

○タイトル 心の健康を高める10代向けのSNSアバターシステム

○応募者氏名

または グループ名 梅本 奈々・川北 輝

○解決したい情報環境をめぐる課題

既存のソーシャルメディア（以下、SNSとする）は匿名性が高く、誹謗中傷が拡散しやすい環境である。一方で、匿名性があることによって、利便性や自由な意見交換が行われている事実もある。よって、匿名性は維持したまま、誹謗中傷を含む不適切な投稿を防止することが必要だと考えられる。また、ユーザーの中には、SNSに過度に依存している者も少なくない。SNSは自身と他者とを比較する場になりやすいため、ストレスや焦燥感が生じ、メンタルヘルスの問題につながる可能性が考えられる。特に、10代はSNSの玉石混交の膨大な情報量の影響を受けやすいと考えられる。

○アイデアの具体的な内容（どんなもので、どんな人が、どう使うと、課題が解決できるのか）

私たちは、SNSを利用する一人一人が相手や自分を大切に、SNSによって傷つくことがない社会にしたい。最近では未成年者のSNS利用が増えており、炎上や誹謗中傷に巻き込まれるケースも増加傾向にある。そこで、10代のユーザーのスマートフォン（以下、スマホとする）の利用状況を分析し、不適切な使用がないかを教えてくれるSNSサービスを提案する。本アイデアでは、ユーザーのSNS使用頻度や投稿内容をAI（人工知能）が分析し、SNS上のAIアバターが情報リテラシーを教えてくれる。SNSの玉石混交の膨大な情報量にユーザーが疲弊する前に、メンタルヘルスを守るための予防的アイデアである。

対象はSNSの情報の影響を受けやすい10代の人々を想定している。その年代は一般的に、情報リテラシーを身につけている途中段階にあり、適切にSNSを利用できていないこともある。リテラシーが身につけていないうちは、「してはいけないこと」だと気づかずに、ほとんど無意識のうちに相手や自分を傷つけてしまうことがある。私たち自身、SNSの使用で悲しい経験をしたことがあり、「SNS自体がリテラシーを教えてくれるようになればいいのに」と思った。よって、SNSで傷つく人が少しでも減るように、10代のうちからリテラシーを実践的に学ぶことのできるサービスを考えた。

使い方（機能）は、次の3つである。(1) サービスを利用する際に、情報リテラシーに関する短いTipsが表示される（SNSや情報セキュリティに関する話題の最新ニュースも含む）。(2) ユーザーは情報を投稿したり、他者の投稿を見たりすることができるが、その際、10代に親しみやすい見た目をしたAIアバターが情報リテラシーに関するアドバイスをしてくれる。(3) 長時間のSNS使用後は、AIアバターが「SNSデトックスタイム」を提案し、ストレスや焦燥感を軽減するように促してくれる。単にデジタルデトックスを促してもSNSから離れることが難しいことも想定できるため、段階的にデジタルデトックスができるように促す。例えば、ストレス等の値が高い場合にはSNSの利用を制限し、代わりに心を落ち着けるための音楽や瞑想アプリを勧める。

上記の10代向けSNSサービスを利用すると、SNSの適切な使い方をTipsやAIアバターから学ぶことができるため、過度な炎上や誹謗中傷を低減し、一人一人のメンタルヘルスの保持増進に貢献できると考えられる。投稿前に一度投稿内容について考え、心を落ち着けることができれば、取り返しのつかない事態に陥ることを防ぐことが可能になる。将来的には全年齢のユーザーに向けたサービスの展開も必要だが、まずは、10代のうちから適切な情報リテラシーを身につけることを目標にしたい。

○**アイデアは未発表のものかどうか。すでに「試作」「試行」している場合は、新たに付け加えたいアイデア（ブラッシュアップするポイント）など**

アイデアは未発表のものである。利用者数が多い既存の SNS サービスには、投稿前に AI がその内容を検査し、不適切な表現や個人情報が含まれている場合に警告を発して、投稿を差し止める機能が備わっている。また、他のユーザーの投稿内容に誤った情報が含まれている場合は、デマであることを明記したり、情報を補足したりする機能もある。一方で、本アイデアは、「サービス利用時に情報リテラシーを高める Tips」や「アドバイスをくれる AI アバター」など、SNS の影響を受けやすい 10 代が適切なリテラシーを身につけるという点に焦点を当てている。一人一人が相手や自分を傷つけない流れを形成することで、メンタルヘルスを高めることができると考えられる。また、AI アバターが個々のユーザーをサポートしてくれるため、エコーチェンバーから意識的に抜け出すことも期待できる。

○**アイデアを思いついたきっかけ**

SNS は、離れたところにいる人と気軽に交流することができる。一方、私たち自身、SNS における何気ない友人とのやり取りのなかで、すれ違いや勘違いが起きてしまったり、友人が質問箱の匿名性を利用した誹謗中傷や根拠のない噂を流されたりするなど、多くのトラブルを経験してきた。投稿前に一度、投稿内容について考え、心を落ち着けることができれば、取り返しのつかない事態に陥ることを減らすことができる。そのためには、10 代のうちから個々のユーザーをサポートしてくれるような存在が必要だと思いついた。既存の SNS サービスには、友だちのようにサポートしてくれる AI アバターのサービスがないため、人の心に寄り添い、手助けをしてくれる存在がほしい。

心の健康を高める 10代向けの SNS アバターシステム



図1 情報リテラシーに関するアドバイスと SNS デトックスタイム



図2 SNS を利用する際に、情報リテラシーに関する Tips が表示される

※ アバターやスマートフォンは 3DCG ソフトウェアの Blender で制作した