

日時:2025年2月19日(水)18:00~20:30

開催形態:オンライン(Zoom)

参加者:29名(運営含む)

うち学生:8名(日本社会事業大、東洋大、前橋工科大、岐阜大、名古屋大、奈良女子大、奈良県立大、立命館アジア太平洋大)

## 講座の様子

【今回のテーマ】

# 『SNS』ってどう使う？

~ウソの情報にダマされない！日常からの意識で  
災害時にも対応できるSNS力を身につけよう~

講師:福島直央さん(ファストドクター株式会社 執行役員)  
LINE株式会社に在籍経験があり、現在は公共・医療DXを推進するファストドクター株式会社で行政DX・防災DX・情報通信分野の専門家としてご活躍されています。



## 【1】アイスブレイク:「わたし/みんなのSNS事情」

冒頭、さっそく参加者はグループに分かれてワークを実施しました。自己紹介や参加動機の交流に加え、自身のSNSを利用状況や、SNSのエピソードトークなどを交流しました。SNSを情報収集に活用する、コミュニケーションツールとして使っている、もしくはほとんど使っていない、など多種多様なSNS事情が見られました。また参加者からは「好きなバンドが共通している人とSNSでつながりライブ会場で会うこととなったが、女性だと思っていたら男性でびっくりした」などといったエピソードが話され、自身のSNS利用について振り返る機会となりました。

### 最初のワーク！

〈手順〉

#### 1. 自己紹介

- ・名前(と呼んでほしいあだ名)
- ・所属大学/大学生協
- ・普段の自分のSNSの使い方(どんな時に・どんな風に)

#### 2. 時間が余ったら、、、

- ・SNSにまつわるエピソードトーク(印象的な出来事・ヒヤッとしたことなど)

### 【2】講演前半:「『SNS』とは?/使い方について」

アイスブレイク終了後、福島さんの講演が始まりました。

前半の講演では、**そもそもどのサービスがSNSに当てはまるのか、SNSの使い方の近年の変化、SNSに関わる法律について**など説明がありました。SNSの使い方については、2019年の調査では「新たな知識を得るため」という人が大多数であったのが、2023年の調査では「商品を購入するときの参考にするため」の割合が著しく増加していました。**どのサービスを「SNS」と捉えるか、という意識の変化もこの結果に影響を与えているようです。**

SNSの使い方の変化

図表3 SNSの利用目的(2019年、2023年 性年代別4項目抽出)

利用目的	2019年				2023年			
	全体	男性	女性	学生	全体	男性	女性	学生
新たな知識を得るため	41.5%	37.5%	45.5%	44.5%	28.5%	25.5%	31.5%	32.5%
商品を購入するときの参考にするため	17.2%	18.5%	15.5%	16.5%	38.5%	42.5%	34.5%	35.5%
友人や知人とコミュニケーションをとるため	19.8%	18.5%	21.5%	19.5%	12.5%	11.5%	13.5%	12.5%
趣味や娯楽を楽しむため	18.5%	19.5%	17.5%	18.5%	12.5%	13.5%	11.5%	12.5%

※全項目のうち、4項目抽出し、性年代別の割合を示した。  
 資料:図表1と図表2

そんなSNSの利用について、話題は「災害時に起きること」に移っていきます。**災害時には、情報のオーバーフローや信頼性の高くない情報の広まり**が起きてしまいます。そのことを前提に、次のワークを実施しました。

### 【3】ワーク②:「情報の信頼性を確かめよう 情報防災訓練」

災害時にSNSに流れる情報や発信する情報の信頼性についてワークで体感しました。

情報防災訓練をやってみよう

考えてみよう 8枚のカードを信頼性が高い、低いを並べてみよう



信頼性が高い | 信頼性がやや低い | 信頼性が低い

情報防災訓練をやってみよう

考えてみよう 4枚のカードの情報について 発信した方がよいかどうかを考えてみよう



発信しても大丈夫 | 発信してよいか悩む | 発信しない方がよい

市役所の投稿や公式のマークがついている投稿は信ぴょう性が高いと直感的に考えていた。

個人情報の特定につながる投稿は、善意であっても避ける方が望ましいと判断した。

大学教授の方の投稿は、数分で拡散されていることから発信力もあるため、安心ではないか。

引用リポストされた市役所の情報は過去の災害時のものであり、誤解を招く情報と考えている。

情報をどう見極めるか

情報は、「だ・い・ふく」で見極めよう

だ: 何が言ってるの? | い: つ言ったの? | ふく: すうの情報確かめた?



情報をどう発信するか

災害情報の発信は、「あ・ま・い」を意識しよう

あ: 安全を確認しよう | ま: 間違った情報にならないかな? | い: 位置情報を上手に使う



情報の真偽を確認する際には、「だ・い・ふく」「誰が言ったのか」「いつ言ったのか」「複数の情報確かめたか」がポイント!

自身が情報の発信者になる場合には、「あ・ま・い」「安全の確認」「間違った情報ではないか」「位置情報の活用」がポイント!

\*「情報防災訓練」の教材は、「LINEみらい財団」のHPから申し込みをすればダウンロードすることもできます。

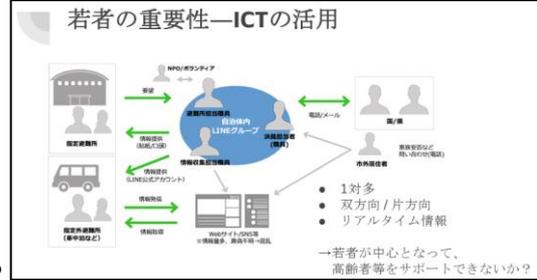
<https://line-mirai.org/ja/download/#c>

## 【4】講演後半:「能登半島地震で実際に起きたこと、若者への期待」

令和6年1月1日の能登半島地震の際に実際に投稿されたSNS投稿について紹介がありました。津波到達を示唆するような映像が実は東日本大震災の際の映像であったり、デマ情報に「NHK」のロゴを貼って信憑性を高めようとしたり、生成AIによる画像で不安をあおったり…といったことが、実際に起きてしまったのです。

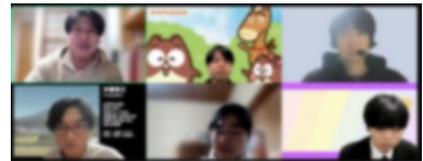


そんな中、若者が期待される役割として、ICTを活用する事例が紹介されました。情報ツールに慣れている若者が中心となって、高齢者等をサポートできないか?という点で実際に取り組みが始まっている事例があるということです。そのような若者への期待が伝えられ、講演が締められました。

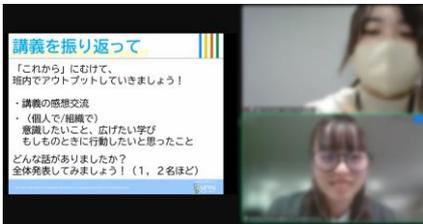


## 【5】ワーク③:「講義を振り返って」

最後のグループワークです。講義を聞いての感想を交流し、今後個人・組織で意識したいことや広げたい学び、もしものときに行動したいと思ったことを話し合いました。



参加者からは「SNSのいい面と悪い面を改めて知ることができた。それらに注意しながらうまく使っていきたい。」「非常時にはパニックになってしまい正しい情報を受け取ったり発信したりできるかは心配。どんなことは発信してはいけないのか、は意識したい。その意味では「使わない」という選択肢も大事だと思った」といった声があがりました。



## 【6】まとめ

最後のワークで各班で話したことを代表者が発表し、それを受けて福島さんよりまとめをいただきました。災害が起きると、基地局の電源装置の関係で、被災地では約半日ほどで情報がだんだん途絶してしまうとのことです。また防災科研の「地震10秒診断」について紹介があり、地震について身近に考える機会を作ることの重要性を共有いただきました。また、「SNS使用に際して、取捨選択し活用する癖をつけることが重要」とのコメントがありました。

## 今後について

SNSは情報拡散・連絡ツールとして広く活用されていることから、過度に恐れず、日頃から正しい使い方・情報の見極め方を意識することが重要です！

また、SNSに限らない様々な生活リスクに備えるため、『50の危険』等を活用し情報を得ておくことが重要です。

**身近なところから。**

SNSは情報拡散ツール・連絡ツールとして広く使われています。

それは、大学生・大学生協もおなじ。

正しい情報を見極めて、上手にSNSを活用していきましょう！










## 参加者の声(抜粋)

### ◎講座への参加動機

- 私はSNSをあまり使っていませんが、なんとなくご情報が入り乱れているイメージがありました。しかしSNSは選挙戦の行方を左右するなど大きな影響力を持ちつつあり、関係ないでは済まされなくなってきました。そこで、SNSをどう使いこなせばよいのかを知りたいと思い、参加しました。(岐阜大学3年)
- 講義の案内があった時に共済についての参考になると思ったから。SNSのリスクについてわかった。(奈良県立大学2年)
- 全国のオンライン講座ってどんな感じなんだろう?と思ったのがきっかけです。また、高校生のときは自制していたのですが大学生になってSNSをたくさん利用するようになったので、テーマにも興味を持ちました。(名古屋大学2年)
- SNSに関して、今、立命館生協で問題視されているため、今後の参考にしたいと考えたから。(立命館アジア太平洋大学1年)



### ◎講座の感想、今後の行動に活かしたいこと

- 10代~20代の情報収集媒体がSNSという中で、デマ情報を見分ける自信がある人は少ないという話を聞き、私自身も確かにそうだと振り返り、内心ドキッとすることが多々ありました。どの情報が正しいのか、SNSを使用するのであれば、その辺を再度自信に問いながら行動していきたいなと思いました。また、若い世代だからこそ、SNSに敏感でない親祖父母世代のための活かし方を学んでいきたいなと感じました。(前橋工科大学3年)
- 自分のSNSのリテラシーは何を投稿して良いか考えると高くないと思った。災害時の情報収集についてあまり考えてないのでこの機会に普段から意識しようと思った。他の人がどのアカウントやアプリを使っているか知れたのでそれらを参考にしようと思う。災害時には冷静でいられない部分もあると思うので日頃から考えておくことが大切だと思った。今回、知ったことを部会で共有したい。(奈良県立大学2年)
- 災害時のパニックで自分の周りの被害状況を発信してしまいがちだけど、そこで個人情報の漏洩にもつながる可能性もあることをワークを通して実感しました。地震10秒診断を用いると、より身近なこととして感じられると思い、知れてよかったです。災害時に「逃げて」ではなく「みんな逃げているよ」の方が危機感を持ってもらいやすいという話には、なるほどと思いました。SNSを活用できる若者として、災害が起きた時に高齢の方に正しくそれを伝えるべきだという視点は今まで気づけなかったもので、参考になりました。今日学んだことを機関紙で組合員に発信したいです。(名古屋大学2年)
- 今回は特に災害時のSNS利用についてピックアップされていましたが、本当に発信してもいい情報なのか、本当に信頼できる情報なのかというのは、災害時だけではなく普段から意識しないといけないということを改めて感じました。(立命館アジア太平洋大学1年)
- 若者世代におけるSNS普及のリスクを中心にお話いただき、改めて情報を発信する・受け取る際の危機管理を意識するきっかけになった。またリスクだけでなく、ICT活用の可能性についてもご説明があったのが印象的だった。普段から使う機会が多く「当たり前」「日常」になりつつあるSNSだからこそ、そのリスクも可能性もあまり考えなくなっていたので、多くの人のより良い生活につながるような使い方を自分ができるようにすることに加え、周りの人々に広めたいと思った。(奈良女子大学3年)

### ◎講師への質問と回答

Q.なぜ半日以内に情報を集める必要があるのか(なぜ半日以内ならつながるのか)

A.携帯電話の基地局が停電時にもつながるようにそれぞれ電源を持っており、だいたい半日くらいはそれでつながるためです。基幹であればもっと持つこともありますし、津波等で流されるとさすがにつながらなくなりますが、目安としてということでお話ししています。

【講座内で紹介した参考資料集】



<https://drive.google.com/file/d/1H4NpZNTsUwL-6vv9mD5Rx63-5g-22G6/view?usp=sharing>