



消費生活相談の周辺用語を取り上げ、やさしく解説します。

小木曾 健 Ogiso Ken

国際大学グローバル・コミュニケーション・センター 客員研究員

講演やメディア出演を通じ、ネットで絶対に失敗しない方法を伝えている。全国の企業・学校などで2,000回以上の講演。著書に『ネットで勝つ情報リテラシー』(筑摩書房、2019年)ほか多数

## SNS投稿のリスク

—「程よく」気を付ける—

これまでSNSの基礎知識や、蔓延するフェイク情報への対策などをお伝えしてきました。今回からはもう少し踏み込んで、SNSで起きうる犯罪の予防や、私たちがついウッカリやってしまうリスクを含んだ投稿について解説していきたいと思います。

### SNSに投稿されるのは……

皆さんはSNSに何を投稿していますか？もちろん人によってさまざまだと思いますが、実際に投稿されている内容を見ると、それらの多くは「誰かに見せたいモノ」ですよね。楽しい出来事、うれしい報告はもちろん、自慢のクルマ、バイク、コレクション、ハンドバッグ、時計、アクセサリーなどなど。SNSは誰かに見てほしい投稿で溢れ返っている、これは事実でしょう。そして……あまり知られていませんが、それらをジットリと眺めている人たちがいます。泥棒を生業にしている犯罪者の面々です。

SNSは情報を検索し、並べて比較するのが得意な道具。高価なもの、換金しやすいもの、価格が高騰しているアイテム等をキーワード検索し、その投稿を一覧で表示できる。こんな便利な機能を泥棒が使わないはずがないのです。

事実「SNSの投稿内容を見てこの家に侵入しました」という窃盗事件はほぼ全国で起きています。以前ならニュースで報じられ話題になったのですが、最近は当たり前すぎて、あまり報道もされなくなりました（それぐらい普通に起きています）。

### 私はいません

人に見せたい、でもそのリスクはあまり認識されていないという投稿はまだあります。「不在情報」です。

「今日から海外です」(パシャッ！)

「レストランでディナー中」(パシャッ！)

いずれも「私はいま家にいません」と宣言しているようなもの。著名な外科医が「海外旅行中です」とSNS投稿したら自宅に泥棒が入った、なんて事件も起きましたよね。今やSNSは盗品リストと不在情報がセットになった泥棒御用達のカタログみたいなもの。この事実はぜひ知っておいていただきたいです。

また「状況によっては気を付けた方がよい」という投稿もあります。ジョギング中やペットの散歩に関する投稿などは、ある程度注意すべきでしょう。

当たり前ですが、ジョギングも犬の散歩も自宅近くで行う行為ですよね。その様子を画像付きで投稿すれば自宅を割り出すヒントを与えることになる。ジョギング中の景色に写り込んだ側溝やマンホールは、そのデザインで自治体を特定する手がかりになる。背景の地形や看板、街並みなども同様、ですが……

### 「程よく」で大丈夫です

脅かすようなことをつらつらと書きましたが、誤解していただきたくないのは、SNSはこんなにも危険、だから投稿はやめよう、なんて話ではなく、実際はSNSの投稿で危険な目にあうより旅行中に現地で事故にあったり、外出中にケガをする確率の方がはるかに高いということ。発生した際の深刻さも比較になりません。

私たちはすでにさまざまなりスクに囲まれて

暮らしています。ネット・SNSの危険性より、ジョギングで転んだり、散歩中に変質者に会うリスクに備えるべき。これが現実です。

例えば、自慢のレアコレクションがSNSでバズってしまったとか、元恋人が強烈なストーカーになってしまったなどの特殊な状況になった際には気を付けよう、くらいの気持ちで十分でしょう。

リスクを冷静に認識し、ちゃんと優先順位を付けて「程よく」気を付ける。知っているだけでも自然と程よく気を付けられますから、大丈夫です。

ちなみに私は「ちょっとずらす」という方法で程よく気を付けています。今ここにいる、ではなくて「さっきあそこに居た」。今日は〇〇、ではなくて「昨日〇〇した」。こんな感じで投稿タイミングを少しずらし、リスクを軽減させる。これが私の「程よく」です。

## 温泉街にて

逆に程よくではダメ、しっかりと気を配って欲しいという投稿もあります。自分以外の知り合いなどが写り込んでいる写真です。これは肖像権<sup>うんぬん</sup>云々という話ではなく、もっと限定的で深刻なお話になります。

時々、大都市圏からちょっとだけ離れた「有名で規模の大きい温泉街」にある学校で講演するのですが、一部の学校からこんなお願いをされることがあります。

「学校内は絶対に撮影厳禁です。講演の様子も一切撮影しないでください」

なぜ絶対禁止なのか。実はそういった地域は立地的な要因から、「夫のDVから逃れてきた母子」が住み込みの仲居として働いているケースがあります。以前、事情を知らないママ友が不注意にSNS投稿した画像にその母子が写り込んでしまい、それを見つけたDV夫が学校に乱入……そんな事件もあったそうで、以降その学校は校内撮影が全面禁止になりました。

もちろんこれはかなり特殊なケースですが、そうでなくともご家庭それぞれ、他人には話していない事情があるでしょう。親しい間柄であっても、他人が写り込んでいる画像はその扱いに気を遣うべきです。別に「顔にはすべてにモザイクをかけて」なんて話ではありません。たった一言「載せても大丈夫？」と相手に聞くだけ。確認です。それだけでリスクを回避できるし、その気遣いはちゃんと相手に伝わります。友人としての信頼も得られる簡単な行為。やらない理由がないですよね。

## 「雑なブルドーザー」への対策

個人的には、SNSへの顔写真・名前の投稿は、よほどのレアケースを除き、年齢問わずそこまでのリスクではないと思っています。日々の生活の方がよほど危険でしょ、というスタンスです。が、「自分は載せられたくない」という人の気持ちは最大限尊重したいし、尊重されるべき。だからこそ「載せても大丈夫？」と一言確認することが重要なのです。

一方で、こっちは気を遣っているのに相手はまったく無頓着、もう何でもかんでも投稿しちゃう、雑なブルドーザーみたいな人もいますよね。

2025年7月号でも書きましたが「自分や家族の顔写真・実名などをネットに載せたくない」という場合は、その旨をプロフィール欄やページの最初に固定表示しておくと、コメント欄などへの不用意な書き込みを少し減らせます(ゼロにはできませんが……)。

繰り返しになりますが、今回の記事でお伝えしているリスクは、普通に過ごしている分には気にしなくて大丈夫なもの。知っているだけでも十分。程よく気を付ければOKというものです。ただ人生には、DVやストーカー被害といったピンチが訪れる場面があり、そんな非常事態に備えて、あるいはピンチに陥っている人を助けてあげるための知識として、今回の記事を「程よく」活かしていただければと思います。