

電子メディアとの付き合い方〔学習ノートB〕

児童のみなさんへ

このノートは、みなさんがパソコンやタブレットを上手に使うことができるように、また、家で勉強以外に使うときにも正しい使い方ができるようにするためにつくられました。このノートを使ってパソコンやタブレット、ゲームなどの利用の仕方を友だちやお家の人と話し合ったり、自分の使い方をふりかえったりしてみましょう。

あなたがパソコンやタブレットなどを健康的に使うことができているかを確認するため、あてはまるところに「○」をつけてみましょう。

	いつも している	ときどき している	して いない
パソコンやタブレットを見るときは、目から30cm以上離して見ている。			
パソコンやタブレットを使うときは、背筋を伸ばして良い姿勢で使っている。			
パソコンやタブレットを使うときは、30分に1度は目を20秒くらい閉じたり、遠くを見たりしている。			
寝る1時間前からは、パソコンやタブレット、ゲームを使わないようにしている。			
外で遊んだり、運動したりしている。			
毎朝決まった時間に自分で気持ちよく起きている。			
家でパソコンやタブレット、ゲームを使うときのルールを決めている。 (決めているときは「いつもしている」に○、決めていないときは「していない」に○をしてください)			

保護者の皆様へ

私たちの生活に欠かせないものとなった電子メディア機器(*)は、学校の学習でも活用されています。電子メディア機器は便利で楽しいものですが、不適切な使い方による人間関係のトラブルや、使い過ぎによる生活習慣の乱れなども問題になっています。

そこで、子どもたちが、電子メディア機器と上手に付き合っていくことができるよう、このノートを作成しました。ノートは子どもたちが「自分で考え」、家庭で「話し合う」構成になっています。電子メディア機器についてお子さまの利用状況(上のチェックリスト)の確認や家庭でのルールづくりに、ぜひご活用ください。

(*)電子メディア機器…スマートフォン・パソコン・タブレット・携帯音楽プレーヤー・ゲーム機など

ねん ぐみ ばん
年 組 番

なまえ
名前

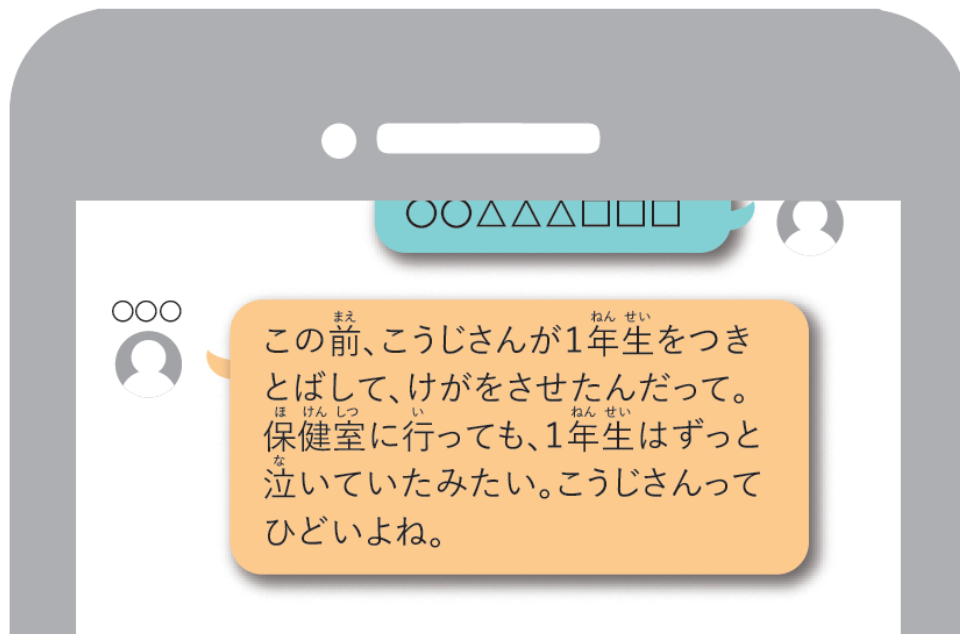


なんでこうなったのかな

こうじさんは、^{ひる きゅう}昼休^{けい}に校庭でサッカーをしていたら、おにごっこをしていた1年生がぶつかってきました。その1年生が^{ねん せい}転んで泣いていたので、こうじさんは、けががないか見てもらうためその子と手をつないで、^{ほ けん しつ}保健室までいっしょに行きました。

しかし、^{ほ けん しつ}保健室に先生がいなかったので、先生がかえってくるまで、その子の横にしゃがんで、^{ねん せい}なくさめながら先生を待っていました。

^{すう じつ ごと}数日後、さとこさんが家^{いえ}にいと、^{とも}友だちからこんなメッセージが届きました。



さとこさんと、こうじさんは^{おな}同じクラスです。さとこさんは、こうじさんがいないときにクラスのメンバーに、「こうじさんが1年生にけがをさせたらしいよ。私たちも暴力をふるわれないように、^き気をつけようね。」と言いました。

次の日、さとこさんは担任の先生に呼ばれ、^{じ じつ}事実とちがうことを皆に^い言^{きず}って、こうじさんを傷つけてしまったと^{ちゆう い}注意されました。

かんが
【考えてみよう】

① さとこさんの友だちから届いたメッセージが、事実とはちがうところを
書いてみましょう。

② さとこさんはどのように行動すればよかったですか。

いえ ひと はな あ
【家の人と話し合ってみましょう】

自分が読んだり、聞いたりした情報が本当かどうか確かめるには、どのよ
うな方法があるでしょう。

★お家の方へ

話し合う際には5ページの「保護者の皆様へ①」を参考にしてください。



どうする 悪口!

じゅんいちさんは、サッカーの試合を見るのが大好きで、休みの日は家族で試合を見に行きます。

この日も、お父さんと高校生のお兄さんと3人で試合を見に行きましたが、応援しているチームが負けてしまいました。いつもは、大活やくしているキャプテンが、この日は調子が悪く、残念なミスが何度もありました。

じゅんいちさんは、「キャプテンにだって調子の悪い日はある。次の試合はがんばってくれるといいな」と思いました。

帰り道の車の中で、お兄さんがスマートフォンを見ながら、「SNS(*)で、キャプテンの悪口がたくさん書きこまれているよ。『お前のせいで負けた!』とか『もうキャプテンは交代しろ!』とか。ファンなら、キャプテンが次の試合でやる気ができるような応援のメッセージにすればいいのに。」と言いました。

じゅんいちさんは、「みんな、ふだんは人の悪口を言っちゃいけないというのに、インターネット上だと、なんで悪口をかん単に書いてしまうんだろう。」と思いました。



(*)SNSとはインターネット上でたくさんの人たちと交流するサイトや仕組みのことです。自分の考えや写真などをたくさんの人たちと共有することができます。(例:「ライン」「インスタグラム」「ユーチューブ」など)

かんが
【考えてみよう】

① SNSを^み見たキャプテンは、どんな^{きも}気持ちになるでしょうか。

② インターネット^{じょう}上は、なぜ^{わるくち}悪口などが^か書きこまれやすいのでしょうか。

いえ ひと はな あ
【家の人と話し合ってみましょう】

SNSに^{じぶん}自分の^{いけん}意見や^{かんが}考えを^か書くときに^き気を^つ付けることは^{なん}何でしょうか。

★お家の方へ

話し合う際には7ページの「保護者の皆様へ②」を参考にしてください。



保護者の皆様へ ①

～「なんでこうなったのかな」(家庭でのルールづくりのヒント)～

- インターネット上の情報の全てが正しいとは限りません。
- 目にした情報を全て信じるのではなく「他の情報と比べる」「情報の発信元を確かめる」ことが大切です。
- 間違った情報や根拠のない情報を拡散してしまった場合、自分の信頼が損なわれるだけでなく、犯罪にあたる場合や損害賠償を請求される可能性もあります。

★ 次の内容を参考に、正しい情報を見分けられる方法について話し合ってみましょう。

インターネット・SNSの特徴

インターネットを利用して、気になるワードを検索したり、興味のある記事を読んだりすると、検索したワードに関連する広告や情報が表示され、検索を繰り返していくことで、自分の趣味や考え方に合う情報が集まりやすくなります。この機能は、便利な反面、自分の好みや見たい情報以外が届きにくくなってしまいます。

また、SNSなどで、「いいね」や「フォロー」をすると、似たような内容のものがおすすめとして挙がってきます。インターネット上でコメントのやりとりをすることで、自分と同じような考え方の人が集まりやすくなるともいわれています。

これらのことにより、アクセスする情報にかたよりが生まれ、「自分の考えていることは正しい」「自分は常識的だ」という感覚が生まれることがあるといわれています。

しかし、インターネット上にはうその(フェイク)情報、誤った情報も流れています。目にした情報を鵜呑みにするのではなく、それが本当に正しいかどうかを確認することは、子どもにとっても大人にとっても大切なことです。



情報の信ぴょう性を確認する方法

- | | |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 他の情報と比べてみる | 複数の情報を読み比べましょう。本や新聞など、ネット以外で調べるのもおすすめです。 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 情報の発信元を確かめる | 発信元が明らかであっても、信頼できる人なのか、信頼できるWebサイトなのかを確認しましょう。 |
| <input checked="" type="checkbox"/> いつ頃書かれたものか確かめる | 元の情報が古いものだった場合、現在とは状況が異なるかもしれないので注意しましょう。 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 一次情報を確かめる | その情報が引用や伝聞だった場合は、元になったオリジナルの情報源を探して確かめてみましょう。 |

【参考】総務省「インターネットトラブル事例集(2022年版)」https://www.soumu.go.jp/main_content/000707803.pdf



お子さまに伝えてください。



ネットを使うときは気を付けよう

インターネットを安全に使うため、知っておきたいこと

インターネットには、様々な特性やサービスがあります。自分やまわりの人を守るために知っておきましょう。

① 世界中に公開されます

インターネットへ載せた文章や写真は、世界中に公開されます。「親しい友だちだけだから…」
と
おも
っ
て
い
て
も、
だ
れ
か
が
転
送
す
れ
ば、
世
界
中
に
公
開
さ
れ
て
し
ま
い
ま
す。

② 一度載せると取り消すことはできません

インターネット上に一度載せた文章や写真は取り消すことができないことが多く、必ずどこかに記録が残ってしまいます。名前を書かない場合でも、誰が発信したかという記録が必ず残ります。将来の自分にとって、マイナスになってしまうこともあります。

③ 情報をそのまま信用してはいけません

インターネット上には誰でも情報を載せることができるので、信用できない情報も多く、情報を手に入れる時には正しい内容かどうかを確かめる必要があります。

インターネットだけを見てその情報を信用するのではなく、本や新聞、テレビなどの複数のメディアから情報を集め、総合的に判断するようにしましょう。また、その情報がいつ頃書かれたものなのかを確かめることも大切です。情報が古いものだった場合、現在とは状況が異なるかもしれないので注意しましょう。

④ 相手のことを考えながら通信しましょう

インターネットでのやりとりは文字が中心になるため、思いが相手に伝わりにくく、誤解が生じたり、相手を傷つけてしまったりする場合や、同じ情報でも相手によってとらえ方が違う場合もあります。また、相手にも事情があり、すぐに返信できないこともあるということを知っておきましょう。

⑤ 夢中になってやめられなくなることがあります

インターネットのサービスの中には、夢中になってしまうようなサービスがたくさんあります。使い始めるとなかなかやめられなくなり、依存症になってしまう可能性もありますので、使う時間を決めましょう。

保護者の皆様へ ②

～「どうする 悪口!」(家庭でのルールづくりのヒント)～

- インターネット上に書き込まれたことは世界中の人が見ることができます。
⇒書き込まれた内容を誰かがコピーして別のところに拡散してしまふことがあります。
⇒一度載せると取り消すことができません。
- 匿名で書き込んでも、誰が書き込んだか突き止めることができます。
- ネット上でうそや悪口を書くのは、世界中の人にうそや悪口を言っているのと同じことです。
- 日常生活でやってはいけないことは、インターネット上でもやってはいけません。



トラブルに発展しないために、家族で話し合っておきたいこと

- 情報発信には責任を持たないといけない。書き込む前に、書き込んでよい内容かどうか、よく考える。
 - ・ 傷つく人がいないか、迷惑をかける人がいないか
 - ・ 自分の将来に悪い影響を与えないか
- トラブルになったら、すぐに家族に相談する。

【参考】総務省「SNSの誹謗中傷 あなたが奪うもの、失うもの～#NoHeartNoSNS(ハートがなけりやSNSじゃない!)～」https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/d_syohi/hiboutyusyou.html

クイズで学ぼう

令和4年度に、県内の中学生と「インターネットの特性や適切な使い方」を考えるためのクイズを作成しました。親子でこのクイズに参加してみてください。全てに解答していただくと、家庭で使っているスマートフォンやパソコンに「からばと」の待ち受け画面がダウンロードできます。クイズはこちらから→



←壁紙例(パソコン用)
↓壁紙例(スマートフォン用)



困ったときの相談窓口

もしものときや、困ったときは、一人で悩まず、相談しましょう。親身になって話を聞いてくれます。

インターネットを利用した犯罪にあつたら

〔鳥取県警察本部〕

【警察相談専用電話】#9110(通常の通話料がかかります。ダイヤル回線及び一部のIP電話不可) 0857-27-9110

【サイバー犯罪対策課】0857-23-0110(代表)

【電子メール】k_haiteku@pref.tottori.lg.jp

架空請求に悩んだり、請求の内容に疑問を感じたら

〔消費者ホットライン〕188(局番なし)

〔鳥取県消費生活センター〕

【東部消費生活相談室】0857-26-7605(県庁第2庁舎2階)

【中部消費生活相談室】0858-22-3000(倉吉交流プラザ2階)

【西部消費生活相談室】0859-34-2648(米子コンベンションセンター4階)

ネットいじめに悩んだら

〔相談電話・メール〕

【24時間子供SOSダイヤル】0120-0-78310(無料・毎日24時間)

【いじめ相談メール】ijime@kyoiku-c.torikyo.ed.jp

【いじめ110番】0857-28-8718(毎日24時間)

【子どもの人権110番】0120-007-110(平日のみ8:30～17:15)(無料・IP電話不可)

おさんがインターネットの使いすぎで生活習慣が乱れていると感じたら、まずは学校やかかりつけ医などに相談してみましょう。また、専門機関に相談したいときは下記の機関にご相談いただけます。

使いすぎで心身や日常生活に支障がでているときには

【鳥取県教育委員会 いじめ・不登校総合対策センター】0857-31-3956

【鳥取市保健所】0857-22-5616

【中部総合事務所倉吉保健所】0858-23-3127

【西部総合事務所米子保健所】0859-31-9310

【県立精神保健福祉センター】0857-21-3031