

じょうほう きき じょうず つか
情報機器を上手に使えるよう、家庭のルールを見直しましょう!

※「スクリーンタイム」とは画面の合計使用時間のことをいいます

- 1日のスクリーンタイムは、合計 () 時間以内
- 1日の情報機器の使用は、() 時 () 分まで
- 友だちとつながるのは () 時 () 分まで
- 情報機器を使う場所は、() だけ

★困ったときは家族に相談しましょう!



保護者の方へ

青少年健全育成条例から

宮城県の青少年健全育成条例には、インターネットの安全な利用を推進するとともに、青少年を犯罪やトラブルから守るために、保護者の責務・義務に関する規定があります。

保護者は、その保護する青少年に対し、インターネットを適切に活用するために必要な教育を行うとともに、利用状況の適切な把握と遵守すべき事項を定める等、適切な利用の確保に努めなければならない。(H27.3.25 改正)

親子で話し合いをしましょう

保護者は、青少年が使用する携帯電話等を契約する場合に、青少年インターネット環境整備法に基づきフィルタリングサービスを利用しない旨の申し出をするときは、携帯電話事業者に対し、青少年の業務又は日常生活においてフィルタリングサービスを利用しない正当な理由として規則で定めるもの等を記載した書類又は電子データを提出しなければならない。(H30.3.23 改正)

フィルタリングサービスを利用しましょう

困った時の相談窓口

- 仙台市消費生活センター(不当請求など)
▶ TEL 022-268-7867
(平日9:00~16:30、土曜日9:00~16:00)
- 警察本部少年課 少年相談電話
▶ TEL 022-222-4970(平日8:30~17:15)
- 24時間いじめ相談専用電話
▶ TEL 0120-81-2455
- S-KET(仙台市いじめ等相談支援室)
▶ TEL 0120-303-836 / 022-395-8893
(月・水・木・土10:00~17:00、火・金12:00~19:00)
- ヤングテレホン相談(仙台市子ども相談支援センター)
▶ TEL 0120-783-017(携帯・PHS等の利用不可)

これまでのリーフレットなどへのアクセス

★仙台市情報モラル教育推進事業
<https://www.sendai-c.ed.jp/01home/01sougou/12moral/moral.html>

もっと詳しく知りたい人はこちらへ

★文部科学省のサイト
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afiedfile/2016/06/07/1371802_3.pdf

★総務省のサイト
https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/



仙台市情報モラル教育推進事業



文部科学省のサイト



総務省のサイト

2021 仙台版

おや こ かんが
親子で考えよう!

ぎ が たんまつ
GIGA スクール端末がやってきた!

じょう ほう
情報モラル

か てい さい かく にん
家庭のルールを再確認

かぞく
家族みんなでパソコンや
スマホのルールを
決めようよ

がっこう
学校のパソコンはルール
があって、学習のために
つかうように言ってたよ

とも
お友だちと
つながってみたいな

まも つか
ルールを守って使うなら
あんしん べんり
安心して便利よね

こ ひとり だい
「子ども1人1台のパソコンを
も 持つ」って聞いたぞ。
まご だいじょうぶ
孫たちは大丈夫なのかな?

このリーフレットを
きっかけに

親子で家庭のルールを見直しましょう!

仙台市教育委員会では、仙台市小学校長会、中学校長会、仙台市PTA協議会と連携し、学校と家庭が協力し合って情報モラル教育を推進する取組を実施しています。

どうしてルールが必要なの？



パソコンやタブレット、スマホ、通信ができるゲーム機などを情報機器というのだよ。

えっ、ゲームも？確かに、友達と通信をしながら遊べるよね。



どうしてルールを決めなきゃいけないの？

こころや体が病気になるったり、フィッシング詐欺などの犯罪に巻き込まれたりするケースがあるからよ。



情報機器には本来の目的があります。学校から借りるパソコンは学習以外には使用することができません。家庭のパソコンやスマートフォンは、情報収集や情報発信がしやすく、特にスマートフォンは緊急時にも役立ちます。本来の目的に基づいて、家庭でルールを見直しましょう。

特に注意！

- 困ったときはすぐに大人に相談する
- パスワードは誰にも教えない
- ウィルス対策ソフトを入れ、常に最新の状態にする
- メールに貼ってあるリンクや添付ファイルはすぐには開かない
- 学習では信頼できるサイトの情報を引用する
- 文章や写真、動画の著作権に気をつける

※実在の企業や組織を騙って、個人情報やパスワードなどの情報を不正に入手しようとする詐欺を「フィッシング詐欺」と言います



SNSで安全に発信するには？

インターネットは、世界中のいい人も悪い人もつながっています。誰かの思い込みやうそも、正しい情報かのように流れています。また、一度流れたあなたの情報は、永遠に消えません。

特に、SNSで発信することは、世界中の人の前で話をすると同じです。文章・写真・動画を発信する前に、「誰に見られても大丈夫か」「誰かを嫌な思いにさせないか」など、一度冷静になって考えてみましょう。



保護者の方へ 警察庁のデータから、毎年たくさんの子供たちがSNSを通じた被害にあっていることがわかります。その中で、被害者の85.5%がフィルタリングを利用していませんでした。

被害報告はあくまで氷山の一角です。子どもに与えた情報機器にフィルタリングをかけるのは、保護者の責任です。家庭のルールを見直すと同時にフィルタリングの状況もご確認ください。

SNSで会話していると、いつやめればいいのかわからなくなるよ。



たくさんの人とつながると、返信が多くなって困るのは大人も同じよ。



この間、おもしろい動画を撮ったんだけど、アップしていいかな？



写真や動画は公開前に見せてほしいな。編集も手伝うからさ。



健康的に使うには？



先生が液晶画面と目を30cm以上離さないように目悪いて言ってたよ。

連続で見続けるのもよくないから、30分に1回は遠くを20秒見るといいんだって。



寝る1時間前に液晶画面を見るのはよくないというよ。

最近、なかなか眠れないのはそのせいなのかな。大人も気を付けなきゃね。



学校からパソコンを持ち帰って使うようになると、家庭で情報機器を使う機会が多くなり、身体への影響も心配です。家庭では、パソコン・ゲーム・スマホなどのスクリーンタイム（画面の合計使用時間）や視距離（目と画面の距離）などを考えて、ルールを決めていきましょう。



保護者の方へ

厚生労働省によるとインターネット依存が疑われる中高生は、この5年間で激増しました。アメリカ精神医学会による診断基準では依存症になると以下のような症状が出現するといわれています。

- いつもネット・ゲームのことを考えている
- ネットができないとイライラする
- 以前と比べ、ネットをする時間が増える
- ネット使用を減らそうとしたが失敗する
- 問題が生じていると知りながらも続ける
- ネット使用により興味、趣味、娯楽をなくす
- 嫌な気分を解消するためにネットを使用する
- 家族に嘘をついてネットを使用する
- ネット使用により大切な人間関係、仕事、教育の機会を失った

ゲームをするときに気を付けることは？

ゲームは、本来楽しく遊ぶためのものです。そのせいで、誰かが苦しんだり悲しんだりしないようにしたいものです。また、オンラインで人とつながることで事件や事故に巻き込まれないようにする必要があります。

「自分も友達も家族も、みんなが楽しい」ものになるよう、前向きなルールをつくりましょう。



ゲームのアイテムを手に入れたいんだけどなあ。



そうね、お金がかかるなら、必ず大人に相談してね。



いつもゲームにまぜてもらえない友だちがいるよ。



ゲームの中でも仲間外れはいじめにつながるよ。



保護者の方へ 国民生活センターによれば、オンラインゲームに関する相談件数は、3年前に比べおよそ1.5倍に増えています。相談の多くが保護者に内緒で行った課金です。

また、ゲームによって「暴言」「仲間外れやいじめ」「依存症」「個人情報漏洩」「出会い系被害」などの問題も起きています。

「今日はゲームで友達と遊んだよ」…普通の会話ですが、誰と何のゲームをどのように遊んだのか実態を知る必要があります。