

SNS は心と心を つなげるもの

誰かを傷つけるためにあるんじゃない

言葉は刃（やいば）になり、誰かを傷つけてしまうかもしれません。集まれば銃弾の雨にもなっていて誰かのすべてを奪ってしまうこともあります。もし、あなたが傷ついたら、あなたを守る方法があります。



あなたの大切な人なら、ブロックやミュートで距離を置こう

あなたを傷つけようとする人が大切な人なら、少し距離を置きましょう。見たくない投稿を見ないようにするための「ブロック」や「ミュート」を使って、ひと休みしましょう。

我慢ばかりする必要ない！自分でも削除要請ができる

傷つけてくる言葉に、あなたがじっと我慢している必要はありません。SNS にもルールはあります。「通報」や「問い合わせ」からサービスの運営者に伝えることで、ルール違反の投稿の削除を依頼することができます。あなたを傷つけようとする人がルールを守らなくても、ルールがあなたを守ってくれます。

法務省の人権擁護機関ではインターネットでも人権相談を受け付けています。また、違法・有害情報相談センターはインターネット上の誹謗中傷に関する削除依頼の方法について、専門知識を持った相談員によるアドバイスを行っています。

一人で悩まないで・・・困ったら、まず相談しましょう

一人で悩まないで。声を上げてください。絶対に誰かが力になってくれます。相談窓口にご相談しましょう。もし、青少年だったら、保護者や先生など信頼できる大人にも相談しましょう。



全国共通人権相談ダイヤル（みんなの人権 110 番）

電話 0570-003-110

子どもの人権 110 番 電話 0120-007-110

女性の人権ホットライン 電話 0570-070-810

※SNS とは、インターネット上で言葉や写真・動画を自由にやりとりできるシステムのことです。

<出典 法務省ウェブサイト> <https://no-heart-no-sns.smaj.or.jp/>

12月に開催予定の「人権を考えるつどい」は、コロナウィルス感染拡大防止のため1月31日(日)に延期し、新しくできる柳川市民文化会館(水都やながわ)で開催予定です。