



「楽しく増やす」の裏側 — いいね! 代行・チート代行のリスク

1 「いいね!」やフォロワーは“買える”時代になっている SNS上で「いいね!」やフォロワーを増やしたいと考えたとき、「いいね! 代行」や「フォロワー購入」といったサービスが目に入ることがあります。これらはお金を支払うことで、投稿に対する反応やフォロワー数を人工的に増やす仕組みです。一見すると、人気があるように見せることができるため、自己表現やビジネスにおいて有利になるように感じるかもしれません。

しかし、こうした数字の多くは実在しないアカウントや、活動していない“中身のないアカウント”であることがほとんどです。そのため、実際の評価や信頼にはつながらず、むしろ「不自然な伸び方」として疑われる原因にもなります。SNSのアルゴリズムは年々精度が上がっており、不正な操作は検知されやすくなっています。

また、プラットフォームの利用規約では、このような行為を禁止している場合が多く、発覚した場合はアカウントの凍結や投稿の制限といったペナルティが課される可能性があります。「見た目の数字」を増やすための行動が、結果として自分の活動の幅を狭めてしまうリスクがあるということを理解しておく必要があります。

2 チート代行は「ズル」ではなく「不正行為」である オンラインゲームなどで見かける「チート代行」は、自分の代わりに他人がゲームを操作したり、不正なプログラムを使って有利な状態を作り出したりするサービスです。「少しでも楽をしたい」「強くなりたい」という気持ちから利用してしまうケースもありますが、これは単なる“ズル”ではなく、明確なルール違反です。



多くのゲームでは、不正ツールの使用やアカウントの貸し借りを禁止しています。チート代行を利用した場合、アカウント停止やデータの削除などの措置が取られることがあります。長い時間をかけて積み上げてきたデータが一瞬で失われる可能性があるという点は、非常に大きなリスクです。

さらに、代行業者にアカウント情報を渡すことで、個人情報の流出や不正利用につながる危険性もあります。ゲーム内のアイテムや通貨が勝手に使われたり、アカウント自体が乗っ取られたりといった被害も報告されています。「便利そう」「手軽そう」という印象の裏側には、取り返しのつかないリスクが潜んでいることを知っておくことが大切です。

3 「楽に手に入れる」ことの代償を考える いいね! 代行やチート代行に共通しているのは、「本来は自分の努力や時間をかけて得るものを、外部の力で短縮する」という点です。しかし、その結果として得られるものは“本当の評価”や“本当の実力”ではありません。

例えば、SNSでの発信は、誰かに共感されたり、価値があると感じてもらうことで広がっていくものです。数字だけを増やしても、実際に応援してくれる人や信頼してくれる人が増えるわけではありません。同様に、ゲームにおいても、自分で工夫しながら成長していく過程に意味があります。その過程を飛ばしてしまうと、楽しさや達成感も失われてしまいます。

また、一度「楽に手に入れる」経験をしてしまうと、同じ方法に頼り続けてしまう可能性もあります。その結果、自分で考えたり努力したりする力が育ちにくくなるという影響も考えられます。

インターネット上では、手軽に見えるサービスほど注意が必要です。本当に大切なのは、時間をかけて信頼や実力を積み上げていくことです。「これは正しい方法なのか」「あとで困ることはないか」と一度立ち止まって考える習慣を持つことが、自分自身を守ることにつながります。

ネットリテラシー 今月のポイント

- いいねやフォロワーをお金で買う行為は、発覚するとアカウントの凍結などのペナルティを負うことがある
- チート代行は不正行為だけでなく、アカウント自体が乗っ取られる危険性もある
- 得られるものは“本当の評価”や“本当の実力”ではない



心理

保護者からの相談 # お金で評価を得る # 心の成長

Q こどもが「ゲーム代行」を使いたいと言い出しました。

小学校 6 年生の息子のことで相談させてください。先日、息子が「お小遣いでゲームの『レベル上げ代行』を頼んでもいい？」と言い出しました。驚いて詳しく聞くと、SNS の「いいね」を増やす代行サービスなどもあるらしく、友達の間では「効率よく進めるのが当たり前」「数字が少ないとかっこ悪い」という空気があるようなのです。



親としては、お小遣いの範囲内とはいえ、お金で評価や結果を買う行為に「ズルをしている」という強い抵抗感があります。また、見ず知らずの相手にアカウント情報を渡すことで、乗っ取りや金銭トラブルに巻き込まれるのではないかと心配です。

こうしたネット上の価値観に執着することにも対し、親としてどのように向き合い、声をかけてあげればよいでしょうか。

小学校高学年は、身体も心も大きく成長する時期です。自分と他人との違いを知り、客観的な視点が育っていきます。身体面や学力面でも個人差が顕著に現れてくるため、周り自分との差を感じやすくなります。他者と比べることで自信につながる場合もありますが、劣等感をもちやすい時期であるともいえます。また、仲間意識が芽生え、集団で自分たちだけのルールや遊びを考えたり、同じ価値観を共有することで安心感やコミュニケーション能力を高めていく一方で、他の集団に対し排他的になることもあります。



● 「効率」「数字」を重視する心理

現代のこどもたちは、勉強や習い事に加え、SNS や動画視聴など、膨大な情報とタスクに追われています。限られた時間で結果を出す「タイパ (タイムパフォーマンス)」重視の風潮は、こうした余裕のない環境が背景にあります。

「いいね」の数やゲームのレベルなどは数字で表され、誰が見ても分かりやすい「結果」として認識されます。自己肯定感が揺らぎやすいこどもたちにとって、数字は自己評価とつながりやすく、「数字が少ない=自分を認めてもらえない」という心理が生まれやすくなります。

効率を重視しすぎると、試行錯誤する楽しさや「過程」の価値が見えにくくなります。自己肯定感が低いと「できない自分」を認められず、そうなりそうな状況を無意識に避けようとすると考えられます。最短距離で結果を出すことだけに追われ、心に余裕がなくなっている状態といえるかもしれません。

● 「お金で評価や結果を買う=ズルをしている」という価値観

なぜお金で評価や結果を買うことが「ズル」なのか、そして「なぜズルをしてはいけない」のか。お子さんに尋ねられたときに答えられるよう、大人側も考えておく必要があります。何を大切にしているのか、こどもには何を大切にしてほしいのかを振り返り、伝えることで、真意が伝わりやすいと思われれます。



● 対応のポイント

Point 1 息子さん自身がどう思っているのかを責めずに丁寧に聴く

まずはお小遣いの使い道について相談してくれたことを支持し、その上で「効率重視が当たり前」「数字が少ないとかっこ悪い」という周囲の空気を、本人がどう感じているか聴いてみてください。責めることなく丁寧に聴くことで、本心が出てくるかもしれません。

Point2 ズルをする背景を考える

子どもがズルをする背景には、不安や焦り、自信のなさがあることが多いです。その気持ちを受け止め、現実的なリスクと親としての想いも伝え、どうしていくかを一緒に考えようという姿勢でお話してみてもいいと思います。

Point 3 一緒に気持ちを整理し、大切にしてほしいことを伝え続ける

周りと比べ、自分も認められたい、結果を出したいという欲求が出ることは、成長の証ともいえます。一緒に気持ちを整理しながら、何を大切にしてほしいのかを伝え続けていくことで、さらなる成長の機会になると考えられます。



a spoonful of suger
公認心理師・臨床心理士

浅井 育子 先生

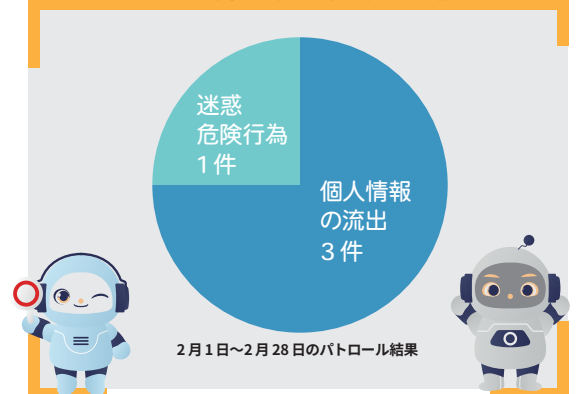
田辺市上屋敷でカウンセリングルームを主催。病院での勤務経験やスクールカウンセラーの経験を生かし、ひきこもり・不登校などの課題の解決に向けたカウンセリングを実施している。

ネットパトロール報告

2026年2月度調査報告

2026年2月のネットパトロールで発見された問題投稿は4件。そのうち個人情報の流出が3件、迷惑・危険行為が1件発見されました。今月は、個人情報の流出が多く発見されました。年度末ということもあり学年が変わる前に友達との思い出を投稿することも増えてきています。「楽しい思い出をシェアしたい!」という気持ちが伝わってきますが、自分だけでなく友達の情報も一緒に流出してしまっています。また、その思い出が迷惑行為につながっているものもありました。友達と商業施設で撮った写真では、トイレ内に複数人で入り棚の上に乗って撮影しているものも。ちょっとした悪ふざけ投稿が今後の進学や就職に影響することもあります。投稿前に一度立ち止まってこれを投稿したらどうなるか、すこしだけ考えてみてください。

和歌山県内の青少年の問題投稿



分析

正義のための晒し行為が加害者になることも・・・

「○○がこんな悪いことしてた!」「××ってこんなやばいやつです。皆さん注意!」など、誰かのために教えてあげよう!と思った投稿が大きな騒動に発展することもあります。

誰かの問題行動や迷惑行為を見つけたとき、相手の名前や顔写真、投稿内容などを SNS で拡散してしまうケースが見つかっています。こうした行為は「晒し(さらし)」と呼ばれ、正義感から行われることも少なくありません。しかし、その行為が新たなトラブルや被害を生むこともあるのです。

SNS に投稿された情報は、一度拡散されると完全に消すことが難しく、多くの人の目に触れ続けます。もし情報が不正確だった場合、関係のない人が犯人扱いされたり、必要以上に相手を傷つけたりする可能性もあります。

また、個人情報を広める行為は、場合によってはプライバシーの侵害や名誉毀損などの問題につながることもあります。「悪いことをした人だから何をしてもいい」という考え方は、ときに大きな誤解や行き過ぎた攻撃を生みます。

結果として、最初は「正義のため」と思って行った行動が、誰かを傷つける「加害行為」になってしまうこともあるのです。トラブルを見かけたときは、感情のままに拡散するのではなく、本当にその情報が正しいのか、投稿することで誰かを傷つけないかと考えることが大切です。困ったときは、周囲の大人や学校、関係機関に相談することも大切です。SNS では、一人ひとりが責任を持って行動することが、安心して使えるインターネット環境につながります。

最後の一步を踏み出さないために

2月の講座では小学校1校にて低学年と高学年、別々に講義をさせていただきました。どちらも、内容をしっかり考えながら、質問に手を挙げて答えたり、問いかげに反応したりする様子が見られました。

こどもたちの記憶に残りやすく、「最後の一步を踏み出さない」ような講義を、今後も引き続き行ってまいります。

講座日	学校名	講座内容	対象生徒の学年	人数
2/5	日置小学校	情報の利活用	小学1~3年生	7名 (教職員2名)
2/5	日置小学校	情報の利活用	小学4~6年生	20名 (教職員3名)



ネットトラブル相談窓口

24時間、チャットbotで相談いただけます！

わかやま ネットトラブル相談窓口

リラとカイがみんなの
疑問や不安に
答えます。

ネット上で困っていることがあれば、チャットを使って相談してね。
解決方法を一緒に考えます。
15:00~19:00の間は、必要であれば相談員さんにもチャットできるよ。

和歌山県 令和7年度「青少年ネット安全・安心のための環境整備事業実施業務」
委託事業費：TETAU事業協同組合

©2023 TETAU

ネットトラブルの相談窓口を開設しています。右下のリラちゃんのボタンからチャットを行うことができます。24時間、チャットbotが自動で対応するため、気軽に相談ができます。

平日 15:00-19:00 には希望すれば相談員とお話することも可能です。



インターネット上でのこんなことを相談いただけます！

- アカウントを乗っ取られた
- 無断投稿を削除してほしい
- 暴力的な表現の投稿を見つけた
- 危険な行為の投稿を見つけた など

青少年

保護者

学校関係者

支援機関

先生方や保護者、支援機関からの情報提供・相談も受け付けます。

わかやまネットトラブル相談窓口では、先生方や保護者の方からの相談も受け付けています。問題のある投稿を見つけた、この問題に対する対処方法を教えて欲しいなど、インターネットのトラブルに関連する様々な解決をお手伝いします。webサイト右下のチャットからアクセスして、ご相談をお寄せください。

