

社会の現代病

慢性化する

誹謗中傷

Social  
Issue  
Lab

SIL

社会の現代病

「慢性化する誹謗中傷」

を考える。

“普通”の人が、ごく平穏な日常の中で、突如炎上する時代。

自分たちは、それをどこか対岸の火事と思っていないか。

無視すればいいと社会の問題を見過ごしていないか。

自分の大切な人や、自分自身が巻き込まれても、

その対応で本当にいいのか。

誹謗中傷が起きることは仕方ないことではない。

傷つけられる方が、一人でも少なくなることを願って。

# Survey Overview

調査対象者	全国の男女18-69歳
回答者数	3,800人
割付方法	令和2年国勢調査の性年代の構成比に基づいて割付し、世の中の縮図を再現
調査方法	インターネットリサーチ
調査期間	2024年9月26日（木）～9月30日（月）
調査企画	QO株式会社
調査委託先	株式会社マクロミル
調査内容	誹謗中傷における被害者・加害者・第三者の実態、 誹謗中傷に触れた際に思ったことや感情・行動、誹謗中傷に関する意識 など

# Introduction

私たちは誹謗中傷を  
良くないことだと思う一方で、  
麻痺して慣れてしまっている。

「慢性的な誹謗中傷」は社会の現代病の一つ。  
私たちはその日常を良くないことだと思う一方で、  
麻痺して慣れてしまっている側面もある。  
大多数が「面倒で関わりたくない」と思っている一方で、  
"普通"の人がなにげない日常の中で突然巻き込まれる「事故」のよう。  
そこで飛び交う言葉は非常に強く辛辣で...  
そんな現代の誹謗中傷の実態が見えてきました。



誹謗中傷は  
ごく一部の人から始まり、  
多くの人に関係するものに。

[加害者]  
特定の人や団体に対して  
自身が誹謗中傷を  
したことがある

2.8%

[被害者]  
自身が人から  
誹謗中傷を  
されたことがある

9.7%

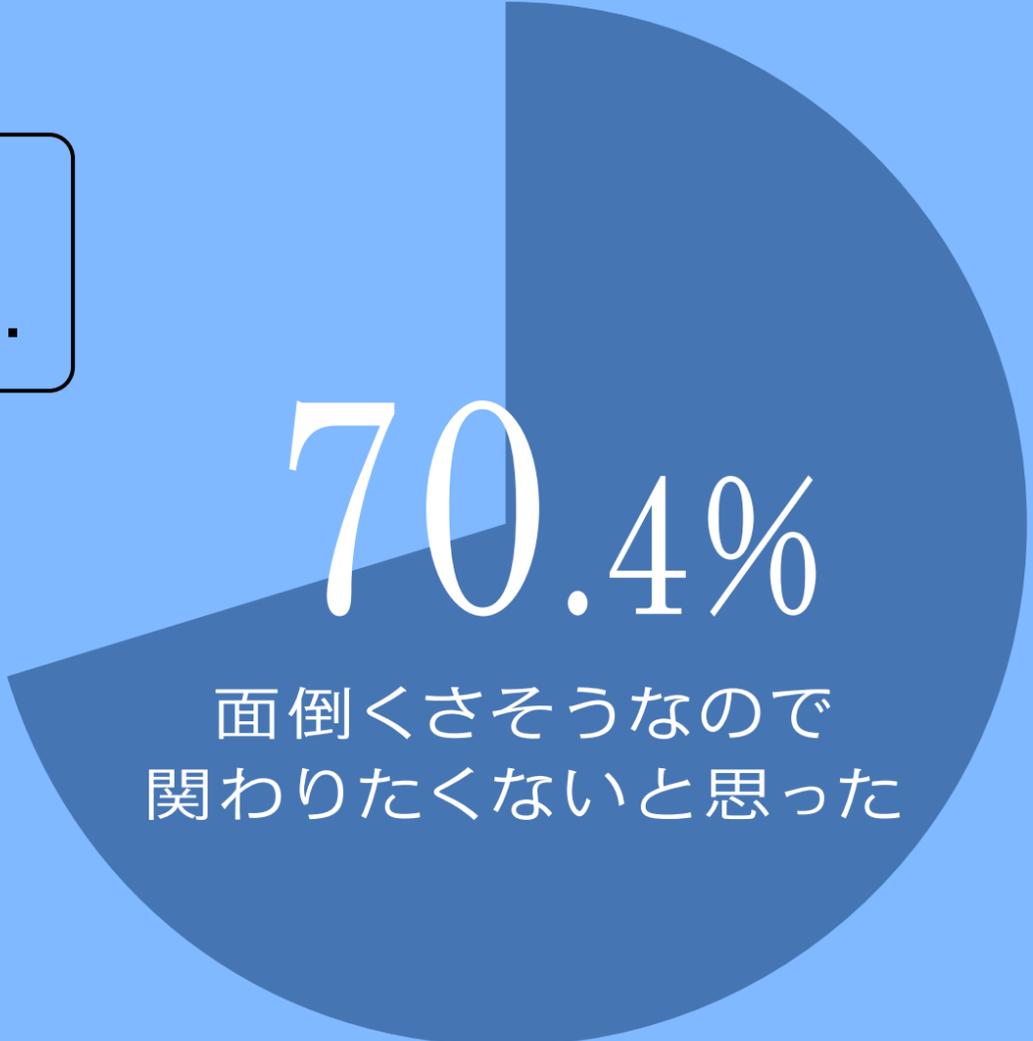
[第三者]  
自分以外の人や団体が  
誹謗中傷されているのを  
見聞きしたことがある

37.6%

誹謗中傷という事象は、  
“無視したらいいもの”  
“面倒なもの”とされている。

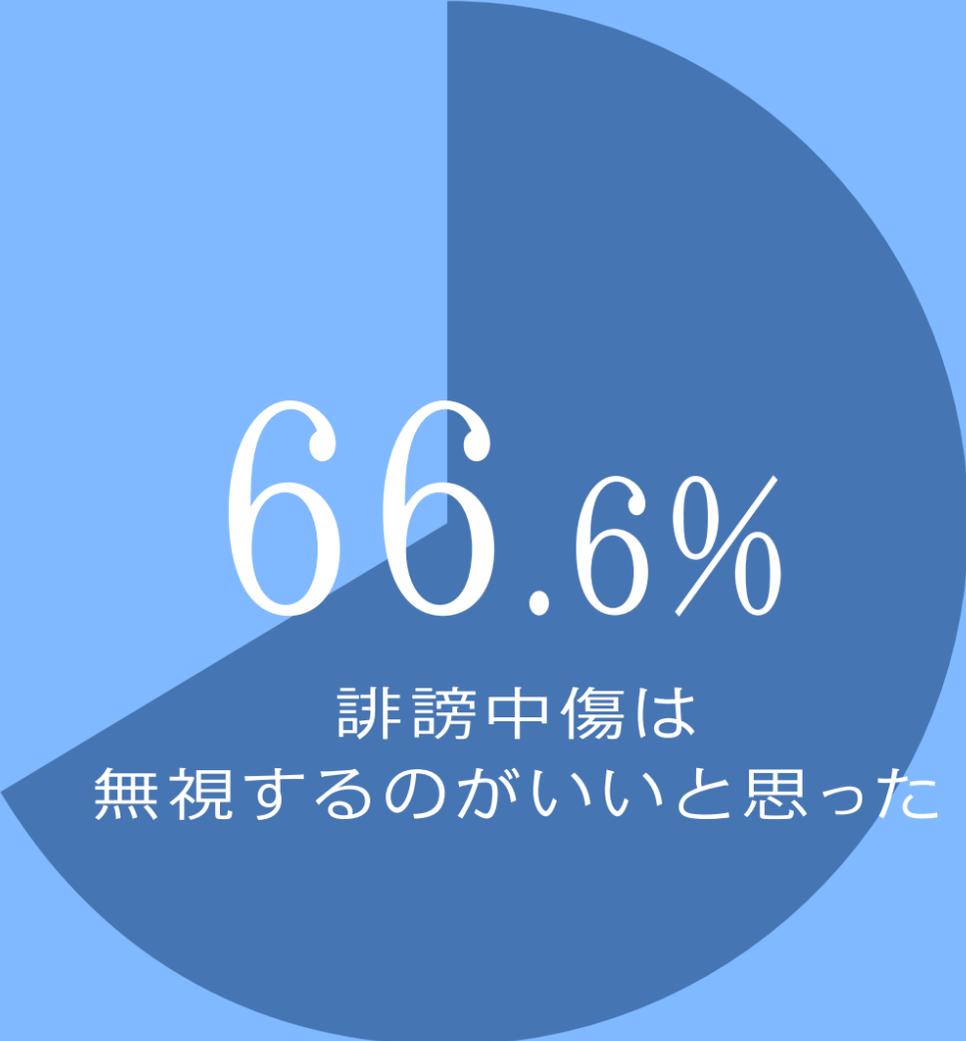
第三者ベース

誹謗中傷を  
見聞きしたときに...



70.4%

面倒くさそうなので  
関わりたくないと思った



66.6%

誹謗中傷は  
無視するのがいいと思った

“分かり合えない”

“価値観の異なる人と接したくない”

という世の中の空気感。

全体ベース

誹謗中傷に対する意識

78.4%

世の中には、話し合っても分かり合えない人が少なからずいる

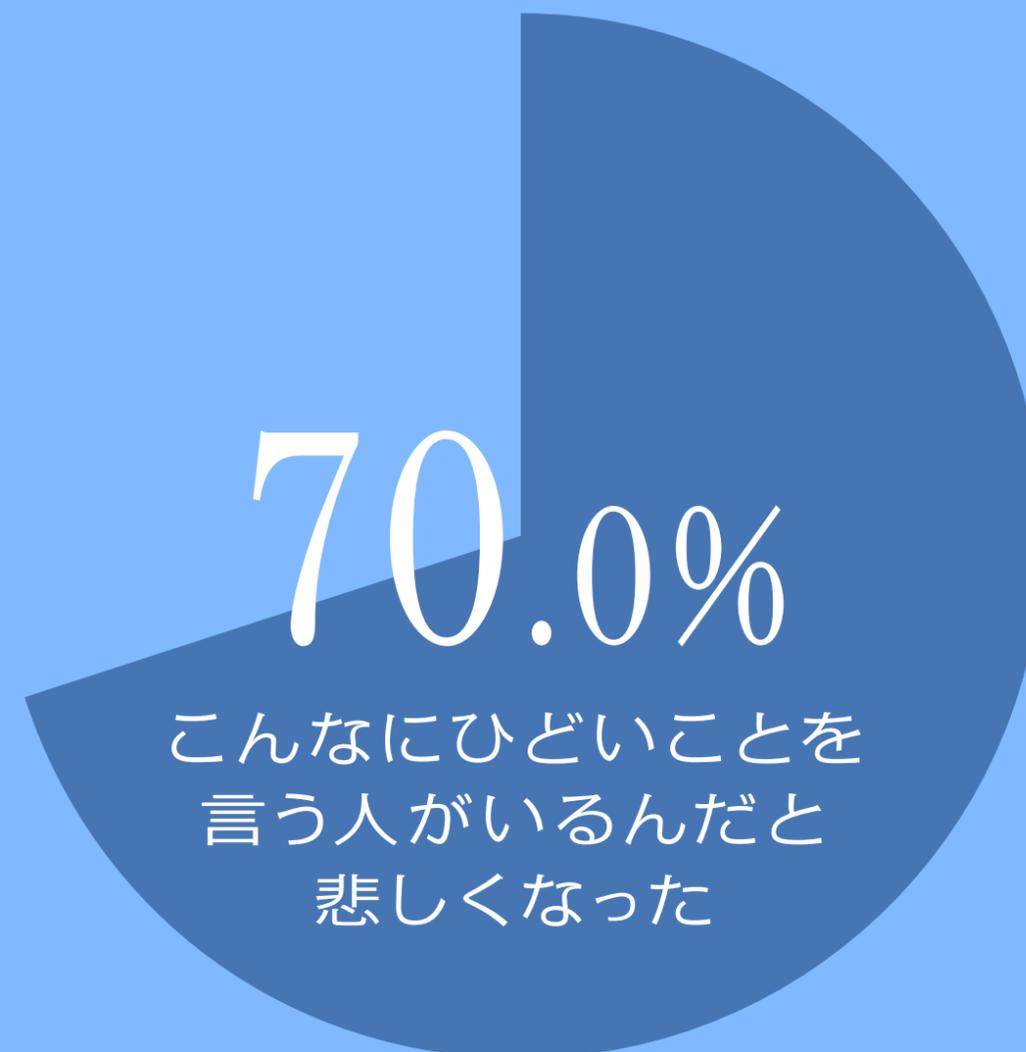
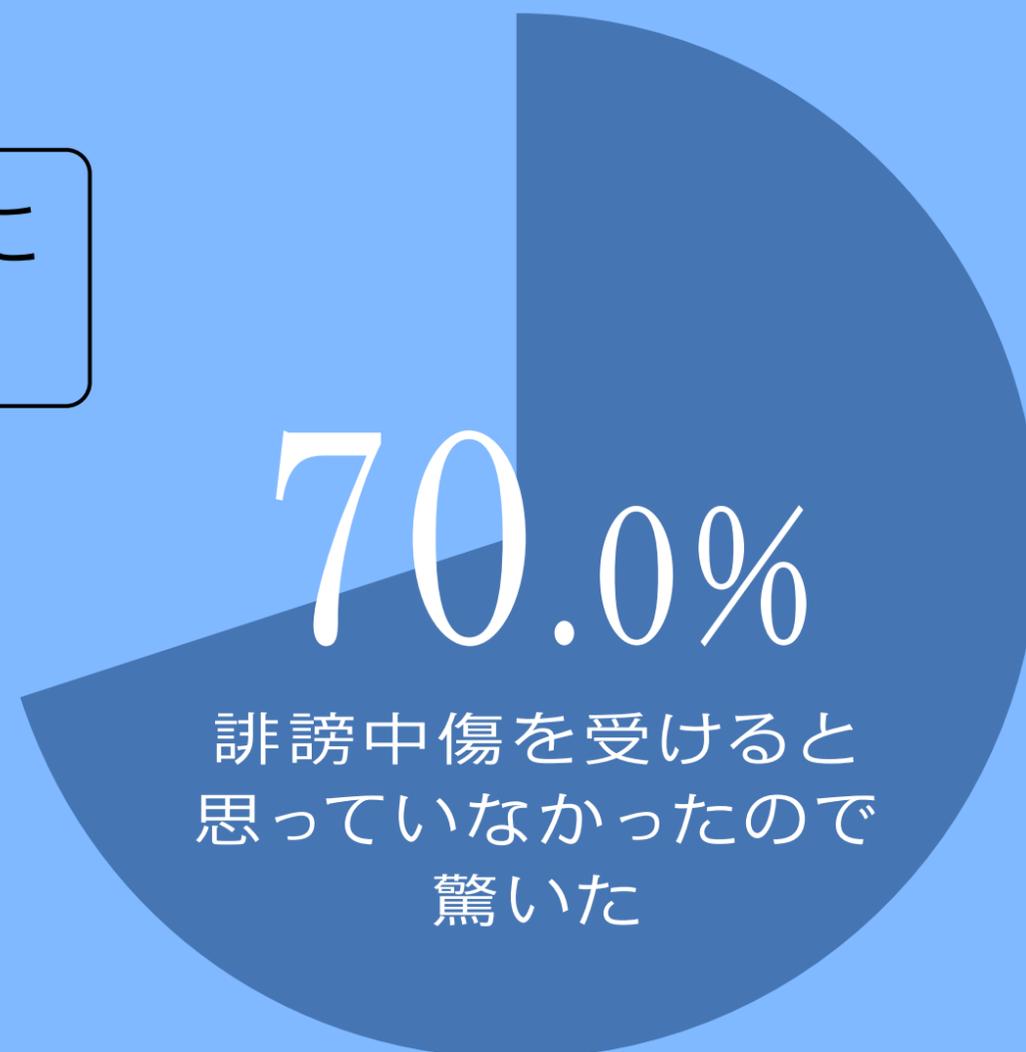
54.5%

自分と意見や価値観が異なる人とは、できれば接したくない

# 誹謗中傷された人の 驚きと悲しみ。

被害者ベース

誹謗中傷されたときに  
思ったこと



誹謗中傷は、

# 一般の人のなにげない投稿にも。

誹謗中傷される  
もととなった  
自身の発言

ポイ活について投稿

男性18-29才

道で転んだ子供を助けたという

日常で起こった出来事の投稿

女性18-29才

結婚に対して

希望が持てないという投稿

男性30代

ヤフオクに出品していた

商品に対して

女性60代

自分の推しのアーティストを  
自慢する投稿

男性50代

ダンスイベントに

「アクション的に踊ったら

盛り上がってサイコー！」と投稿

女性50代

# 浴びせられる言葉は、 ほんとうに辛辣...

## 言われた 言葉・内容

「死ね、カス。ポイ活とか  
気持ち悪い、仕事の方が早い  
オタク、実際は稼いでない雑魚」

「お前がそんなことできる  
人間な訳がない。嘘をつくな。  
虚言癖、知的障害あるだろ。」

「なら結婚しないで一生独身でいろよ  
お前みたいなやつが結婚しなければ  
女性も幸せになる」

「欲深い犯罪者  
死んでよし、死ね」

「お前バカなのか  
そこに爆弾をおとしたろーか  
つまらねーうせろ」

「何？このダサイおばさん  
調子に乗るな！」

## Consideration

# 被害者の心を知り 何ができるかを考える。



加害者の正義、便乗して加害に加わる人の存在、第三者も目を背けたい、相手にしなければいいと思っている中で、被害者は多くの負の感情をいただき、引きずっている。多くの人が、誹謗中傷はなくなるべきと思っているが、一方でどうしたらいいかわからないとも。わたしたちにはなにができるのか。被害者にとって、助けになることや救われることはなにか？難しいからこそ、被害者の声からこのテーマに向き合うヒントを考えていきます。

# 加害者の正義、目を背ける第三者に対して 被害者は引きずっている。

## 誹謗中傷に対する意識

[加害者]

49.1%

誹謗中傷される側にも  
非がある

35.2%

誹謗中傷されても  
仕方ない人やシーンがある

[第三者]

58.6%

気持ちが疲れてしまい、  
目を背けてしまうことがある

39.0%

相手にしなければ  
大きな問題にはならない

## 誹謗中傷されたときに思ったこと

[被害者]

62.7%

こんなにひどいことを  
言う人がいるんだと怖くなった

49.5%

受け流すことができず、  
しばらくの間ひきずった

# 被害者への 助けが足りていない。

被害者ベース

助けになったことや  
気持ちが救われたこと

36.8% 助けになったことや救われたことは特にない

21.9% 自分に寄り添った言葉をかけてくれる人がいた

20.8% ミュート・ブロック等で加害者を見えないようにした

18.9% 相談できる人が身近にいた

15.9% 同じような経験をした人と気持ちを共有できた

15.9% 趣味に時間を割き、気分転換やストレス解消ができた

14.1% 家族・友人との時間を増やし、孤独感を和らげた

誹謗中傷された時の行動は、

**無視や回避**が多く“**対処**”は少数派。

誹謗中傷されたときにとった行動

[無視]

28.9% 意図的に無視した

21.6% 何もしていない/いつも通り利用を続けた

20.0% 投稿者をブロック・ミュートした

[回避]

19.7% 投稿を控えた

19.7% サービスの利用自体を控えた

11.4% 自分の投稿を削除した

[対処]

11.9% 証拠を保存した

10.5% サービス運営元に通報した

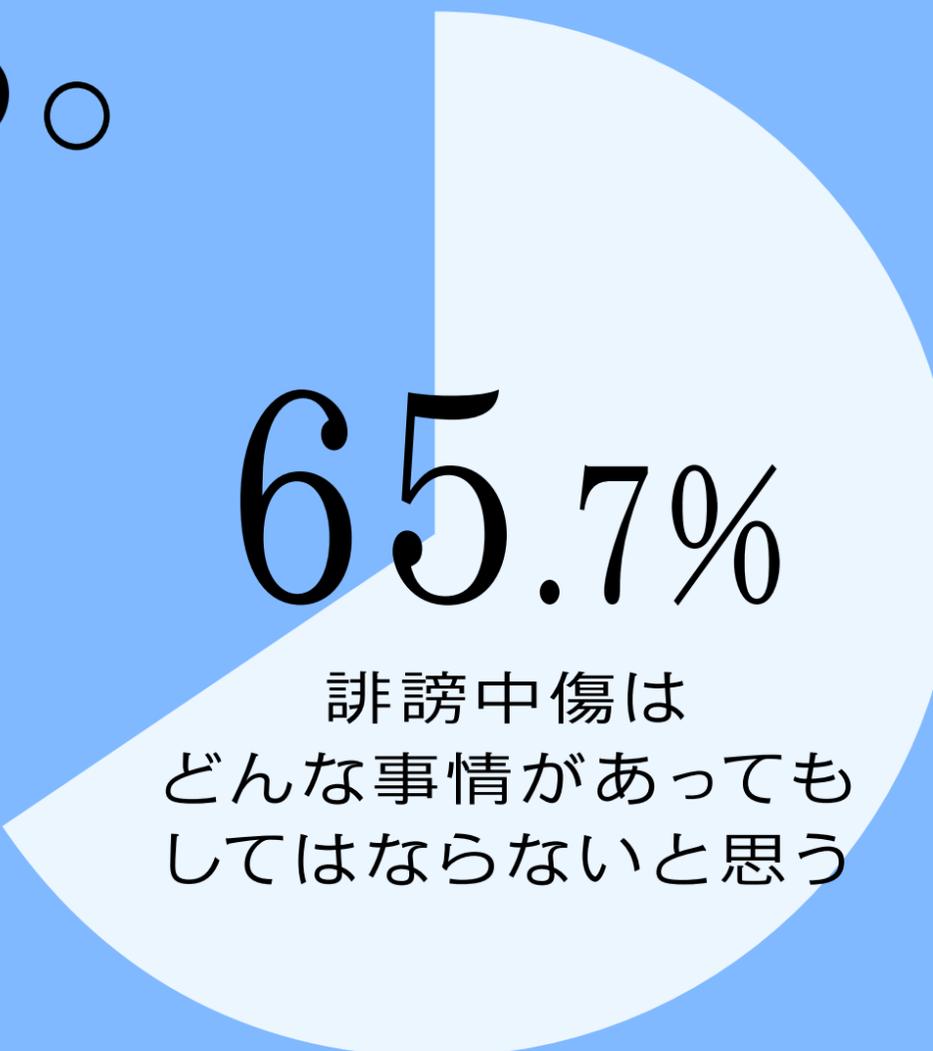
3.8% 投稿者情報の開示請求をした



誹謗中傷は  
どんな事情があっても  
してはならないと  
わかっている。

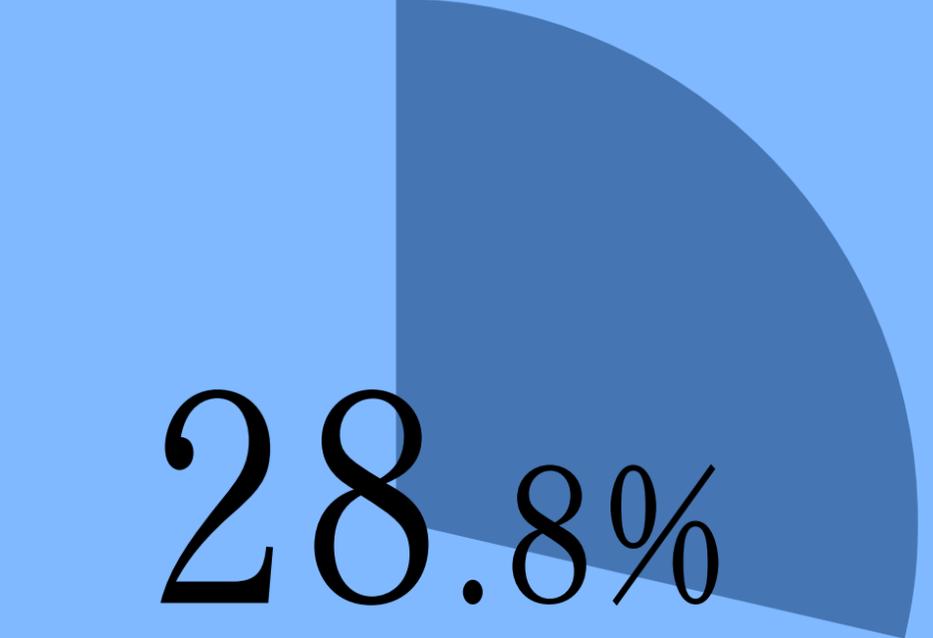
全体ベース

誹謗中傷に対する意識



65.7%

誹謗中傷は  
どんな事情があっても  
してはならないと思う



28.8%

社会規範に反した人は  
誹謗中傷をされても仕方ない

# 誹謗中傷は恐ろしい行為であり、 絶対にしてはならないという意識。

ネット書き込みの誹謗中傷を苦に命をたたれる方のニュースを見る度に、とても胸が痛く、書き込みをしている側の方は、相手をそこまで追い込むと分かっているのか、軽い気持ちでやっているのか、どちらなんだろうと思います。

きっと、どちらの人もあるんだろうけど、私は誹謗中傷というのは、ビルの屋上に相手を追い込んで、背中を押しているような、そんな風景を思い浮かべます。

[一般]女性40代

発言している当人に自覚が無い場合もあり、その場合は自身の発言に問題があると認識しないため、注意したとしても何故か注意に対して理解を示しながらも誹謗中傷を続けるということがある。ある程度の一線を超えて警察に通報されるまでは泣き寝入りするしかないという苦しみがある。された方々は個人であれば精神的ダメージにより、よくない方向に進んでいってしまう方が多いため、一刻も早く法整備や誹謗中傷への理解を深めていかなければならない。

[被害者]女性18-29才

自分の学生時代(40年以上前)に事実無根の噂で誹謗中傷され、内心非常に傷ついた経験がある。時代は流れ、友人の娘が同様の誹謗中傷の対象となってしまった。今時は、SNS、学校ウラアカウントで拡散されたと聞いた。SNS普及前でも精神的に堪えたのに、今時はもっと深刻に心身にダメージを受けると思うと怖い時代になったと感じる。

[第三者]女性60代

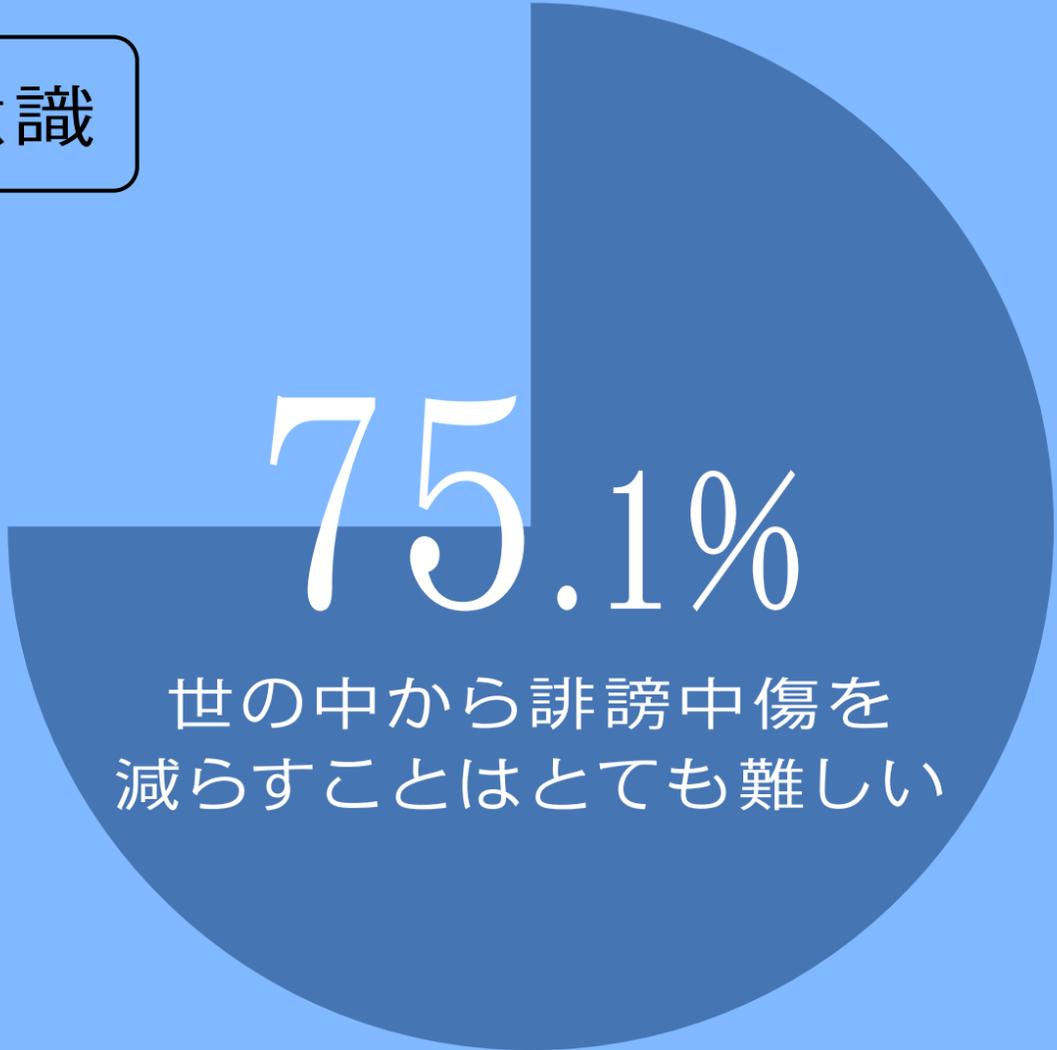
当人と直接関係のない人間が、直接関係のない人間の言葉を安易に鵜呑みにし、誰かを攻撃する、このように文章にしてしまえばそんなことをする人間はおかしいと分かるにも関わらず**誰もが無意識にしている可能性がある**ということは本当に恐ろしいことだと思っています。誰もが加害者にも被害者にもなりうるからこそ日頃から気を付ける意識を持ち、自分の発言が何を元になっているのか、その元は信用出来るものなのか、仮にそれが真実だとしてそれを拡散する必要があるのか、非難する権利が自分にあるのかどうか、そういうことをしっかり考えて発言していくように個々人が考えてほしい。

[被害者]男性30代

誹謗中傷はなくなっていくべきだが、  
どうしたらいいかわからない。

全体ベース

誹謗中傷に対する意識



75.1%

世の中から誹謗中傷を  
減らすことはとても難しい



63.6%

誹謗中傷は  
なくなっていくべきだと思うが、  
どうしたらいいかわからない

# “身近な人の寄り添い” “周りの人からの支持の声”が 助けになることも。

（家族や友人と一緒に怒ってくれたことで）赤の他人から、しかも全く事実無根なことだったとはいえ、誹謗中傷でダメージを受けたので、自分のために一緒に怒ってくれて味方でいてくれたことはとても大きかった。

女性18-29才

（知らない人から「相手にしなくていいよ」というコメントをもらえて）自分自身は当たり障りのないことを言ったと思っていたのが、周りの人から見てもそうであり、誹謗中傷者がなんとなくコメントしてきただけだと受け流せた。

女性18-29才

（家族から擁護してもらおう言葉も言ってもらえて）話した事で少し楽になった事と、擁護してもらえて安心したから。

女性40代

（フォロワーやフォロワー外の人達から「気にしなくて良い」「放っておこう」と言われて）中傷する人はほんの一握りで、大半の人はモラルがあって励ましの言葉をくれることが分かった。

女性30代

# Conclusion

誹謗中傷されても  
仕方ないというシーンが  
なくなることを  
願って。

一般の方のなにげない投稿に対しても、事故のように誹謗中傷が発生する日常に、どこか麻痺して慣れてしまった私たち。

被害者に対して本当に辛辣な言葉が飛び交い、当事者は受け流すことができず、傷ついている。そうした実態が、多くの人にとって意外性のないものであるということ自体が、ショックなニュースと捉え直すこともできるのではないか。

誹謗中傷はどんな事情があってもしてはならないと共感されるが、一方で、減らすことが難しい構造も見えてきた。

「誹謗中傷されても仕方ない」や「無視すればいい」といった空気感ではなく、誹謗中傷が恐ろしい行為であり、絶対にしてはならないという意識が広がり、強まっていくこと。そして、わたしたち一人一人にできることとして、「助け」が不足している被害者に対してできる寄り添いや、支持を言葉にすることから考えていきたい。