



実際に起きていることでネットの使い方を考えよう!

# インターネットトラブル事例集 (2026年改訂版)



一部抜粋版

総務省



[https://www.soumu.go.jp/use\\_the\\_internet\\_wisely/trouble/](https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/)

# インターネットトラブル事例集 2026年版 <目次>

## インターネットトラブル事例

### コミュニケーション編 ～予期せぬトラブルに備えて～

- ① 文字だけのコミュニケーションは意外と難しい！？
- ② ネット上で出会って仲良くなることもあるけど… ★
- ③ ネットで親身になってくれた相談相手に会いたい…

### セルフコントロール編 ～使い方を上手にコントロールしよう～

- ④ ついついスマホを使いすぎちゃって ★
- ⑤ ゲームがきっかけのトラブルが増えている！？
- ⑥ 脅迫めいた投稿は悪意がなくてもダメ！

### 法律 & 契約編 ～トラブル回避のために正しく知ろう～

- ⑦ 知らずに違法!? 作品画像やイラストのSNS投稿 ★
- ⑧ 「無料で読み放題！」の誘惑
- ⑨ ネットショッピングは便利でたのしいけれど
- ⑩ お得に買ったつもりが定期購入品だったとは
- ⑪ チョット待って！それって転売できるものなの？
- ⑫ 高額バイト、お小遣い稼ぎのつもりが思わぬ事態に！ ★

## インターネットトラブル事例

### 個人情報 & セキュリティ・プライバシー編 ～防ごう！悪用・詐欺被害・個人の特定

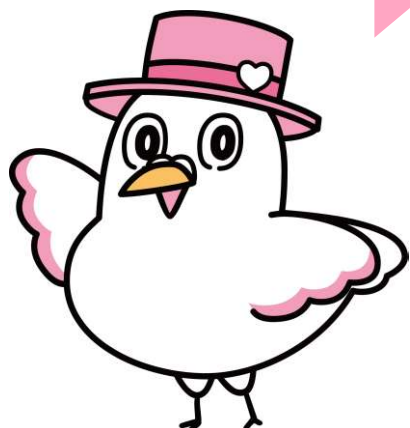
- 13 覚えやすいIDとパスワードを設定したら
- 14 セキュリティのないフリーWi-Fiを使っても大丈夫？
- 15 個人情報の再設定など不安をあおるメールに要注意！
- 16 入力した個人情報が目的外に利用されて…
- 17 気をつけてアップしてたはずなのに ★

### 情報発信編 ～被害者にも加害者にもならないために～

- 18 悪ふざけなどの不適切な投稿
- 19 SNSで自分を危険にさらすようなことはやめて！
- 20 有名人の悪口を投稿する人はいるけれど…
- 21 良かれと思って拡散した情報がデマだった？！ ★

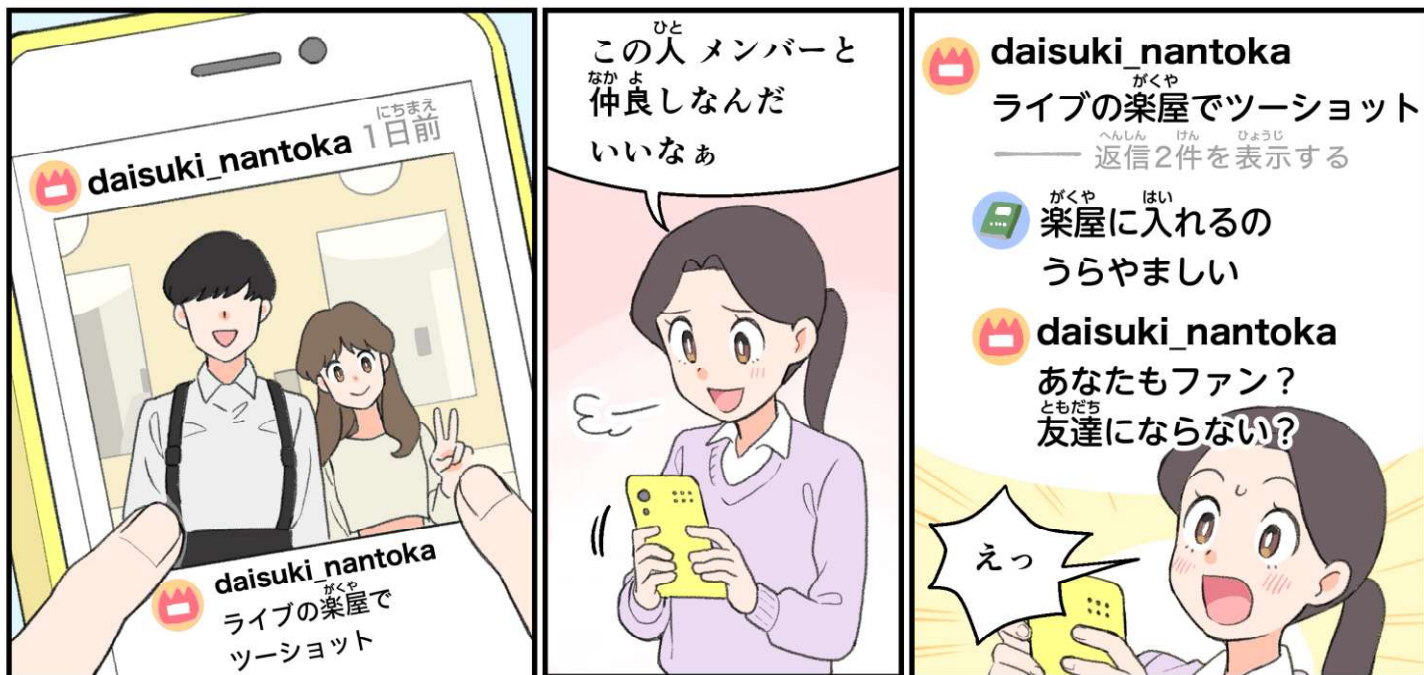
★…抜粋版に掲載

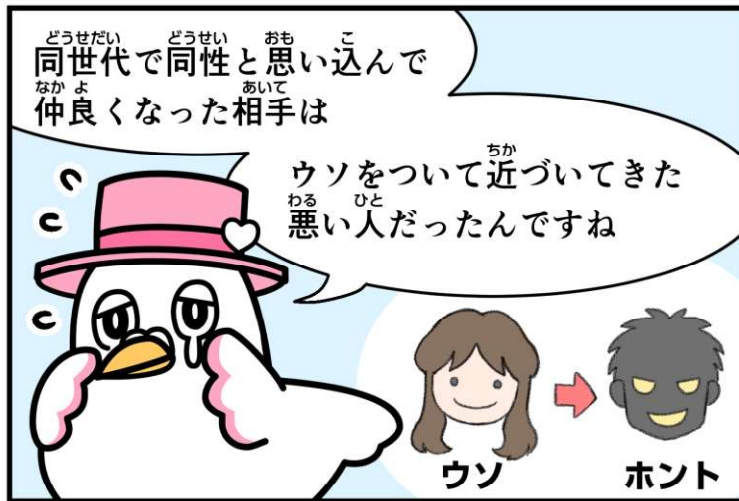
この他さまざまなテーマに関する特集や  
抜粋版では掲載されていない事例は  
右のQRコードから  
ぜひご覧ください





## 2 ネット上で出会って仲良くなることもあるけど...





考えてみよう

話が盛り上がる相手は嬉しい存在ですが、わざと共通の話題で近づいてきた悪い人だったら、やりとりした内容が脅しのネタに。

●こんな被害を防ぐために、できることは？

### A 裸などの画像は送らない

一度、ネット上に流出してしまった画像は、取り返しがつきません。

### B 情報の組み合わせに注意

ネットでの会話を元に本名や学校名が知られてしまうこともあるので要注意です。

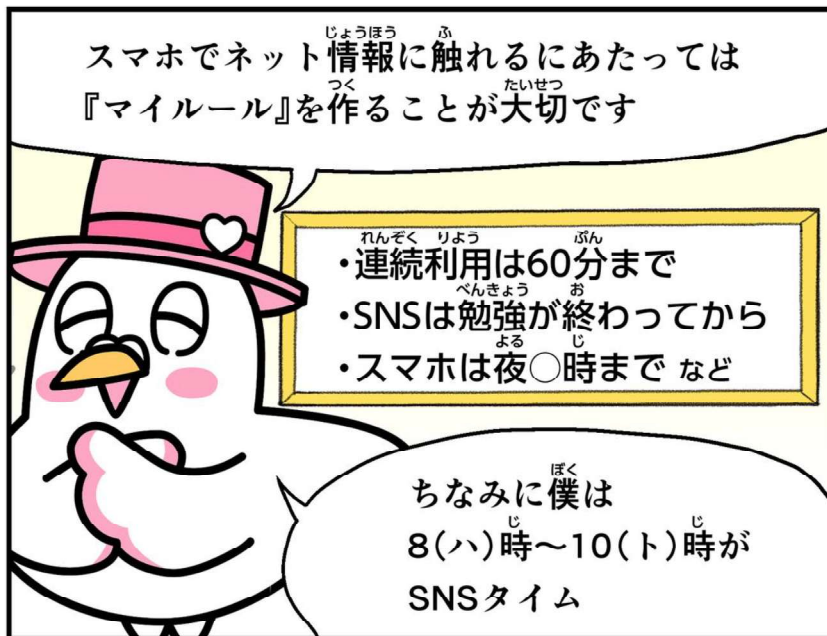
### C 深みにはまってしまう前に

自分の情報を送るときはよく注意し、困ったときは身近な大人や専門の相談窓口の利用もご検討ください。



# 4 つか ぐっぐぐスマホを使いすぎちゃって





考えてみよう

動画、SNS、ゲーム...ついつい夢中になりがちですが、生活習慣の乱れや睡眠不足は健康や学習にさまざまな影響を及ぼします。

●適切な利用のためにできる工夫は？

### A 時間の使い方を見直してみる

食事、入浴、宿題など、帰宅後はやることだらけ。限られた時間の使い方を工夫してみましょう。

### B 健康への影響を調べてみる

例えば、成長を促進し、疲労回復にも必要な睡眠。不足するとどうなるか知っておきましょう。

### C マイルールを作ってみる

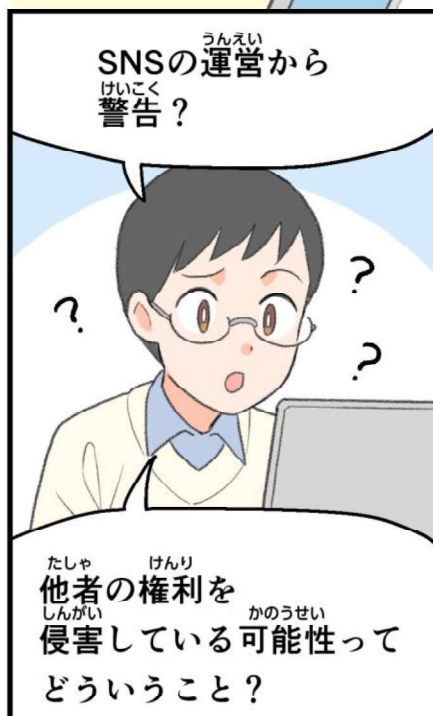
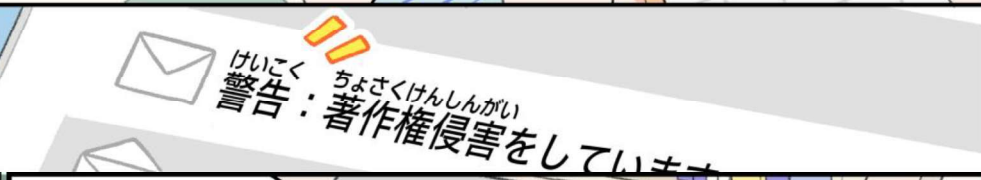
時間管理ツールを活用したり、ルールや目標を決めたりして、自分コントロールにチャレンジ！



## 7 知らずに違法!? 作品画像やイラストのSNS投稿



すうじつご  
数日後







※著作権者に無許可でアップロードされた違法な画像、写真、音楽など



考えてみよう

テレビ番組、映画、ライブ映像、音楽、書籍、キャラクターetc...世の中は誰かの著作物であふれています。

●それらを許可なく公開やアップロードをしたら、どんなことになるでしょう？

### A 作者を苦しめることになる

自分の作品が知らないところで勝手に使われたら？など、作る側の人のことを想像しましょう。

### B 次の作品が生まれなくなる

有料の作品が許可なく無料で公開されれば、制作に関わる人たちは次の作品が作れません。

### C スクリーンショットや画面録画は？

撮影禁止のものを公開したり、正規のものではないと知りつつダウンロードすることも違法です。

12

こうかく

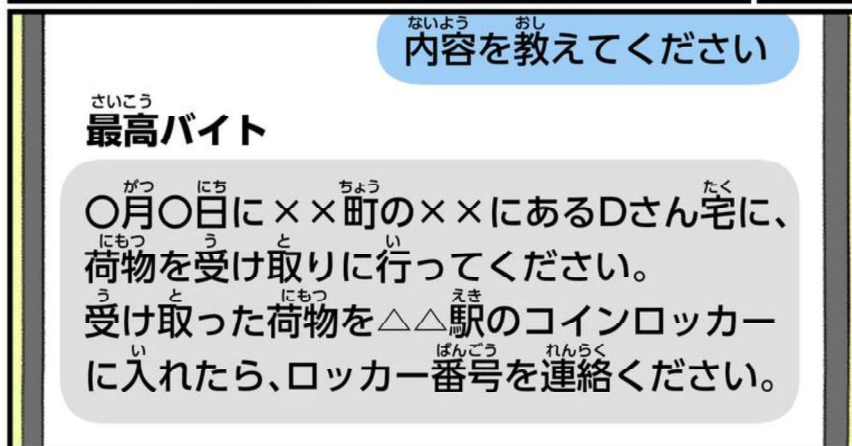
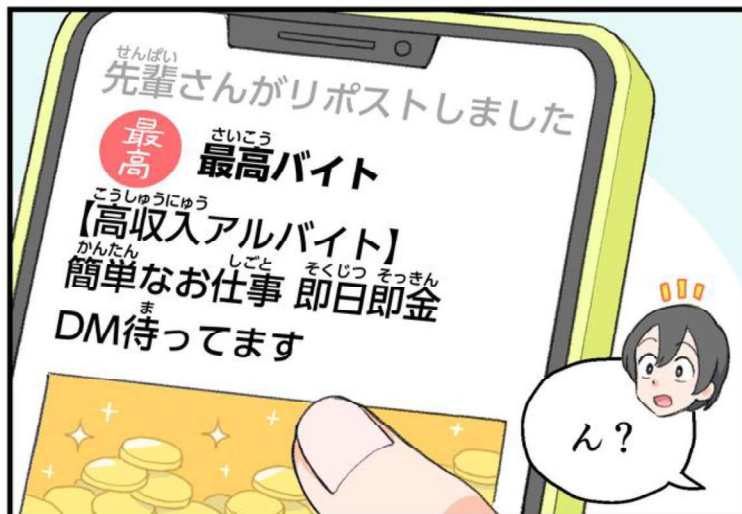
こづか

かせ

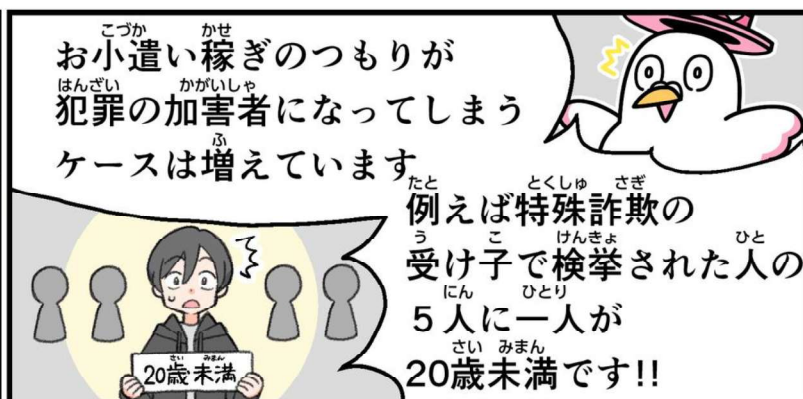
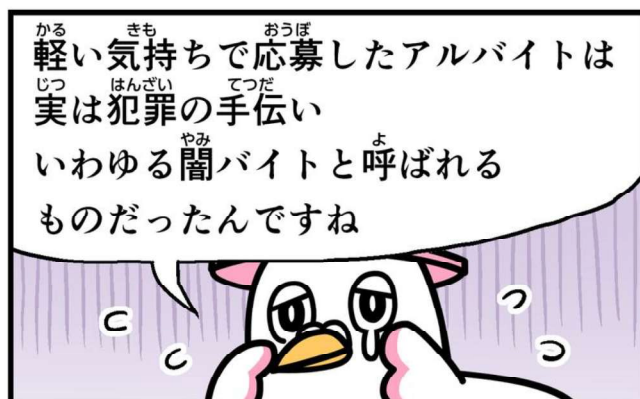
おも

じたい

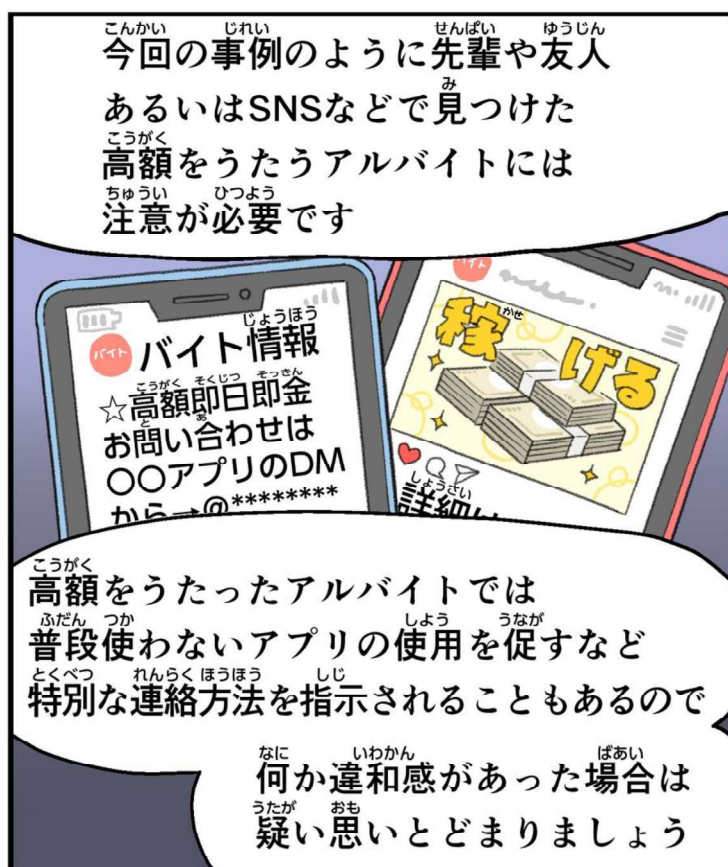
高額バイト、お小遣い稼ぎのつもりが思わぬ事態に！







けいさつちやう れいわ ねん とくしゅ さぎ にんち けんきょきやう  
警察庁「令和5年における特殊詐欺の認知・検挙状況について」より



考えてみよう

“安全”で“簡単にたくさん稼げる”仕事を見つけたら、疑ってかかるのが無難。犯罪に加担してしまったり、脅されて抜けられなくなったりしないために、できることは？

### A うまい話にはウラがある

SNSなどの人づて情報や個人的な仕事には要注意！社名や団体名がなければ応募しないで。

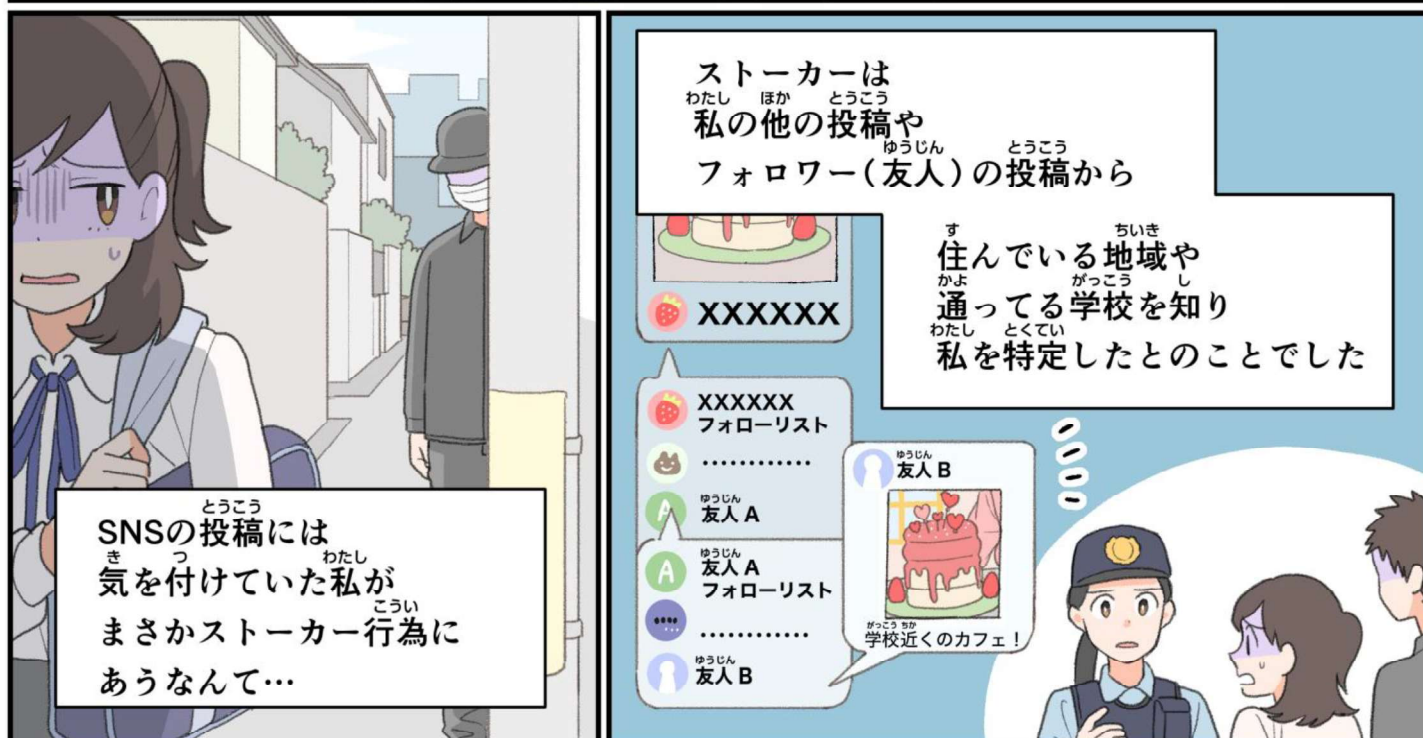
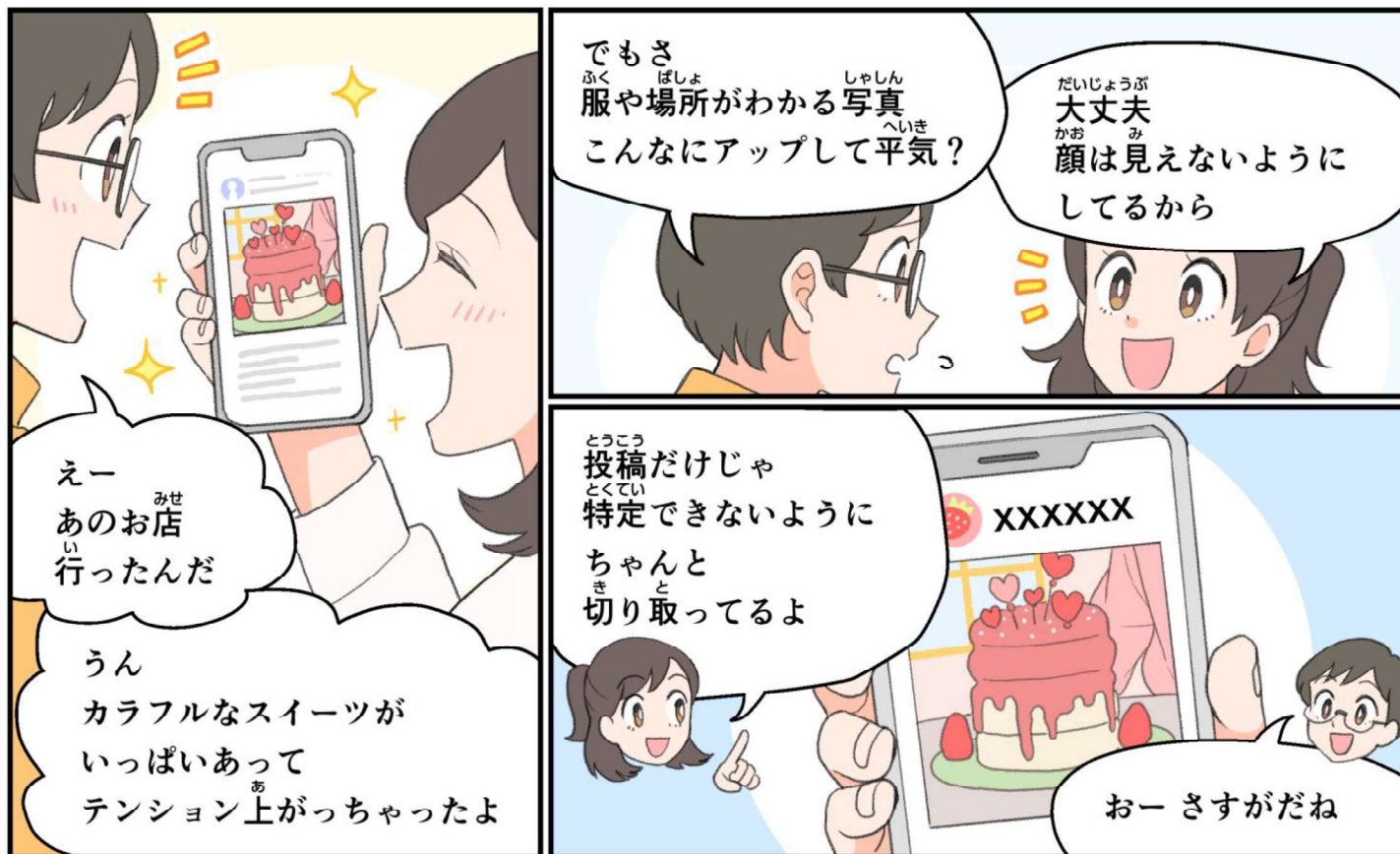
### B 詳しくは直接やり取りで?!

他者から見えない直接やり取りできる方法を指示されたら危険、連絡を取らず思い留まりましょう。

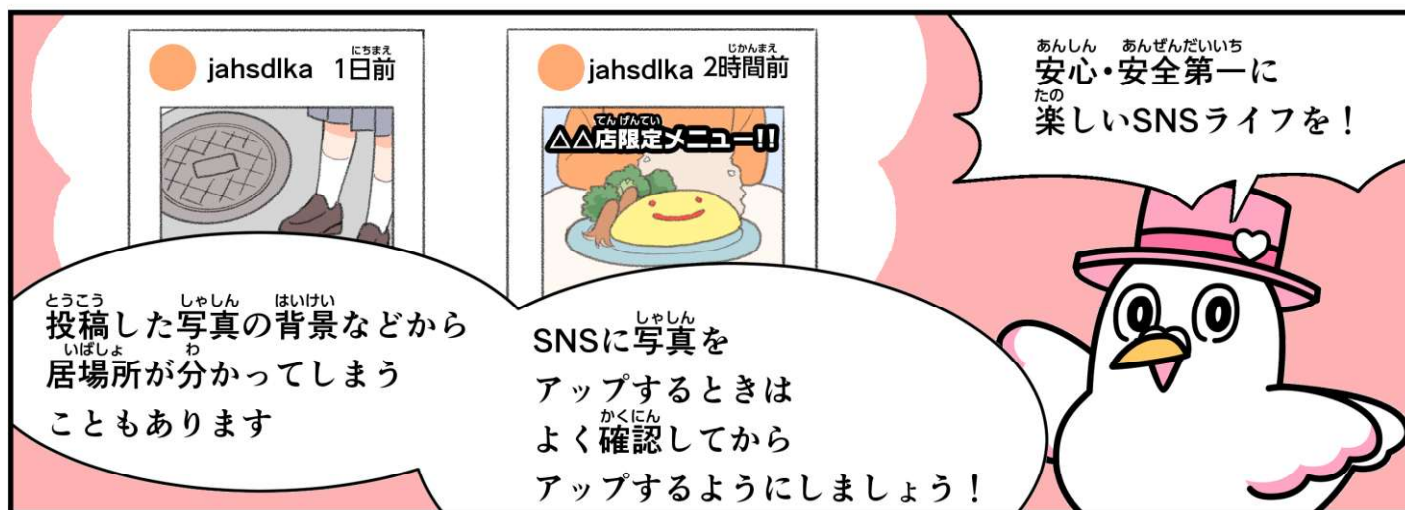
### C 怪しいバイトへの登録はNG

仕事に必要なだからと登録したあなたの個人情報は犯罪者に渡り、脅迫の材料になるのです。

# 17 き 気をつけてアップしてたはずなのに







考えてみよう

ネットにアップした写真や動画で、撮影場所や生活範囲が知られてしまうケースが。事件やトラブルに巻き込まれないために、投稿の際に注意しなければならないことは？

### A 高性能・高画質への注意

写ったものから撮影場所が特定されることがあるので、投稿用の撮影には注意しましょう。

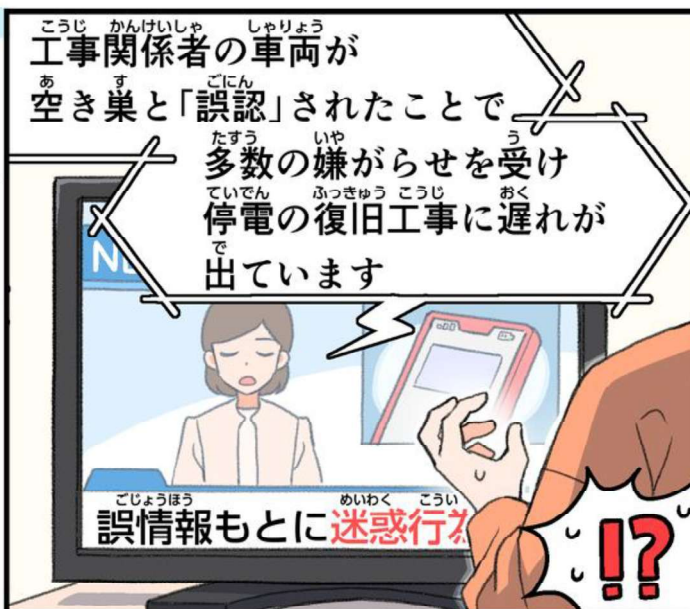
### B 閲覧者を限定した投稿が○

プライベートな情報の投稿前はよく考えて、「鍵アカ」などで特定の人とだけ共有する方法もあります。

### C もしも不安を感じたら

SNSでのやり取りについて不安や違和感を感じたときは、必ず大人に相談しましょう。

# 21 よ おも かくさん じょうほう 良かれと思って拡散した情報がデマだった？！







考えてみよう

災害時には、多くの誤った情報が流通・拡散し、迅速・円滑な救助の妨げになり、救助が必要な人に届かない場合なども。ウワサやデマなど偽・誤情報に振り回されて失敗しないためには、どうしたらいいでしょう？

### A まずは深呼吸、冷静になる

災害時に危険を伝える情報を見たら誰もが慌てます。知らせる・広める前に一度落ち着きましょう。

### B 表現の自由と他人や社会への危害

表現の自由はありますが、個人や社会に重大な危害を及ぼす投稿は犯罪や権利侵害、SNS利用規約違反になる場合も。

### C 騙されないためには？

真偽の不確かな情報は、安易に拡散せず、公的機関の情報、報道やファクトチェック団体などを確認！

## 【インターネットトラブル事例集(2026年改訂版)】

発行者 総務省  
〒100-8926 東京都千代田区霞が関2-1-2