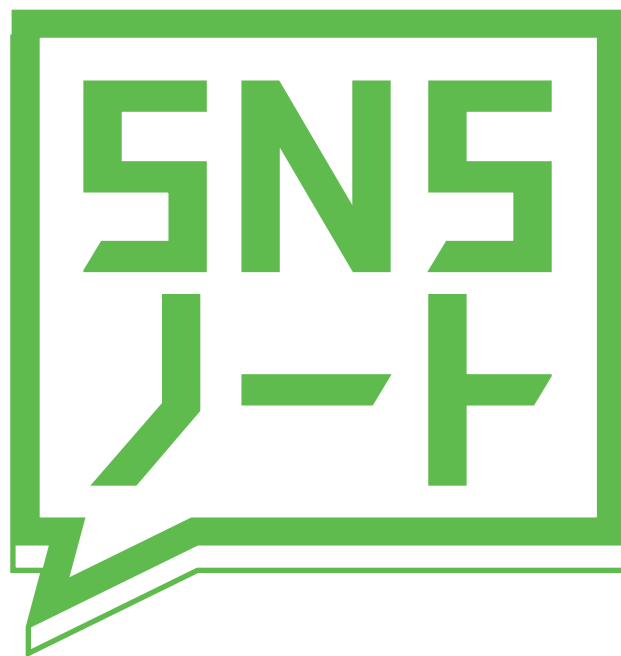




しずおか



年 組 番

年 組 番

名前

もくじ	2
-----	---

 イラストから ^{まな} 学ぼう	
ICT ^{あいしーていー} でゆたかになる社会 ^{しゃかい}	3
タブレットを上手 ^{じょうず} にかつようしよう	5
生活 ^{せいかつ} を見直 ^{みなお} そう	7

 イラストから ^{まな} 学ぼう、  カードで ^{まな} 学ぼう	
つかいすぎていないかな ①	8
つかいすぎていないかな ②	10

 ストーリーから ^{まな} 学ぼう	
友だち ^{とも} のまね	12
るすばんをしていたときのできごと	13
ゲームソフトのかりかり	14

 ^{ほごしゃ} 保護者のみなさまへ	
ケータイ・スマホ ^{ぶんのいひょう} トラブル分類表	15
家庭 ^{かてい} のルールを考えよう ^{かんが}	16
フィルタリングやアプリの ^{せってい} 設定	19
インターネットにおけるコミュニケーション ^{とくせい} の特性	20
LINE entry ^{らいん えんどりー} でプログラミング ^{ちようせん} に挑戦	21

「SNS ノートしずおか」^{あつか}で扱う用語^{ようご}について

スマホ・・・スマートフォン
ケータイ・・・携帯電話^{けいたいでんわ}

アップ・・・アップロード
ネット・・・インターネット

※ この教材は、ネットやスマホ・ケータイとの上手な付き合い方を「自ら考える」ことを目的としています。スマホ・ケータイの購入を推奨するものではありません。



ICTでゆたかになる社会

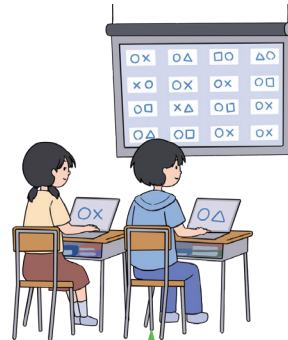
あいしーていー

ICT(パソコン・タブレットやスマホなど)で
ゆたかになるわたしたちの暮らし



とお 遠くにいる家族や
とも はなし
友だちとお話できるよ

しらべたいことをすぐに
しらべられるよ



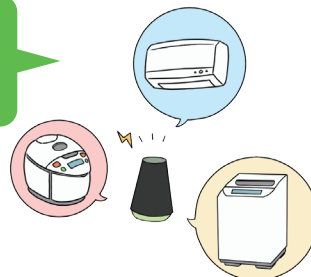
みんなの考え方や答え
をかんたんにくらべる
ことができるよ

うち
お家でもわからないこと
せんせい
を先生に聞くことができ
るよ

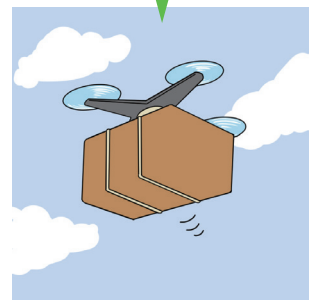


いろいろな家電が
かしこくなるよ

うんてんしなくても
しどう
自動で目的地まで
い
行けるよ



ドローン (そら
じどう
空とぶ自動
ロボット) がにもつを
はいたつしてくれるよ



かんが

考えてみよう

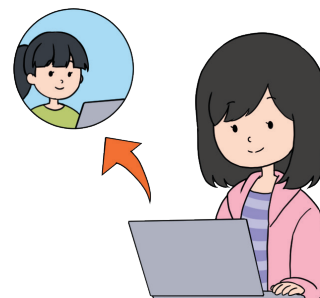
おとな

みなさんが大人になるころ、べんりになっているといいなと思うことを話し合ってみましょう。

まな 学びはどうかわるの？

がっこう 学校のじゅぎょうでは

- ・ じぶん か え さくぶん
自分の書いた絵や、作文をしゃしん
にとってほぞんする
- ・ きゅうあーる よ どうが
QRコードを読みとって動画やしゃ
しんを見る
- ・ とお ひと
遠くにいる人にメッセージをおくる
- ・ かんが か
考えたことをカードに書いてクラス
のみんなにおくる
- ・ ともだち かんが じぶん
友達の考えをおくってもらって自分
の考えとくらべる
- ・ じぶん じぶん
自分のしらべたいことを自分のペー
スでしらべる



かてい 家庭では

- ・ がっこう べんきょう いちど
学校で勉強したことをもう一度イン
ターネットでしらべる
- ・ がっこう い せんせい
学校に行けなくなったときに先生や
ともだち はな べんきょう
友達とお話したり勉強できる
- ・ じぶん
自分がきょうみをもっていることを
すきなときにしらべる



たいせつ 大切にしてほしいこと

- パソコンなどをつかう時間など、ルールをきめてまもる。
- ていねいにもちはこび、つよ 強くたたいたり、おとしたりしない。
- じぶん たにん かた
自分や他人をきずつけるようなつかい方はしない。
- きょうみをもったことはどんどんしらべて、しらべたことをべんきょう せいかつ い
勉強や生活に活かす。

パソコン・タブレットなどをあんしん あんぜん
安心してつかえるように、このノートでまな
学んでいきましょう。



じょうず タブレットを上手にかつようしよう

1 この絵^えの中^{なか}で、き^き気になるところに○をつけましょう。



2 ○をつけたりゆうをせつめいしましょう。

3 ^{じょうず}上手につかうためのルールを^{かんが}考えましょう。

① ^{せんせい}先生が^{はな}話しているときは

② ^{はこ}もち運ぶときは

③ ^{じぶん}自分のパスワードは

④ ^{うえ}つくえの上は

^{あいでいー}

ID とパスワード

みなさんがしようしている ID（アイディー）とパスワードは、とても^{たいせつ}大切なものです。ほかの^{ひと}人に^{おし}教えることをせず、きちんとかんりしましょう。

また、タブレットをつかう時は、^{とき}目をちかづけすぎずに、^{きゅう}休けいを取りながらつかうようにしましょう。

^{かんが}考えよう ^{じょうほう}「情報モラル」





1 この絵の中で、^え ^{なか} ^き 気になるところに○をつけましょう。



2 ○をつけたりゆうをせつめいしましょう。



かてい
家庭から



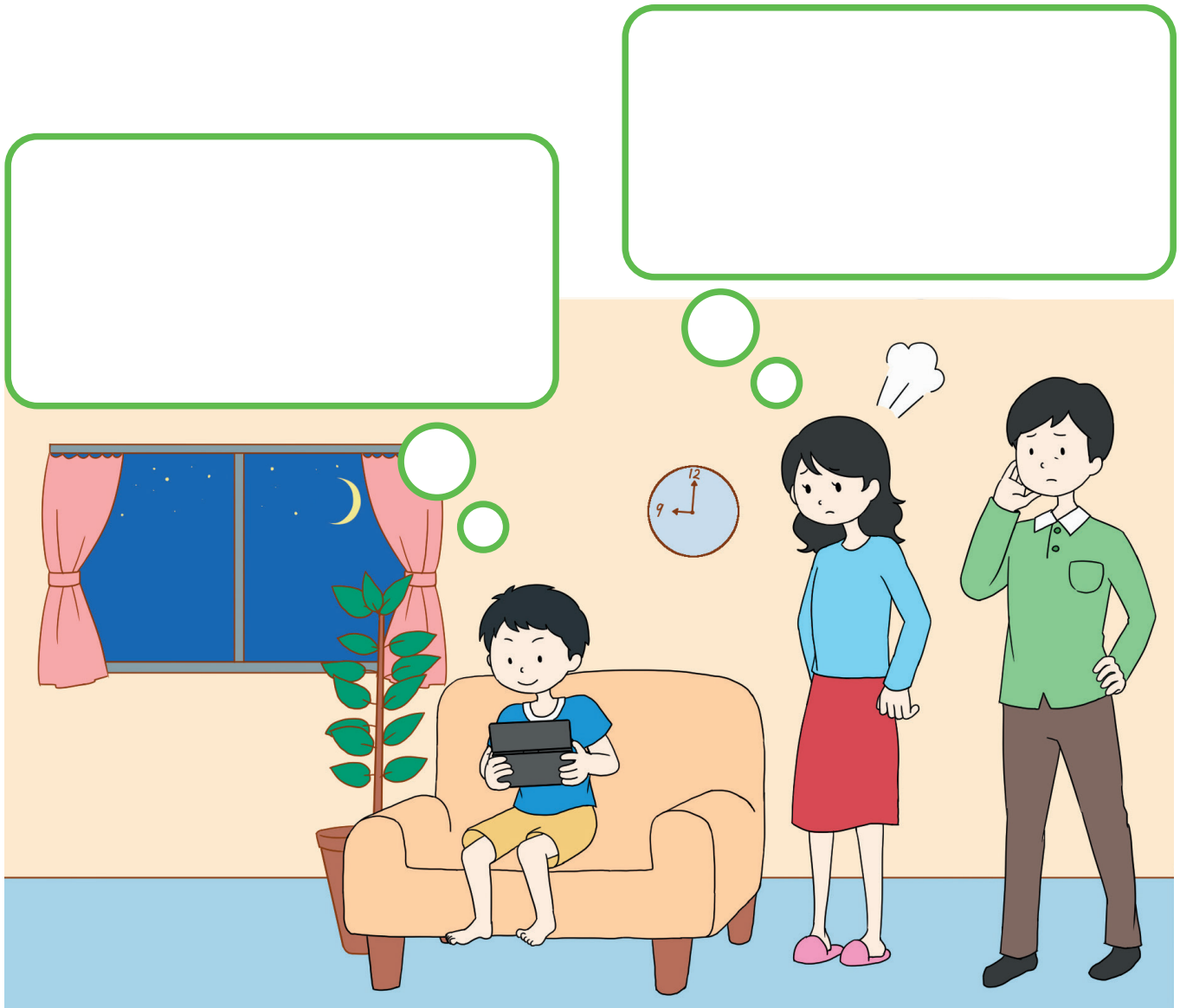
がっこう
学校から



つかいすぎていないかな ①

たかしさんのおうちのようにです。

① ふきだしに^{はい}入ることばを^い入れましょう。



② どこを^{なお}直したらよいでしょうか。 あなたの^{かんが}考えを^か書きましょう。



つかいすぎていないかな 1

- 1 へいじつ、ゲームやインターネットを何時間^{なんじかん}つかっていたら「つかいすぎ」だ^{おも}と思いますか。
ひとつえらんで、りゆうをせつめいしてみましょう。

1

30 分^{ぶん}

2

1 時間^{じかん}

3

2 時間^{じかん}

- 2 どんなこと^きに気がつきましたか。

まな
学んだこと

かてい
家庭から

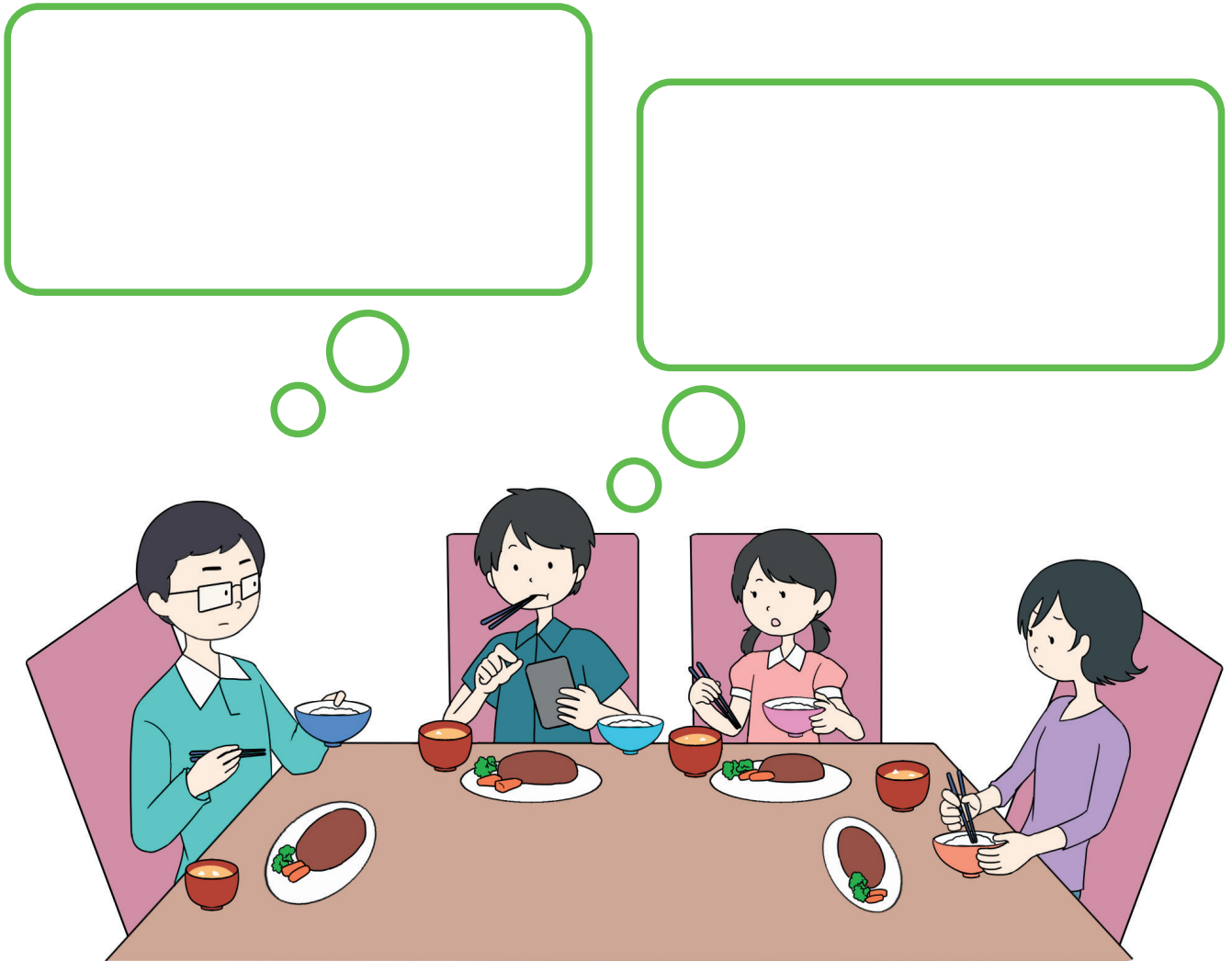
がっこう
学校から



つかいすぎていないかな②

ゆうたさんのおうちのようにです。

① ふきだしに^{はい}入ることばを^い入れましょう。



② どこを^{なお}直したらよいでしょうか。 あなたの^{かんが}考えを^か書きましょう。



つかいすぎていないかな 2

1 ^{いちばん}一番つかいすぎだと思^{おも}うカードをひとつえらんでみましょう。

1 かぞくとあそびに
行くときにいつも
スマホやゲームきを
もっていく

2 おこづかいは、
ほとんどゲームに
つかっている

3 いつもネットや
ゲームのはなし
ばかりする

2 どんなこと^きに気がつきましたか。

 まな
学んだこと

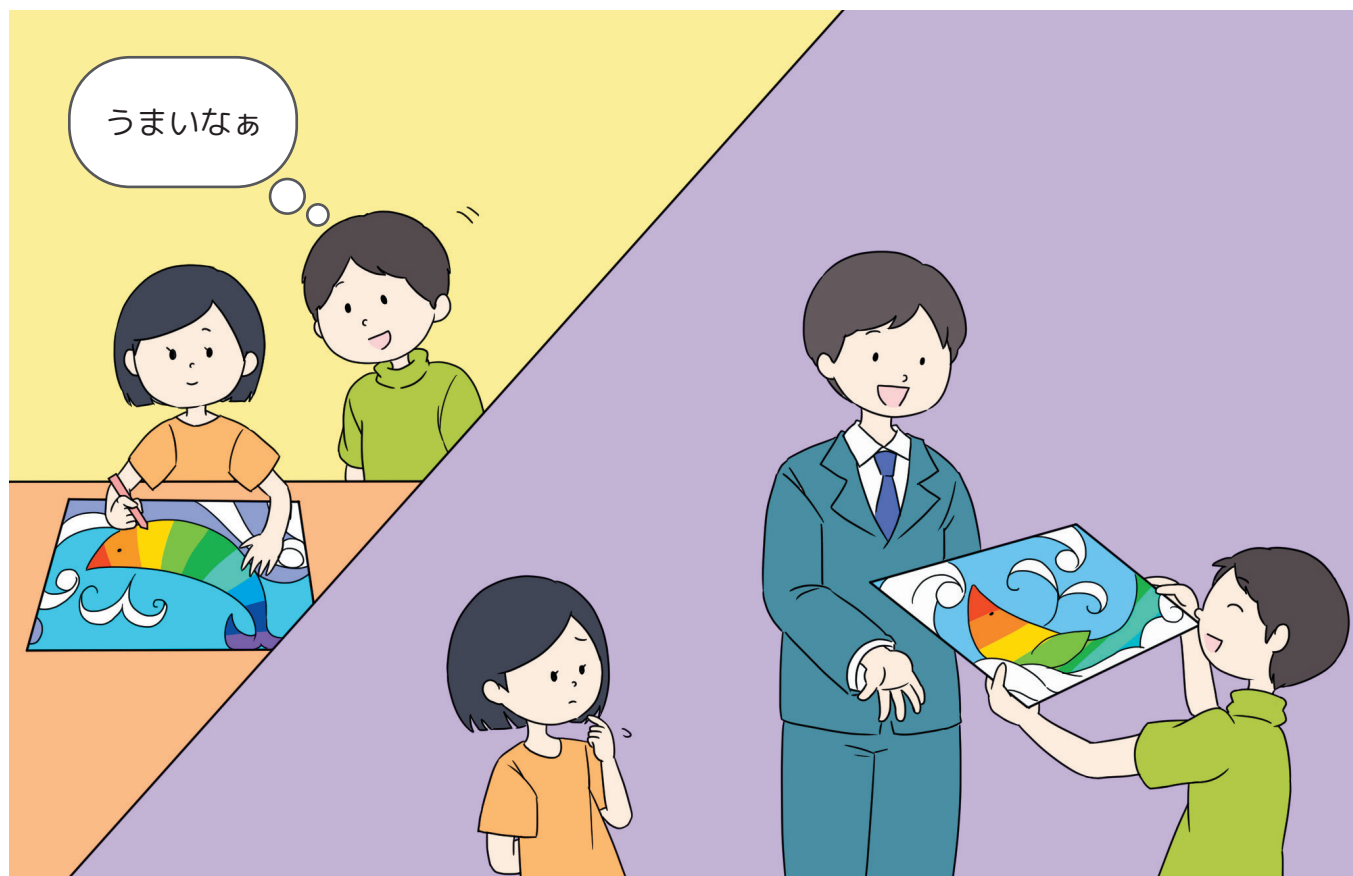
 かてい
家庭から

 がっこう
学校から



たかしさんは図工の時間に絵をかいていました。

クラスメイトの花子さんの絵がうまかったので、たかしさんもそれをまねしてかいたら、みんなからほめられました。



たかしさんが、花子さんの絵をまねすることは、よいことなのでしょうか。

①

まねをしてもよい

②

ちょっと変えれば
まねをしてもよい

③

まねをしては
いけない



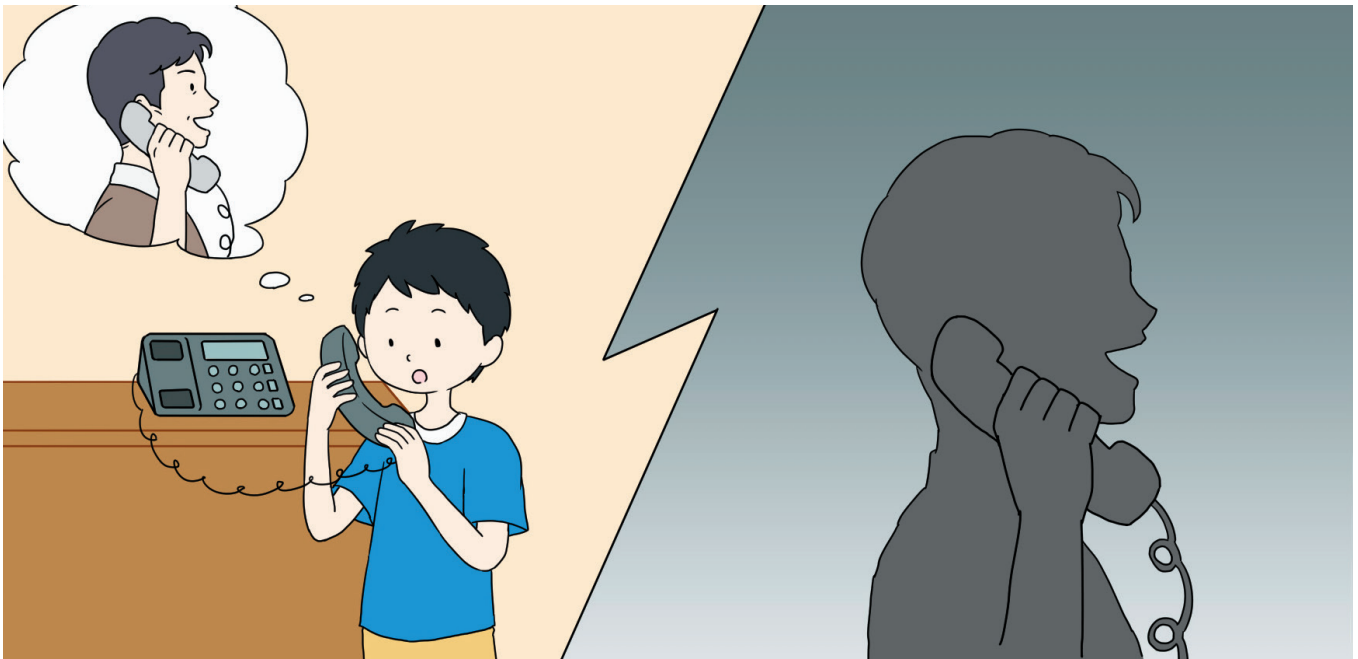
るすばんをしていたときのできごと

たかしさんが、^{いえ}家でひとりでるすばんをしていると、^{でんわ}電話が^な鳴りました。



はい、もしもし。

たかしさんですか。
わたしは^{おな}同じ^{しょうがっこう}小学校の^{ちち}〇〇の父です。
じつは、^{〇〇}□□さんにれんらくをしたいのですが、
^{でんわ}電話ばんごうがわからなくてこまっています。
^{おし}教えてもらえませんか。



こんなとき、あなたならどうしますか。

① ^{でんわ}電話ばんごうを
^{おし}教えてあげる

② わからない
とつたえる

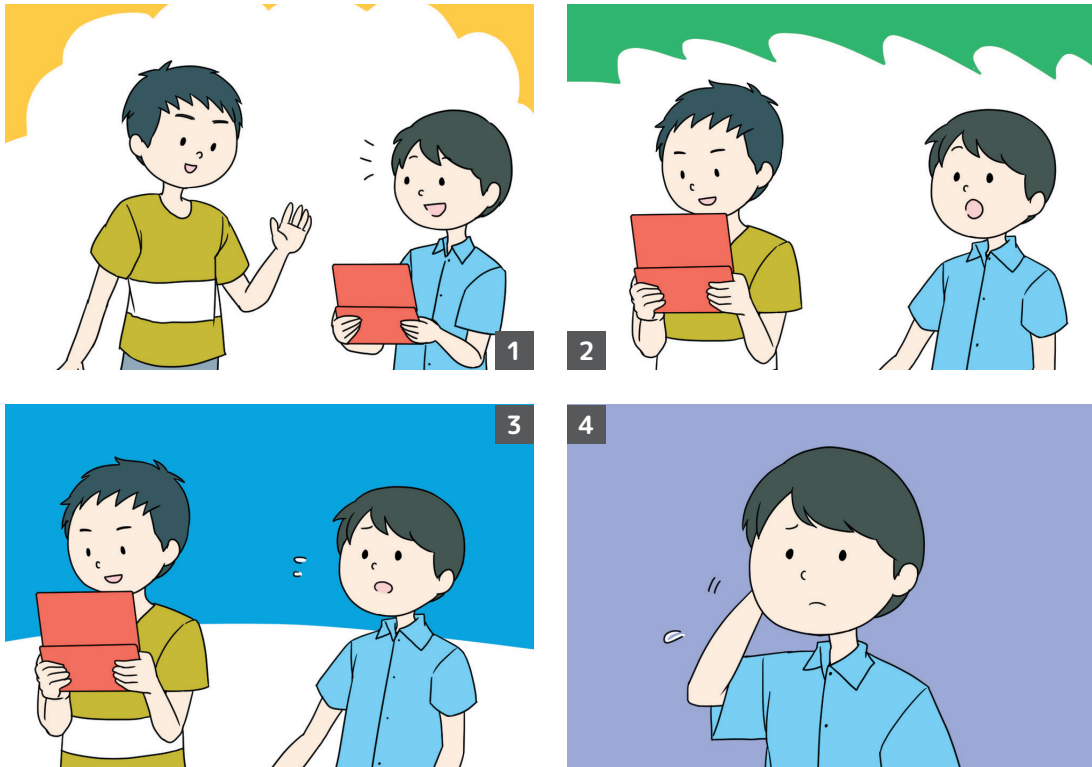
③ かぞくに
そうだんする
とつたえる

ゲームソフトのかしかり

ある日、たかしさんは、すぐるさんにゲームソフトをかしてあげました。

数日後、たかしさんはゲームソフトを返してほしいと言いましたが、すぐるさんから「もう少しかしてほしい」と言われてしまいました。

何度お願いをしても、返してくれる様子はなく、たかしさんはこまってしまいました。



たかしさんは、このあとどうしたらよいでしょうか。

① すぐるさんに
「返してほしい」
と何度も言う

② 別の友達に
相談する

③ 家族に
相談する

④ 先生に
相談する

⑤ もう少し待つ



現在のネットに関するトラブルは、大きく以下のように分類することができます。

1 長時間利用



ゲームや動画、コミュニケーションにかかわる時間を使いすぎたり、「ながらスマホ」をする。

☒ 主に **A**

2 高額課金



たくさんのお金を使って、ゲームのアイテムなどを購入してしまう。

☒ 主に **A**

3 不適切サイトの閲覧



性的描写や暴力表現など青少年にふさわしくないサイトを閲覧する。

☒ 主に **B**

4 出会い



SNS で知らない人から会うことを求められたり、自分の画像を送ることを求められる。

☒ 主に **A** と **B**

5 著作権の侵害



無許可の映像や音楽のアップロードや、違法と知りながらの音楽や映像をダウンロードする。

☒ 主に **A** と **C**

6 不適切情報の発信



悪ふざけの写真やデマなどをSNSで発信する。

☒ 主に **C**

7 個人情報の投稿



SNS へのテキストや写真などの投稿から、個人を特定できる情報を流出させる。

☒ 主に **C**

8 悪口・いじり



グループトークでいじりや無視をしたり、短文の意味の取り違いによって誤解してしまう。

☒ 主に **C**

① 子供と一緒に、起きやすいと思うトラブルにチェックを付けながら話し合ってみましょう。

② トラブルに巻き込まれないための対策を考えてみましょう。
大きく3つの対策が重要です。

- | | |
|----------------------------------|---------|
| A 家庭のルールを考えよう | P16-18へ |
| B フィルタリングやアプリの設定 | P19へ |
| C インターネットにおけるコミュニケーションの特性 | P20へ |



例えば東京都には「SNS東京ルール」があります。また、東京都の条例では、右記のことが保護者の責務として記されています。これらを参考に、家庭のルールを子供と話し合ってみましょう。

- フィルタリングサービス等を利用する。
- 利用状況を適切に把握する。
- インターネット利用の危険性について、必要な知識の習得に努める。
- 利用ルールを定めるなど、適切な利用に努める。

「東京都青少年の健全な育成に関する条例」より

主体的に考えることを目指した「ルールの工夫」

次のルールは何が問題でしょうか。

ネットの
「使いすぎ」に
気をつけよう

スマホは
「夜遅い時間」には
使わない

ネットで
「たくさんお金」を
使わない

「 」の中の表現にあいまいさがあるため、親と子供とで基準が異なる場合があります。ルールを決めるときは、あいまいな表現をさけましょう。

「スマホは夜10時までしか使わない」というルールを破ってしまう子供がいたら、どのように声をかけますか。

A

ルールを破ったことを
叱る

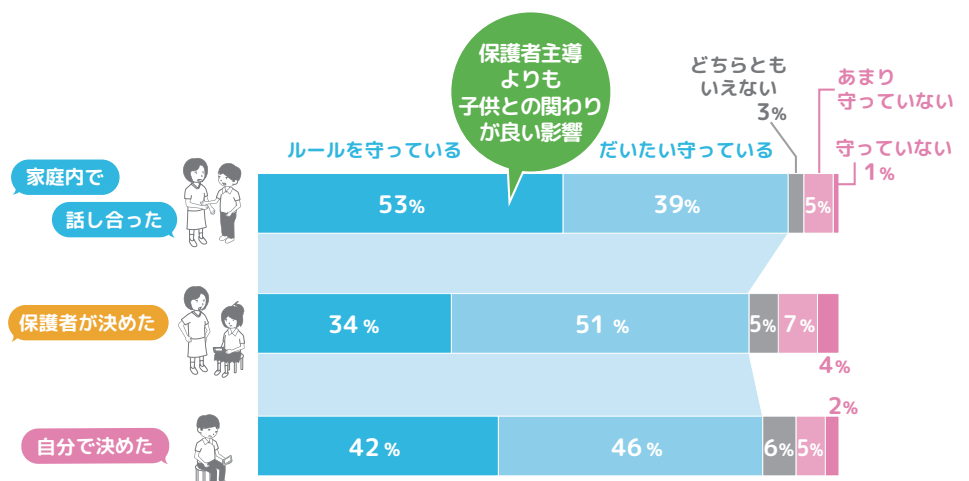
B

どのようにしたら
ルールを守れるかを
一緒に考える

Aのような「制限」によるコントロールから、Bのように子供と一緒に対話をしながら「主体的なルールづくり」をするようにしましょう。

ルールの決め方と遵守の関係

高校生を対象とした調査によると、保護者主導でルールを作ったときより、子供と一緒にルールを作ったときのほうが、子供がルールを守る確率が高いことが分かっています。



「使い過ぎ」に関するルールを考えましょう

家庭のルールでは、ネットやゲームの「使い過ぎ」を防ぐものが多く見られますが、子供と保護者との間で「使い過ぎ」の解釈がずれている場合が心配されます。

子供は、「自分はネットやゲームを使い過ぎていない」と考える傾向があるため、結果として、「ルールがあっても守られない」状態になりがちです。

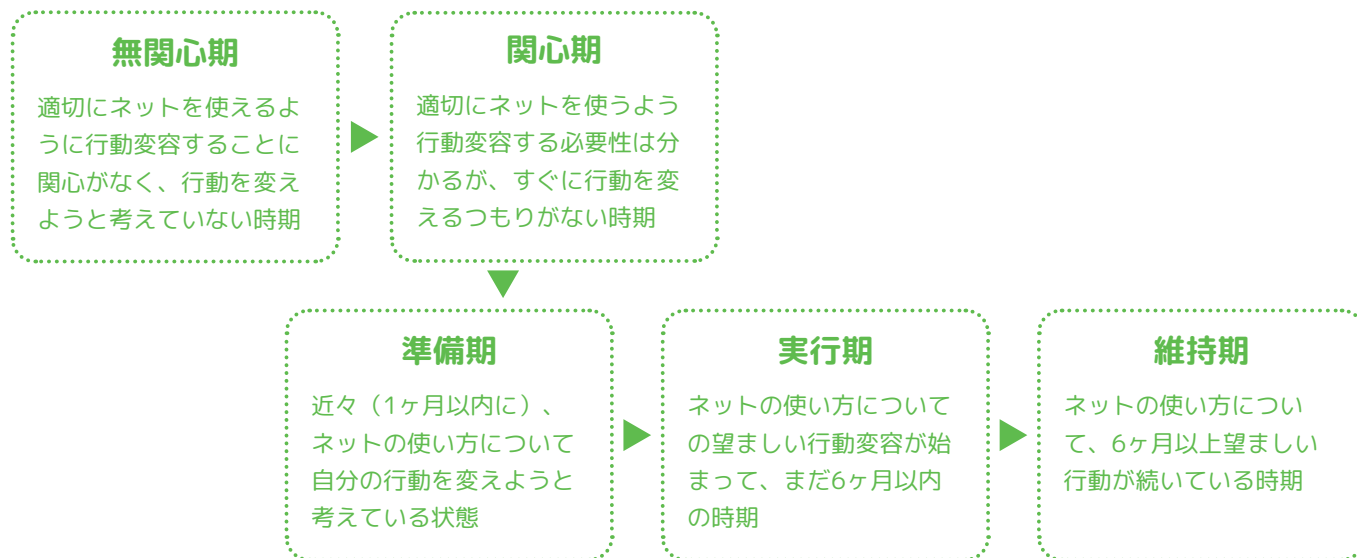
そこで、子供がネットの「使い過ぎ」にならないために、どのようなことに気を付けてルールを決めればよいのでしょうか。

行動変容を促すためには

問題行動を変容させるためには、自分がどのような状態にあるかを自覚させ、それに応じた指導・支援を行うことが重要と言われています。これを、子供のインターネット依存傾向の予防・改善に当てはめてみましょう。

インターネットの使い過ぎから抜け出すためには、5つの時期があると言われています。はじめに、「無関心期」にある子供は、「ネットを使い過ぎていない」、「インターネット依存傾向に陥ることはない」と考えている状態です。「関心期」については、「ネットを長い時間使っている」、「ネットを使うことで、夜寝る時間が遅くなっている」など、ネットを使い過ぎていることは認識しているものの、その危険性や悪影響について重大なものと捉えておらず、すぐに行動を改善しようとは考えていない状態です。（詳しくは下図参照）

インターネット依存傾向から抜け出す段階



1日のうちにどのくらいネットを利用しているか、子供に具体的に書き出させるなどして、「長時間使い過ぎていること」、「他者よりも長く使っていること」を本人に自覚させることが、インターネット依存傾向の予防・改善のための行動変容のきっかけとして重要です。

インターネットの使用時間を書き出してみましょう

例

	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
12 / 1																			
月	睡眠	朝食	登校				学校					下校	ゲーム	勉強	夕食	風呂	ネット		睡眠

平日

	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/																			

休日

	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/																			

インターネットを使い過ぎていないか、子供と確認してみましょう

インターネット依存傾向を調べるために作成された質問票を利用することも1つの方法です。この質問票では、8項目の質問のうち5項目以上に当てはまれば「病的使用者」と判定されます。平成30年8月に公表された厚生労働省研究班の報告書によると、この質問票を利用したところ、「病的使用者」の割合は、中学生が12.4%、高校生が16.0%で、両校種とも女子の割合が高い結果が見られたということです。

- ☒ ① インターネットを利用し、SNSやゲーム、ショッピングなどをするのを思い出したり、次の利用が楽しみになるなど、インターネットに夢中になっている。
- ☒ ② 満足するには、インターネットの利用時間をどんどん長くしていかなければならない。
- ☒ ③ 利用時間を減らしたり、やめようとしたりしても、うまくいかないことが繰り返される。
- ☒ ④ インターネットの利用時間を減らそうとすると、落ち着かなくなったり、不機嫌になったり、落ち込んだり、いろいろしたりする。
- ☒ ⑤ インターネットを利用した活動の時間が、利用する前に予定していた時間より長くなる。
- ☒ ⑥ インターネットの利用のせいで、大切な人との関係を危うくしたり、勉強の機会を失ったりする。
- ☒ ⑦ インターネットに夢中になりすぎたせいで困ったことが起きても、ごまかすためにうそをつく。
- ☒ ⑧ 困っていることや不快なことから逃れるためにインターネットを使う。

インターネット依存傾向の治療法

医師から、インターネット依存傾向と診断された場合、現時点では治療薬は存在しません。主に次のようなカウンセリング及び行動療法が施されています。

- ① インターネットから離れた環境で一定の時間を過ごす
- ② 運動療法や作業療法に取り組みながら、身体を動かす爽快感を感じる
- ③ 他者とのコミュニケーションスキルを磨く



フィルタリングについて

犯罪・トラブルに巻き込まれないため、フィルタリングを設定することが大切です。

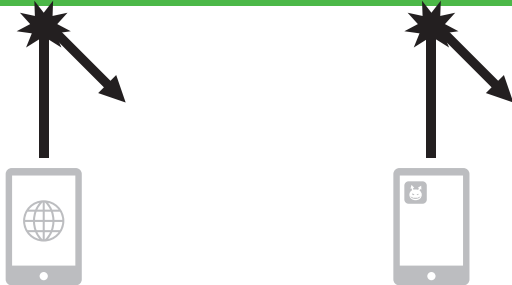
WEB サイトにアクセス させない機能

子供が見ることがふさわしくない情報にアクセスさせない。

使用を認めていないアプリ を起動させない機能

子供がインストールしたアプリを許可無く使用させない。

フィルタリング



平成29年2月に、携帯電話事業者が提供するスマートフォン等のフィルタリングサービスのアプリアイコンが、統一されました。

Android			iOS		
WEB	無線LAN	アプリ	WEB	無線LAN	アプリ
 あんしんフィルター for (キャリア名、ブランド名)			iOS 機能制限		



携帯電話会社の販売店に行き、最適なフィルタリングを設定してもらったり、相談したりしましょう。

子供のスマホの
フィルタリング、
ちゃんと設定できて
いるか不安





8 悪口・いじり



相手の
「イヤなこと」を
しないようにしましょう

というルールや指導で
大丈夫？

「イヤなこと」の感覚が人によって
ズレやすく、ネットの特性によって、
ズレがより大きくなります。

3つの視点からその内容を見てみま
しょう。

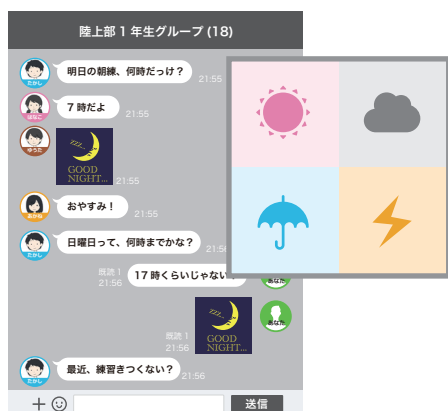


1 感覚のズレ

人によって「イヤだな」と感じる言葉には違いがあります。自分にと
ってイヤな言葉が、友達のイヤな言葉と同じとは限りません。

2 ネットの特性

普段、「まじめだね」という言葉を解釈するときには、顔の表情や
シチュエーション、トーンなどから、それが良い言葉なのか悪い言葉
なのかを判断しています。しかし、メール等のテキストコミュニケー
ションの場合には、感情が伝わりにくく、それが良い言葉なのか悪い
言葉なのかを判断するのが難しく、誤解が生じやすくなります。



3 「リスクの見積り」によるズレ

子供たちは、「何が危険か」は分かっているのですが、「どのくら
い危険か」というリスクの見積りがズレやすく、「このくらいは大丈
夫だろう」と思うことにより、トラブルにつながってしまうことがよ
くあります。

情報モラル =

日常モラル

×

ネットの特性

×

想像力・判断力



おうちで
挑戦しよう

LINE entryでプログラミングに挑戦

「LINE entry」は遊び感覚で楽しみながらプログラミングを学習することができる、プログラミング学習プラットフォームです。

4つの基本機能「学習する」「作る」「共有する」「マイページ」はすべて無料で利用可能です。

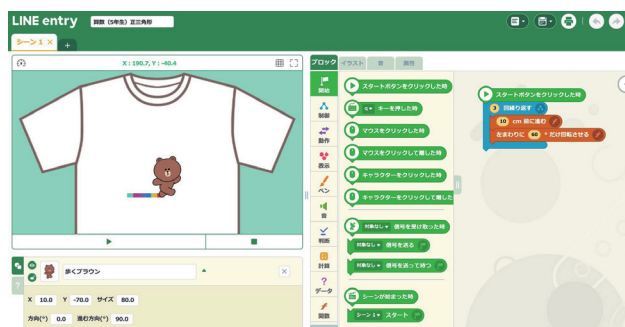


学習する



「学習する」では、LINEオリジナルの公式教材を無料でダウンロードできます。学校や家庭で子どもにプログラミングを教える際に役立てることも可能です。

作る



「作る」では、子どもたちが直感的に操作できるビジュアル型のプログラミング言語を使って、ブロックを組み合わせながらコーディングし、実行することができます。LINEのキャラクターを自由自在に動かしたり、オリジナルのゲームを作って遊んだりするような、自分だけの作品を作ることができます。

1 30 分^{ぶん} つかいすぎ ① SNS ノート	1 かぞくとあそびに 行く^い時^{とき}にいつも スマホやゲームきを もっていく つかいすぎ ② SNS ノート
2 1 時間^{じ かん} つかいすぎ ① SNS ノート	2 おこづかいは、 ほとんどゲームに つかっている つかいすぎ ② SNS ノート
3 2 時間^{じ かん} つかいすぎ ① SNS ノート	3 いつもネットや ゲームのはなし ばかりする つかいすぎ ② SNS ノート



SNSノートしずおか（1）小学校1、2年生向け

制 作 静岡市教育委員会
一般財団法人LINEみらい財団
静岡大学教育学部准教授 塩田真吾
アラサキデザインスタジオ

LINE みらい財団

- ・本教材の著作権は、一般財団法人LINEみらい財団が保有しています。
- ・本教材は、児童・生徒・保護者への啓発・教育を目的として、無償で提供する場合に限り、自由に利用することができます。これ以外での2次利用はおやめください。