様化や送料の低価格化などによって、急速に利用者が増加しているのが**インターネットショッピング**です。以前のインターネットショッピングは書籍や家電製品が主でしたが、最近は日用品も購入できるようになりました。

そこで、自分で運ぶには重いドリンクや缶詰、ティッシュペーパーのように嵩張る商品などを、インターネットショッピングでまとめて購入し、宅配してもらう利用者が増えているのです。

2 誰もが記者や作家になれるインターネット

ショウタ：おばあちゃん、シロの子犬たちの里親が見つかったよ！

ミヨ子：まあ、良かった！ずいぶん早く見つかったのね。ビラ配りでもしてくれたの？

ショウタ：ううん。パパが子犬たちの写真やビデオを撮って、インターネットで公開したんだ。そうしたら、すごく可愛いって話題になってね、たくさんの人が飼いたいって連絡をくれたんだ。その中ですぐに取りに来られる県内の人に決まったってわけ。



ミヨ子：ああ、それで週末にビデオカメラを持ち出してたのね。だけど、ずいぶん早く決まって驚いたわ。それに、県外の人からも連絡が来るの？ すごいわね。

ショウタ：写真やビデオをインターネットに公開するのは簡単にできるし、そうしておけば世界中の人が見られるからね。今回は「子犬あげます」って日本語で書いてたから日本人からしか連絡がなかったけど。

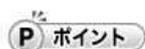
ミヨ子：世界中の人が……。そういえば、知り合いが最近インターネットで小説を発表して作家気分にはたってる、なんて言ってたけど……。世界中の人が見てるとなると気軽にそんなことできないわね。

ショウタ：そんなことないんじゃない？ 恥ずかしかったら本名じゃなくてニックネームでやってもいいんだし、せっかく書いたんなら発表した方がいいよ。インターネットではすごく話題にならないと世界中の人が読んでくれるってことはないだろうけど、たまたま読んで気に入ってくれる人がいるかもしれないし。

ミヨ子：なるほどね。でも私は小説なんて書けないし、発表するものはないわね。

ショウタ：別に小説じゃなくても、旅行や食べ歩きのレポートをしてる人がいっぱいいるよ。あと、絵や写真、音楽、最近だと映像を作って発表する人もいるね。

ミヨ子：誰でも記者や作家になれちゃうってわけね。私も何か発表してみようかしら。



気軽に情報発信できることの良い点、悪い点

新聞やテレビなどのマスメディアで情報発信をしたり、本や CD を出したりといったことは、一部の専門家や有名人以外にはなかなかできないことです。しかし、インターネットなら誰もが簡単に情報発信をしたり自分の作品を発表したりできます。

気軽に情報発信者になれるということには、以下のような良い点と悪い点があります。注意しながらインターネットを活用しましょう。

◆ 良い点

- ・ 素早く広範囲に情報を伝えることができる。
(インターネットで公開した情報は、パソコンや携帯電話などを使って世界中から閲覧できる)
- ・ 意見を表明しやすく、気楽に交流できる。
(情報発信は匿名でもでき、身近な人には言いづらいことなども言いやすい)

◆ 悪い点

- ・ 不正確な情報が出まわることがある。
- ・ 不快な思いをさせられることもある。

3 インターネットの情報って信用できるの？

ススム：おい、ショウタ。

ショウタ：何？ おじいちゃん。

ススム：ショウタもパソコンを使うようになったそうだが、インターネットはデマや詐欺まがいの情報も多いから、よく気をつけて使わなきゃいかんぞ。

ヨウ子：お義父さん、インターネットで何かあったんですか？

ススム：ダマされたんだよ！

この間ヨウ子さんが検索サイトの使い方を教えてくれたら？ それで、試しに私がひいきにしておる落語家の名前で検索してみたらファンの**ブログ**やらなにやら色々出てきたから夢中で読んでおったらな、その落語家がテレビの取材でここ何日かとなり町に滞在してるっていうじゃないか。そんなこと全く知らなかったんで、さすがインターネットの情報網はスゴイもんだと思ったね。

ヨウ子：まだ駆け出しの落語家さんなのに、熱心に追いかけてるファンがいるんですね。

ススム：ところがだな、その撮影場所に行ってみると誰もいないんだよ。

ショウタ：撮影終わっちゃったんじゃない？ ひと足遅かったね。

ススム：私もそう思って、近くの店で聞いてみたんだが……、ここ最近テレビの撮影が来たなんて話は全く聞いてないと言うんだよ。インターネットではデマを流して人が騒ぐのを見て喜ぶような、けしからん奴がいるらしい。私もすっかりダマされたというわけだ！



ヨウ子：そのテレビの撮影のことが出ていたというページ、見せてもらえます？

ススム：警察に届けたほうがいいかもしれないから「お気に入り」に登録しておいたぞ。

ああ、これだよ。

ヨウ子：ふむふむ、ファン同士が情報交換しているサイトみたいですね。……あら？

お義父さんこれ、デマじゃないんじゃないかしら。ほら、ここを見てください。

「投稿日 2005年12月1日」って書いてあるから、テレビの撮影があったのもその時のことでしょう。

ショウタ：おじいちゃん、インターネットの情報を見るときに、誰がいつ発信したものかを確かめるのはキホンだよ！

ススム：てっきりインターネットには新しい情報ばかり出てくるものと……

いや、参ったな。

インターネットは一部の専門家や機関だけではなく、大人から子どもまで誰もが自由に意見や作品を発表できる場です。そのため、検索できる情報は正確で新しい内容ばかりというわけではなく、利用者の責任で情報が最新であるかや正しさを判断しなければいけません。そのためには、以下のようなことに気をつけると良いでしょう。

◆ 最新の情報か？

書かれた時期が古い情報は、当時は正しい内容であったとしても、今では状況が変わっていることがあります。

◆ 発信者は信頼できるか？

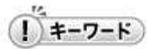
専門家や自治体、企業などが公式の情報として責任をもって発表しているのか、一般の人が見聞きしたことを書いているのかを確認しましょう。

引用された情報であれば、複数の検索サービスで検索して引用元を確認したり、複数の情報を見比べたりすることで、正確さを判断できることが多いです。

◆ どんな意図で発信された情報か？

同じ商品についての情報でも、宣伝が目的であれば良い面ばかりを見せようとするものですし、逆にその商品に不満を持つ人が批判を書き連ねることもあります。発信者の意図を読み解きながら複数の情報を見比べ、バランスよく取捨選択をしましょう。

皆さんがインターネットで情報発信するときも、**誤った情報や根拠のないうわさなどは書かない**ように注意を徹底しましょう。



ブログ

「**ブログ**」とは「ウェブログ (weblog)」を省略した呼び方ですが「インターネットにあるさまざまな情報が継続して記録されているページ」のことです。

個人の日記や趣味の情報、その日食べた料理の写真を載せたもの、旅日記、社会問題を論じたものなどさまざまなテーマ、内容のブログがあり、小学生からシルバーまでの幅広い年代のひとびとが作成しています。無料のブログサービスを利用すれば、プログラミングの知識がなくても、簡単に自分のブログを作成することができます。

4 個人情報 の 漏えい に 気 を つけ よう

マコト：母さん、さっきからパソコン使って熱心に、何書いているの？

ミヨ子：母さんが入ってる編み物サークルのブログでね、会員ひとりひとりが自分の作品を紹介することになったのよ。ブログなんてやったことないけど、原稿を書いて渡せばサークルの若い人が載せてくれるっていうから、ワープロソフトで文章を書いてみたわ。

マコト：どれどれ、見せて。ああ、このあいだミサキに作ってくれたセーターのことを書いたんですか……。

あれ、最後に母さんの氏名とうちの住所、電話番号まで書いてある。手紙じゃないんだからさ、こんなのいらないよ。

ミヨ子：あら、だってブログってたくさんの人が見るんでしょう？ 誰かが私の作品に注目して「作品集を出版しませんか」なんてお声をかけてくれるかもしれないじゃない。連絡先を出しておいたほうがいいと思って。

マコト：そんな人がいるかね……。でも、まさに誰が見てるか分からないのがインターネットなんだ。むやみに個人情報を載せたりしないでくれよ。母さんだけでなく、僕たち家族やサークルの仲間に迷惑がかかるようなことがあるかもしれないんだから。

ミヨ子：そうね、いたずら電話なんてかかってきたら嫌ね。

マコト：ところで、セーターの写真も載せるの？

ミヨ子：もちろん。あなたこの間、あのセーターを着たミサキちゃんの写真撮ったでしょ。ミサキちゃんがとってもかわいく写ってたから、あれを載せたいわ。

マコト：ちょっと待って。安易に孫の写真を載せるのも考えものだよ。

そのブログ、母さんたちの編み物サークルがどこの町で活動してるかとかも書いてあるんでしょ？写真を見た悪いやつがミサキを探してこの近所をウロウロしたりしたらたまらないね。

ミヨ子：あらやだ！ ミサキちゃんの写真を載せるのをやめるわ。マコト、今からセーターだけの写真を撮ってちょうだい。



P ポイント **個人情報を守るために気をつけること**

インターネット上に公開した情報は、それが仲間内でしか興味を持たれない日記のようなものであっても、世界中の人の目に触れる可能性があります。

その中には、情報を悪用しようとする人も含まれるので、個人情報を守るために以下のような点に気をつけましょう。

- ・ **自分や他人の個人情報（名前、住所、電話番号など）を書かない**
- ・ **居住地や会社、学校、交友関係が類推できるような内容や写真を掲載しない**

5 写真をメールするってどういうこと？

ススム：おう、お前たち、帰ってきたのか。

マコト：ただいま。飛行機が少し遅れて、ついさっき帰ってきたんだ。

ミヨ子：今、旅行中の写真を見せてもらってたところよ。

ショウタ：おじいちゃんも見て！ この子、ハワイで友だちになったロバートだよ。

ススム：へえ、向こうの子と友だちになったのか。さすが、英語を習ってるだけあるな。

ショウタ：へへへ。ロバートは日本に興味があるんだって。ねえパパ、明日カメラ借して。学校とか商店街の写真を撮ってロバートに送ってあげたいんだ。

ミヨ子：日本の風景を送ってあげるのね。ショウタちゃん、エアメールの書き方分かる？

マコト：母さん、デジカメの写真だから、郵便じゃなくて電子メールで送るんだよ。

ミヨ子：あら、そうなの？

確かに私のお友だちも、ときどき携帯に写真を送ってくれるわね。

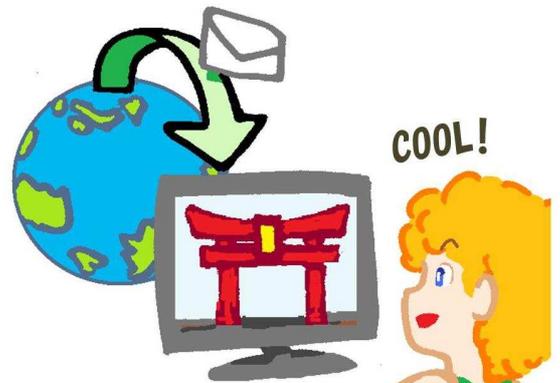
マコト：最近ではプリントした写真を送ることはほとんどないな。メールで送ったり、**ファイル共有サービス**を使って共有したりできるからなあ。

ミヨ子：ファイル、共有……？

マコト：ああ、インターネット上の決まった場所に写真のデータを預けておいて、相手の人にその場所を知らせて取りに行ってもらえるようなことができるんだよ。

メールやそういったサービスを使えば、

写真だけじゃなくて文書や音楽、ビデオなんかを遠くの人に渡すことも簡単にできるんだよ。



ショウタ：じゃあ、ロバートにはビデオも送ろう。おじいちゃんとおばあちゃんも映ってね！

マコト：ビデオとなるとパパがカメラマンしなきゃいけないな……。あんまり長いのはダメだぞ。

ショウタ：えー、どうして？

マコト：写真やビデオなんかを送るときは「データ容量」に気をつけなきゃいけないんだ。大きすぎると、送れなかったり相手が受け取れなかったりするから。

ショウタ：そっか！

てっきりパパがカメラマンするのを面倒くさがってるのかと思ったよ（笑）

Pポイント インターネットでやり取りできるデータとその方法

インターネットでやり取りできる様々な情報と、やり取りの方法およびそれぞれの特徴や注意する点を挙げます。

情報の内容や、やり取りしたい相手の状況に応じて、適切な方法を取れるようにしましょう。

◆ インターネットでやり取りできる情報

- ・ 文章
- ・ 画像
- ・ 音
- ・ 動画 など

◆ 情報をやり取りする方法とそれぞれの特徴

方法	特徴
メールに添付	・簡単に送れる ・データの容量が大きすぎると、相手が受信できなかつたり時間がかかたりする、メール保存のための容量を圧迫するなど、相手の迷惑になることがある。
ブログやホームページ上に表示	・たくさんの人に簡単に見てもらえる ・データの容量が大きすぎると、表示やダウンロードができなかつたり、とても時間がかかたりする。 ・誰にでも見えるので、プライベートな内容の共有には向かない
ファイル共有サービスを利用	・大容量のデータをやり取りできる ・利用登録が必要であることが多い

◆ 情報をやり取りする時に注意すること

・ データ容量に気をつける

メールで送ったりブログやホームページ上に表示する際、データの容量が大きすぎると、ダウンロードに時間がかかたりうまく表示されないことがあります。例えば写真を送る場合は大きさを小さくする（解像度を下げる）、一度にたくさん送らない、などの工夫をしましょう。

どうしても大容量のデータを渡す必要がある場合はファイル共有サービスを利用すると便利です。

・ ウィルスに気をつける

送られてくるデータの中には**ウィルス**が潜んでいる場合がありますので、ウィルスチェックソフトで確認するなど安全性を確認した上でダウンロードする、怪しいファイルは開かない、などの注意が必要です。

！キーワード ファイル共有サービス

インターネットを経由して、大きな容量のファイルや画像を送付する場合に便利なのが、**ファイル共有サービス**です。電子メールにファイルを添付して送信しても、容量制限や情報セキュリティ対策にひっかかると、相手に送信されないことがあります。そうした場合に有用なのが、各種のファイル共有サービスです。

これらのサービスを利用する場合、公開範囲の設定を誤ると個人的な写真や映像が世界中に公開されてしまいますので、利用する場合はきちんと使いかたを理解したうえで、注意しながら使いましょう。

！キーワード ウイルス

パソコンに予期しない動作をさせ、さまざまな被害を与えるプログラムがコンピュータ**ウイルス**です。肉体の病気とは違いますので、ウイルスに感染したパソコンは時間が立てば自然治癒することはなく、影で増殖しインターネットを介して知らないうちに他のパソコンに感染します。そのためウイルス対策ソフトの利用が不可欠です。

6 パスワードは自分だけの合言葉

ショウタ：おじいちゃん、パソコン使わせてくれる？ 僕がいつも使ってるやつ、お父さんが仕事に使ってるんだ。

ススム：おお、いいぞ。ログインするパスワードは、私の誕生日だ。

ヨウ子：ちょっとお義父さん、パスワードは簡単に教えたらダメですよ。それに、自分の誕生日なんて、分かりやすすぎて危険です。

ススム：まあ、家族だからいいじゃないか。それに、分かりやすいのにしておかないと年寄りには覚えられないんだよ。

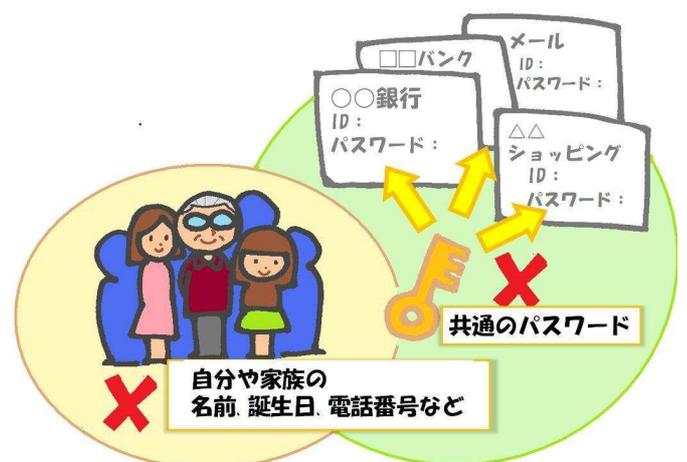
ヨウ子：もしかして、色々なサービスのパスワードを全部同じにしていますか？ それはますます危険。お義父さん、最近インターネットで珍しいお酒が買えるからって、インターネットショッピングを始めましたよね。ショウタにパスワードを教えたってことは、お義父さんのパソコンで勝手に買い物もできてしまうんですよ。

ショウタ：僕、そんなことしないよ~。

ススム：しかしな、分かりにくいパスワードにして本人が忘れてしまったら、元も子もないだろ。

ヨウ子：自分だけが覚えていられるパスワードを作る方法がありますよ。あまり人が知らないお気に入りの言葉を使うんです。例えばショウタ、幼稚園のとき大好きだった先生の名前は？

ショウタ：ワタナベメグミ先生だよ。



ヨウ子：それじゃ、メグミ先生の名前を使ってパスワードを作ってみましょう。

まず、Watanabe Megumi の各音の子音だけを取って `wtnbmgm` とする。

それから、その一部だけを大文字にして、`wtnBmgM` にします。

次に、好きな記号や数字を入れます。`wtn3Bmg$M` というふうにね。

パスワードはなるべく長くて、英字の小文字と大文字、と数字と記号が混じっているほど、見破られにくいんですって。

ショウタ：なんか暗号っぽくなったね！ でも、サービスごとにこうやって考えてたら、やっぱり覚えられないんじゃない？

ヨウ子：さっき作った同じ文字に、サービスの名前をくっ付けるといいわ。

例えば名前の頭文字と最後の文字で挟む、というふうにルールを決めるの。

「Yahoo!」なら最初の `y` と最後の `o` で挟んで、`ywtn3Bmg$Mo` となるわ。

ススム：なるほどね。じゃあ私にしか分からないパスワードを考えてみよう。

まずは好きな言葉からだな……。

※ この会話に出てくるパスワードの命名法は、あくまで一例です。この例を参考にして、あなたにしか分からない自分だけのパスワードを作りましょう。

パソコンやインターネットでは、ID とパスワードを登録して利用するサービスがたくさんあります。以下に、パスワードを安全に管理するためのポイントを挙げます。

◆ **パスワードは人が想像しにくいものにし、むやみに人に教えない**

ID とパスワードが分かると、あなたの大事な情報を盗み見られたり、あなたになりすまして悪いことをしたり、金銭を盗まれるようなことが起こりかねません。

◆ **パスワードのメモなどが人目に触れないようにする**

ID とパスワードをセットでメモしておくなどということは、家のドアの前に鍵を置いておいたり、通帳と印鑑をセットで置いておくのと同じくらい危険なことです。

◆ **複数のサービスを利用する場合、それぞれのパスワードを別のものにする**

パスワードを全て同じにするのは、家の鍵も金庫の鍵も同じ鍵で開くようにしているようなものです。

◆ **なるべく長くて英字の大文字、小文字、数字、記号が混じったパスワードにする**

悪意のある者は、暗号解読の技術などを使ってパスワードを見破ろうとします。そんなとき、短くて単純なパスワードよりも、より長くて色々な種類の文字が入り交じったものの方が見破られにくくなります。

より見破られにくいパスワードを「強度の強いパスワード」と言います。パスワードを登録するサービスの中には、登録時にパスワードの強度を「弱い／中くらい／強い」などと判定してくれるものもあります。独立したパスワードの強度判定サービスもあり、「パスワードチェッカー」と呼ばれています。こうしたサービスでは、パスワード案を入力すれば強度を判定してくれます。

強度の強いパスワードを作る自分なりのルールを決め、頭の中に記憶しておけるようにしましょう。

7 パソコンや携帯には個人情報がいっぱい！

ミヨ子：あなた、オオタ病院の院長さんから手紙が届いてるんだけど、何かしら？

ススム：なにになに……、「パソコンの置き忘れによる情報漏えいの可能性についてのご報告とお詫び」？

マコト：オオタ病院って、父さんのかかりつけのところだね。そんな事故を起こしちゃったのか！

ミヨ子：どういうこと？

ススム：オオタ病院のある先生が、患者のデータが入ったパソコンをタクシーの中に置き忘れたそうだ。タクシーの運転手が発見してすぐに病院に連絡してくれたし、パソコンを使うにはパスワードが必要で、中に入っているデータも**暗号化**してあるから、情報が漏えいした可能性はほとんどない、と書いてあるよ。

マコト：影響範囲が小さそうなのが、不幸中の幸いだな。最近はノートパソコンを持ち歩くビジネスマンが増えているけど、それを紛失したりすると大騒ぎになるんだよ。

ミヨ子：ノートパソコンって、高そうだね。なくした人が弁償するのかしら？



マコト：パソコンの値段の問題じゃ

ないんだよ。仕事に使うパソコンというのは、取引先のお客さんの住所・氏名や電話番号だとか、会社の書類だとか、漏らしてはいけない重要な情報がたくさん入っているだろう？ それを外で紛失して誰かに盗まれたりしたら、場合によっては新聞に大きく載るくらいの問題だよ。

ススム：マコト、お前も気をつけろよ。

マコト：ああ。だけど、気をつけなきゃいけないのは会社のパソコンだけじゃないよ。

うちのパソコンだって、知り合いのメールアドレスや個人の記録がいろいろ入ってるんだから。

ミヨ子：うちのは外に持って行ったりしないでしょう。

マコト：大きなデスクトップパソコンだからね。でも、パソコンを盗む泥棒もいるんだから、ちゃんとパスワードの設定をしてね。それから、携帯電話だって同じことだよ。

ミヨ子：携帯……。確かにお父さんはしょっちゅう家の中で置き忘れてるから、外でも無くすんじゃないかと心配だわ。首から下げられるひもを、私が編んであげましょうか？

ススム：携帯を無くしてみんなに迷惑をかけちゃいけないしな。毛糸のストラップも案外おしゃれかもしれないな……。

キーワード **暗号化**

パソコンに記録された情報を守るために、戸締りをしてドアにカギをかけるのがIDやパスワードの設定ですが、情報を他人には意味不明な形にするのが**暗号化**です。暗号化されたデータは、鍵がなければ元の状態に戻す（これを復号と言います）ことができませんので、暗号化したデータが流出しても、復号する鍵が流失していなければ他人は利用できないため機密性が保てるのです。

ビジネス用のソフトの中には、保存するファイルにパスワードを設定できるものがありますが、これはファイルそのものを暗号化しているわけではないので、容易に中身を見ることができます。本当に重要なファイルや他人に知られたくないファイルは、暗号化して保存するのが安全です。ファイルの暗号化には、専用のソフトを使用します。

P ポイント

パソコンや携帯電話からの個人情報流出を防ぐ

メールのやり取りや銀行取引、インターネットショッピングなど、便利なことが増えた反面、パソコンや携帯電話には利用者本人やその知人の個人情報や機密情報がたくさんたまるようになりました。なくしたり盗まれたりして重要な情報が悪用されないよう、以下の点に注意して管理しましょう。

- ・ **なくさない**
- ・ **もしなくしたり盗まれたりしてもすぐに中を覗かれないよう、パスワードを設定しておく**
- ・ **もしなくしたら、すぐに警察や携帯電話会社に届け出る**

携帯電話の場合はなくしたらすぐに携帯電話会社に連絡して、電話の利用中断の手続きをとりましょう。また、なくしたときに電話帳などの個人データやICカードの機能を遠隔操作でロックしてくれるサービスが利用できる場合があります。携帯電話会社によってもサービス内容が異なりますので、詳しくは契約された携帯電話会社にお問い合わせください。

8 「君子危うきに近寄らず」はインターネットでも！

ミヨ子：トシエさん、わざわざミカン持ってきてくれてありがとうございます。トシエさんのところのは甘くておいしいから、うちの家族はみんな大好物よ。

ススム：私もさっそくいただきますよ。……ああ、今年もおいしくできてるねえ。

トシエ：喜んでもらえてうれしいわ。それより、お仕事の邪魔しちゃって悪かったわね。

ミヨ子：いいのよ。ちょうど休憩しようと思っていたところ。シルバー人材センターから急に電話がかかってきて頼み込まれたの。最近は筆耕の仕事出来る人が少ないらしくて。

トシエ：ミヨ子さんはお習字の先生だったんだものね。手に職があつてうらやましいわ。私も内職したいんだけど、たまにしか紹介してもらえないから、インターネットで稼げないかと思ってるのよ。このチラシ見てちょうだい。

ミヨ子：なあに？ 「初心者でも必ず成功！ シニアがインターネットで稼ぐ方法」？

トシエ：シニアでも在宅で稼げる仕事のやり方を分かりやすく解説している教本らしいの。

ミヨ子：このチラシだけではどんな仕事なのか分からないわね。教本が2万円もするの？



トシエ：2万円払えば、メールで質問することもできるんですって。インターネットなんて難しいかなと思ったけど、パソコン教室に行く代わりだと考えれば良いかしら。

ススム：うーん、これは怪しいねえ。トシエさん、君子危うきに近寄らず、ですよ。

「誰でも絶対に稼げる」なんておいしい話はなかなかない。会ったこともない人が書いていることを簡単に信じて、しかもお金を払うなんてやめたほうがいいですよ。

トシエ：やっぱりそう思います？ 中身がよくわからないのに2万円払うのはどうかと迷っていたんですけど……。

ミヨ子：このヒト偉そうなこと言っているけどね、この間似たような話にひっかかったの。メールアドレスを入力したら競馬の必勝法の冊子が無料でもらえるっていうもの。

ススム：バラすなよ……。でもまあ本当です。その冊子のためにメールアドレスを登録してから、いろいろな業者から迷惑メールがたくさん来るようになって、息子に怒られましたよ。

トシエ：そうなの？ 無料でもおいしい話には気をつけなければいけないのね。

P ポイント **事件やトラブルに巻き込まれないためのポイント**

インターネット上には現実社会と同じように、悪意を持って人を騙そうとする人や、違法行為をする人がいます。事件やトラブルに巻き込まれないために、以下の点に注意しましょう。

◆ **信用できる情報かどうかを疑う**

「絶対儲かる」「無料」という触れ込みで、あとから高額請求されるといったトラブルが増えています。

インターネット上の違法行為や怪しい情報については、国や自治体が事例を集めて公表しています。信用してよいかどうか分からない情報については、まず似たような事例がないかどうかを確認しましょう。

◆ **むやみにクリックしない**

クリックするだけでウイルスに感染させる悪質なホームページやファイルも多くあります。知らない相手から届いたメール内の URL や添付ファイル、Web サイト上の怪しいリンクはクリックしないようにしましょう。

万一そういったホームページを利用してしまうと、パソコンがウイルスに感染しておかしな動きをするようになったり、身に覚えのないサービスの利用料金を請求するメールが届いたり、といったことが起きることがあります。パソコンの動きがおかしくなったら、それ以上被害が広がらないようにインターネットに接続するのは中止した上で、すみやかに詳しい人に相談しましょう。

◆ **身に覚えのない請求は無視する**

身に覚えのない請求のメールは返信したりせず、無視してください。あまりにもしつこい場合は、契約しているプロバイダーや消費生活センター、警察に通報して対処してもらうこともできます。

明らかな違法行為だと分かる写真や記事などを掲載しているホームページや、犯罪予告、自殺予告などを見つけた場合は、最寄りの警察、または各都道府県のサイバー犯罪相談窓口ご連絡してください。

<トラブル事例を掲載している Web サイトの例>

- 警視庁 高齢者の安全対策情報
<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/seian/koureisya/koureisya.htm>
- 独立行政法人 国民生活センター インターネットトラブル
<http://www.kokusen.go.jp/topics/internet.html>
- 内閣官房 インターネット上の違法・有害情報対策
<http://www.it-anshin.go.jp/activity/qanda.html>
- 東京都 STOP! 架空請求!
<http://www.anzen.metro.tokyo.jp/net/>

<相談・通報先>

- 警視庁 都道府県警察本部のサイバー犯罪相談窓口等一覧
<http://www.npa.go.jp/cyber/soudan.htm>

最近ではウイルス対策ソフトに見せかけてウイルスに感染させる悪質な被害が増えて
います。そのため、ホームページを見ていただけで突然ウイルス対策ソフトのインス
トールを促された場合などは、慌てて不用意に「OK」ボタンを押したり、不明なソフト
をインストールしたりしないようにしましょう。

偽セキュリティソフトは、市販のセキュリティソフトと良く似た名前を名乗っていま
すので注意が必要です。**偽セキュリティソフト**は、怪しいサイトや改ざんされたサイト
を閲覧すると勝手にインストールされてしまいます。

偽セキュリティソフトがインストールされると、「ウイルスに感染している」という
内容のニセ警告画面が表示されます。



その後、ウイルスを検索して発見された風を装った画面が表示され、ウイルス駆除は
有料なのでクレジットカードで支払うようカード情報の入力を求められます。実際には
パソコンはウイルスに感染しておらず、カード情報が盗まれてしまうのです。

画像はIPAの「コンピュータウイルス・不正アクセスの届出状況
[10月分]について」サイトより引用

<http://www.ipa.go.jp/security/txt/2009/11outline.html#5>

9 インターネット上のつきあいも、思いやりが重要

ミヨ子：ねえヨウ子さん、ブログってなんだか面倒な感じね……。

ヨウ子：どうしたんですか。また編み物サークルのブログで何かありましたか？

ミヨ子：そうなの。ブログを見た人がメッセージを書けるところがあるでしょう？

ヨウ子：コメント欄ですね。

ミヨ子：そう、そこでね、会員のウエノさんがケンカを始めちゃったのよ。

ヨウ子：何か嫌な書き込みでもされたんですか？

ミヨ子：うーん、微妙なところなんだけど、

「いつもブログを楽しみにしています。最近編み物以外のことについての日記が多いですが、もっと編み物好きに役に立つ話題を期待しています」って書かれていたの。たまたまウエノさんがお孫さんたちと遊園地に遊びに行ったことを書いた記事にそのメッセージが書かれていて、ウエノさんは自分の書いたことがくだらないって言われているように感じてカチンと来ちゃったみたい。

「ブログに何を書くかは自由です」って返事を書いたの。

ヨウ子：なるほど、穏やかじゃないですね。

ミヨ子：それに続いて「読者からの要望に対してそういう言い方はないだろう」とか

「最初の書き込みも感じが悪い」とか、いろいろな人がいろいろなことを言ってきて収集がつかなくなってしまったの。ブログの管理人のオカモトさんは、しばらくコメント欄を閉じて書き込みができないようにするって言ってたわ。

ヨウ子：そうですか。せっかく感想を書きこんでくれる人がいたのに、残念ですね。

ミヨ子：文章のやり取りでケンカだなんて、大人気ないわよね。

ヨウ子：直接顔が見えない文字だけのやり取りだからこそ、大人同士でも気持ちを伝え合うのは難しいんですよ。私も友だちにメールを送るときは文章が分かりやすいかどうか見直したり、顔文字を使ったりして、気持ちを伝える工夫をしていますよ。それでも誤解が生まれることがあって、そういうときは電話をしたり直接会いに行ったりします。

ミヨ子：ブログにメッセージを書いた人はどこの誰だか分からないから、直接話しましょうってわけにはいかないのよね。

ヨウ子：そうですね。見えないからこそ、ムツとするようなことがあったら一呼吸置いて、まず

は相手の真意を確認するところから始めたほうがいいですね。

ミヨ子：思いやりを持って、大人の対応をしましょうってことね。



◆ **相手が目の前にいないからこそ慎重に**

距離や立場を超えてコミュニケーションできるのがインターネットの良いところですが、相手が目の前にいない状況で文字だけのやり取りとなると、誤解も生まれやすくなります。また、相手の反応が見えないため、面と向かっては言えないようなきついことを、つい書きこんでしまったり、そのやり取りを見ている多くの人を巻き込んで、議論がエスカレートしてしまったりします。そうなるとうれしかったはずのコミュニケーションの場が台無しになってしまい、自分が思っている以上に相手を傷つけてしまいかねません。

相手にどのように伝わるか、相手は何を伝えようとしているかをよく考えながら、気持ちの良いコミュニケーションを心がけましょう。

◆ **誰が見るのかを考えて発信する**

メールなら送った相手だけが読みますが、掲示板やブログのコメント欄は誰もが閲覧できます。SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）など、あらかじめ許可した相手のみが書き込みを閲覧できるサービスもあります。インターネット上に書き込むときには、それを見る可能性があるのは誰なのかを意識することも、トラブルを防ぐために重要です。

10 いつのまにか犯罪者にならないために

ミヨ子：ただいま〜。ああ、疲れたわあ。

ヨウ子：どうしたんですか？ お義母さん、いつもだったら編み物サークルの日は楽しそうに帰っていらっしゃるのに……。

ミヨ子：サークルの会員に、写真を撮るのが好きなスズキさんという人がいてね……。彼女が、自分が撮った写真をサークルのブログに勝手に使われているって、ブログの管理人をしているオカモトさんに文句を言ったの。そしたら陰悪なムードになっちゃって……。

ヨウ子：断りもなく、他人が撮影した写真をブログに載せるのはいけませんね。

ミヨ子：でもね、オカモトさんはその写真が綺麗だったから、良かれと思ってブログで紹介したのよ。だけど、スズキさんは勝手に使ったことに加えて、写真の一部が切り取られていたことも気に入らないってさらに文句を言ったの。

ヨウ子：写真を加工して使ったんですか？

ミヨ子：ブログにちょうど良い大きさになるように、端を切って横幅を短くしたんですって。

ヨウ子：それはますますいけないわ。

写真でも絵でも文章でも、それを作った人は著作権という権利を持っているんです。それ以外の方が勝手に作品を発表したり、変形したりすることは法律違反です。

ミヨ子：オカモトさんがスズキさんからもらった写真を使うのもいけないの？



ヨウ子：ええ、所有権と著作権は違うんですよ。例えば本の著作権は本の作者が持っている、本を買ったからと言って、読者が内容を写して勝手にインターネットで公開したりしてはいけないんです。

ミヨ子：なるほどね。じゃあ、オカモトさんがブログに写真を載せたいと思ったら、自分で撮らなきゃいけないってことになるわね。

ヨウ子：著作権者にきちんと許可をとれば利用しても良いんです。有名な写真家の写真をただで使わせてくださいというのは難しい相談かもしれないですけど、今回のことは、オカモトさんが事前に相談していればスズキさんもダメとは言わなかったんじゃないですか？

ミヨ子：そうね。スズキさんも写真を褒められたことはまんざらじゃないみたいで、結局ブログはそのままいいということになったの。「無断で」というのがいけなかったのね。

インターネットでは誰もが手軽に情報の利用・発信ができる反面、うっかりルールを破ってしまう人が少なくありません。知らずに権利侵害をしたり、法律違反をしてしまわないように気をつけましょう。

◆ 著作権を守る

- 文章、写真、絵、音楽、映画などの創作物は、それを創作した人が著作権を持っています。著作権者以外は、それらの創作物を許可を得ずに発表したり、手を加えて別の作品を作ったりしてはいけません。例えばブログで自分が好きな小説を紹介する際に、小説の一節を引用したり、本の表紙を写真に撮って掲載したりといったことは無断ではいけません（小説は小説家が、本の表紙は装丁家やイラストレーターなどが著作権を持っています）。
- インターネット上で公開されている写真やイラストなどは簡単にコピーできてしまいますが、これも勝手に利用することはできません。例えば年賀状の図柄など、他の人に使ってもらうために自分の作品をインターネット上に公開する人もいます。その場合でも「商用に利用しないこと」「作者の名前を明記すること」など著作権者が定めた利用条件をよく確認し、条件の範囲で利用しましょう。
- インターネットにテレビ番組の録画を無断で公開する、CDからコピーした音楽をダウンロードできるようにするのも違法です。さらに違法であることを知りながら利用することも著作権侵害ですので、絶対にやってはいけません。

◆ 肖像権を守る

- 人が映っている写真や映像を勝手に公開することは、肖像権の侵害になります。
- 肖像権には2つの意味合いがあり、ひとつは誰にでも認められる“人格権”としての肖像権です。これは、撮られた人がプライバシーを守るための権利です。もうひとつはタレントなど有名人にのみ認められる“財産権”としての肖像権で、“パブリシティ権”とも呼ばれます。有名人の場合、その写真や映像には経済的価値があるので、本人の許可無く写真を販売されたりしないために、パブリシティ権が認められているのです。

人物が映っている写真をどうしても利用したいときは、映っている人の許可を得るようにしましょう。

★ 解説 著作権について学ぶには？

著作権についての知識を得たい方は、以下の解説を参考になさってください。

- はじめて学ぶ著作権（文化庁）



http://www.bunka.go.jp/chosakuken/hakase/hajimete_1/index.html

- はじめての著作権講座「著作権って何？」（社団法人著作権情報センター）

<http://www.cric.or.jp/qa/hajime/hajime>

- コピーライト・ワールド（社団法人著作権情報センター）

<http://www.kidscric.com/>



★ 解説 著作物の利用について学ぶには？

著作権者自身が、自分の著作物は他人が自由に使ってかまわない、と考えて利用を許諾している場合があります。そうした著作物は、一定の条件のもとで許可無く利用することが可能です。「自由利用マーク」はその意思表示のマークです。

自由利用マークには、利用条件によって、プリントアウト・コピー・無料配布が可能な「コピーOKマーク」、障害者のための非営利目的なら利用可能な「障害者OKマーク」、学校教育のための非営利目的なら利用可能な「学校教育OKマーク」の3種類があります。



コピーOK



障害者OK



学校教育OK

自由利用マークが掲示された著作物は、日本国内において、指定の利用方法や用途の範囲で自由に利用できます。詳しくは文化庁のサイト解説を参考になさってください。

<http://www.bunka.go.jp/jiyuriyo/panhu1.html>

★ 解説

肖像権やパブリシティ権について学ぶには？

肖像権、パブリシティ権についての知識を得たい方は、以下の解説を参考になさってください。

- 肖像権に気をつけて（財団法人コンピュータ教育開発センター）
「ネット社会の歩き方」
http://www.cec.or.jp/net-walk/flash/cec_14/index_o.html



- 写真著作権と肖像権（社団法人日本写真家協会）
<http://www.jps.gr.jp/rights/outline.html>
- パブリシティ権の定義文（肖像パブリシティ権擁護監視機構）
<http://www.japrpo.or.jp/teigi/iindex.html>



