

# ちょっとかんがえてみよう！ こんなとき、どうするの？

## A か書きことば、はな話しことば



○このやりとりを見て、あなたが気付いたことを書いてみましょう。

## B どうがだれその動画は誰のもの？



○このやりとりを見て、あなたが気付いたことを書いてみましょう。

き つ かんが か  
どんなことに気を付けなければならないか、考えて書いてみましょう。

参考:「ネット社会の歩き方」(<http://www2.japet.or.jp/net-walk/>)

## ネット依存・ゲーム依存度チェック ～自己点検してみましょう～

|    |                                                |        |
|----|------------------------------------------------|--------|
| Q1 | ネットに夢中になってしまっている感じがしますか。                       | はい・いいえ |
| Q2 | 家の人から、ネットを利用する時間や回数について注意されたことがありますか。          | はい・いいえ |
| Q3 | ネットを利用する時間や回数を減らそうとしても、できないことがありますか。           | はい・いいえ |
| Q4 | ネットを利用しているときに、じやまをされるとイライラしたり、おこったりすることがありますか。 | はい・いいえ |
| Q5 | 気がつくと、思っていたより、長い時間ネットを利用していたことがありますか。          | はい・いいえ |
| Q6 | 家族や友だちと過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがありますか。            | はい・いいえ |
| Q7 | ネットを利用している時間や回数を、家族や友だちにかくそうとすることがありますか。       | はい・いいえ |
| Q8 | いやなことを忘れるために、ネットを利用することがありますか。                 | はい・いいえ |

※「はい」と答えた数の合計が  
3～4つある人は、要注意！  
「はい」が5つ以上の人は、ネット依存・  
ゲーム依存傾向である可能性があります。  
保護者や先生に相談しましょう。

キンバリー・ヤング博士  
「Diagnostic Questionnaire」

※一部表現を変更しています



# 自分と他人の人権を尊重しよう！



自由に意見や情報を発信・収集できるインターネットにより、表現の自由や知る権利を、より一層享受できるようになった一方で、気づかないうちに、自分の人権が侵害されたり、他人の人権を侵害したりするかもしれないことを忘れてはいけません。インターネット上の人権侵害は、近年増加傾向にあり、実はとても身近で、深刻な社会問題です。

## ネット被害から自分を守るために

自分の投稿が、意図していないところへ広がる危険があることを理解し、安易に写真や個人情報が分かるような投稿をしないようにしましょう。

インターネット上で知り合った人と会うときは、トラブルに巻き込まれたり、犯罪の被害に遭ったりするかもしれないことを十分に考えましょう。

悪口や差別的な内容の投稿に対しては、コメントや拡散をしないようにしましょう。

インターネット上で発信をしたり、他人の投稿をシェアする前に、それが誰かを傷つけたり、自分の身を危険にさらしたりする可能性がないかを、注意深く考えましょう。

## ネットで相手を傷つけないために

誰かに対する意見や感想を投稿するときは、誹謗中傷につながる内容になっていないかどうかを十分に考えましょう。

他人が発信した情報を再投稿・拡散する前に、その情報が正しいかどうか、他人の不利益にならないかどうかを十分に考えましょう。

本人の許可なく、他人の写真や個人情報を投稿したり、書き込みを他の場所に転載したりしないようにしましょう。

インターネット上でも実生活でも、互いを思いやる必要があります。誰もが楽しくインターネットを利用できるよう、私たち一人ひとりが心がけて行動しましょう。

## Q. みんなで考えてみよう

次のような使い方がどんなことにつながるのか話し合ってみましょう。

- ☐ SNSに投稿するとき、普段、人と話すときよりも、つい強い口調になる。
- ☐ グループで話すとき、みんなで一人をからかうことがある。
- ☐ 他の人に対する批判や自分の意見をよく書き込んでいる。
- ☐ 面白いと思った投稿や共感できる投稿を見つけたら、すぐに拡散している。
- ☐ 自分や他の人が写った写真や動画を日常的に投稿している。
- ☐ 自宅や学校、よく行く場所で撮った写真や動画を日常的に投稿している。
- ☐ 他の人が投稿した写真や動画を投稿者に確認せず他の SNS に投稿している。
- ☐ 冗談のつもりで、他の人やお店に関するうそや大げさな表現を含んだ投稿をしたことがある。



<参考>公益財団法人人権教育啓発推進センター「あなたは大丈夫？考えよう！インターネットと人権」

## 保護者の皆さんへ

～子どもをトラブルから守るためにできること～

### ■子どもが相談しやすい環境をつくりましょう

・ネットトラブルに巻き込まれても、家族にはなかなか相談できず、ひとりで抱え込んでしまうケースも多くあります。相談しやすい雰囲気を作るために、普段の家族の会話を大切に、相談しやすい環境を作りましょう。

### ■フィルタリングを設定しましょう

・『青少年インターネット環境整備法』では、18歳未満の青少年がインターネットを利用する時、保護者の責務として、フィルタリングを設定することが義務付けられています。年齢に応じたフィルタリングの設定をしましょう。

### ■自己管理できるよう家族みんなで取り組んでみましょう

・子どもたちの利用時間が大きく増加しています。利用時間を自分で管理できる力を養うためにスマホの時間管理ツールを使って家族で取り組んでみましょう。

### ■不適切な書き込みや写真、動画などは削除依頼しましょう

・SNSやサイトなどで、誹謗中傷などにあたる悪口や写真、動画などが掲載された場合、管理者やプロバイダなどに、削除の依頼をすることができます。  
・削除依頼する場合、一般的には、まず掲示板などの管理者に削除依頼を行います。管理者に削除依頼しても削除されない場合には、次の段階として、その掲示板を提供しているプロバイダに削除依頼を行います。

### 家庭内ルールを決めよう〈\_\_月用〉

#### 使用時間・場所・その他

- (例)インターネットは1日\_\_分まで
- (例)利用する場所は\_\_
- (例)課金がある場合は、相談する。

#### 自分を守るためのルール

- (例)ネットのことで困ったことがあったら、すぐに家族に相談する。
- (例)時間管理ツールの結果を見て、今月の使い方を家族で振り返る。

月末に家族みんなでふりかえり、来月のルールを考えよう。

なにか悩みがあればいつでも相談してください。解決方法を一緒に考えましょう！

#### 子供SOS24ダイヤル

(フリーダイヤル 携帯電話からも無料)

**0120-0-78310**

夜間・休日を含めた24時間体制

#### 教育相談ほほえみダイヤル

(携帯電話からはつながりません)

**0120-745-070**

月曜～金曜 9:30～16:15 (祝日・年末年始は除く)

#### 岐阜県教育委員会

学校安全課 教育相談係

**058-271-3328**

月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日・年末年始は除く)