

スマホ・ネット

あん ぜん きょう じつ
安全教室



もくじ 目次

- ・スマホやタブレットでできること

- ・つか かた まちが 使い方を間違うとトラブルにつながるかも

つか へん
【使いすぎ編】

エヌエヌエスはっしんへん
【SNS発信編】

へん
【コミュニケーション編】

で あ へん
【出会い編】

- ・まとめ

スマホやタブレットでできること



コミュニケーション
アプリ



エスエヌエス
SNS



どうが
動画

コミュニケーションアプリとは



もじ つか
文字やスタンプを使って

メッセージのやりとりができる

例

- ライン
• LINE
- プラス
• +メッセージ

エスエヌエス SNSとは



じぶん きも か
自分の気持ちを書いたり、
しゃしん どうが
写真や動画をのせることができる

例

- エックス きゅう ツイッター
- X (旧Twitter)
- インスタグラム
- Instagram

動画共有サービスとは



動画を見たり、自分でとった動画を
のせて見てもらったりすることができる

例

ユーチューブ

- YouTube

ティックトック

- TikTok など

スマホやタブレットの^{つか}使い^{かた}方

スマホやタブレットは^{たの}楽しいけれど、

^{つか}使い^{かた}方を^ま間^{ちが}違^うと

トラブルにつながることもあります



きょう べんきょう 今日勉強すること

① ネットでトラブルを

お
起こさないためにはどうしたらよいか？

② ネットトラブルにまきこまれたときはどうしたらよいか？

つか へん
使いすぎ編

スマホやタブレットでやりたいこと

どうが
動画を
み
見る

しゃしん
写真を
とる

ゲームを
する

ビデオ
つうわ
通話

べんきょう
勉強を
する

かいもの
買物を
する

ほん
本・マンガ
よ
を読む

しら
調べもの
をする

おんがく
音楽を
きく

ともだちを
つくる

こんご
今後、どんなことをしたい？
なに たの
何が楽しそう？

スマホやタブレットの^{つか}使い^{かた}方

スマホやタブレットは^{たの}楽しいけれど、

^{つか}使い^{かた}方を^ま間^{ちが}違^うと

トラブルにつながることもあります



どうしてトラブルが^お起きたのだろう？



^か
買ってもらったスマホで
ゲームをやろう！

どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



^{じかん}1時間…^{じかん}2時間…

^{よる}夜の^じ12時を^す過ぎてても…

どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



コラ！
ゲームのやりすぎ！

どうしてトラブルがお起きたのだろうか？

なぜ、ちゅうい注意されてしまったのでしょうか？

・ひとりでかんが考えてみましょう

・まわ周りの人ひととはな話し合あってみましょう

どうしてトラブルがお起きたのだろうか？

なぜ、ちゅうい注意されてしまったのでしょうか？

こたえ

なが じかん
・長い時間ゲームをしていた

よるおそ
・夜遅くまでやっていた

つか 「使いすぎ」ってなに なに

あなたは、平日、スマホやタブレット、ゲームを
どのくらい使うと「使いすぎ」だと思えますか？

じかん
2時間

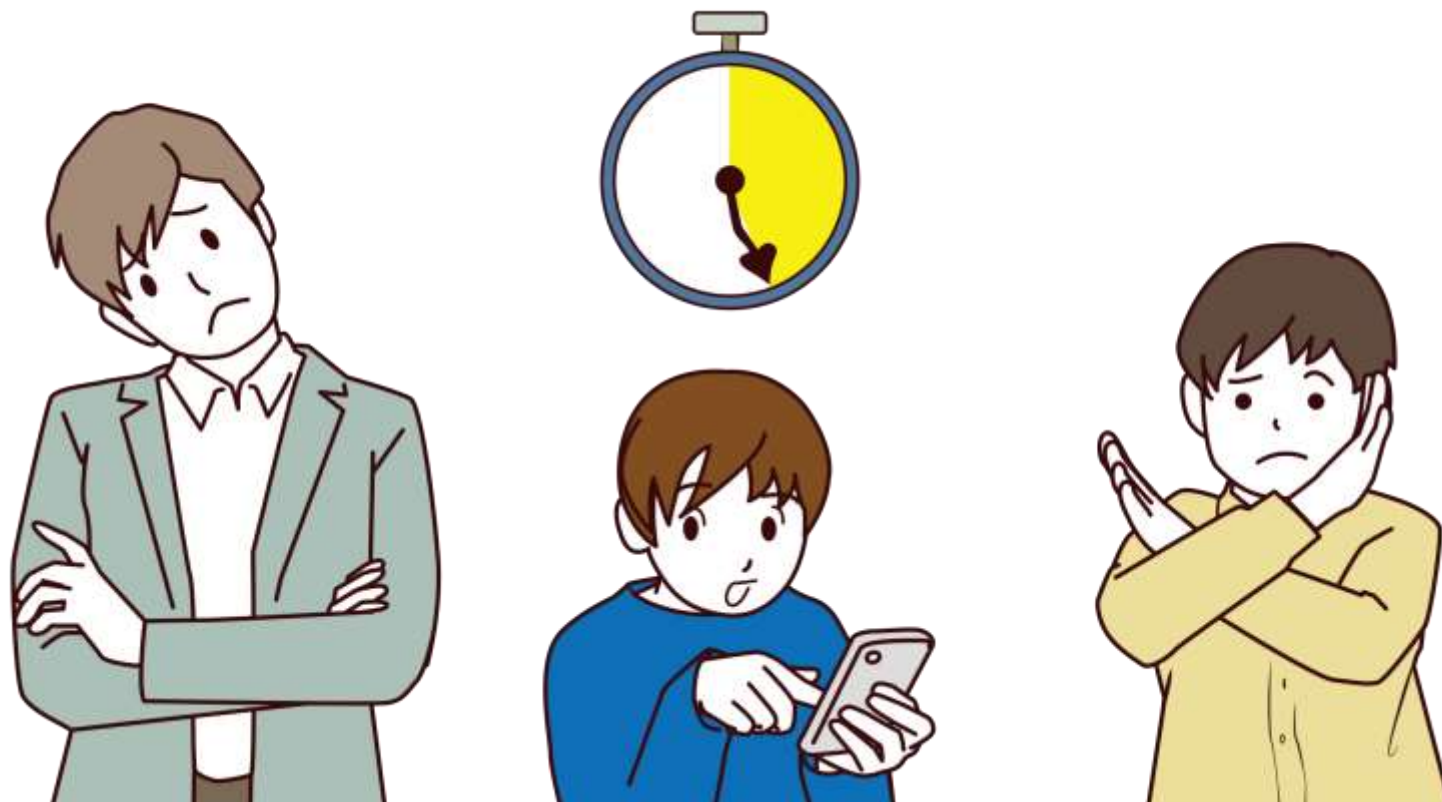
じかん
4時間

じかん
6時間

じかん
8時間
いじょう
以上

つか 「使いすぎ」ってなに なに

つか かん じかん ひと ちが
「使いすぎ」と感じる時間は 人によって違います



つか 「使いすぎ」ってなに なに

じぶん
自分が「つか
使いすぎではない」とおも
おも
思っても
ほごしゃ
保護者やともだちはつか
「使いすぎ」だと
おも
思っているかもしれません

つか かた かせ 使い方についてふり返ってみよう

		かなり あてはまる	少し あてはまる	あまり あてはまらない
1	やくそく 約束ややるべきことよりもゆうせん 優先してしまうことがある	3	2	1
2	き 決められたきんがく 金額よりもかね つか お金を使ってしまうことがある	3	2	1
3	しょくじちゆう 食事中にしすぎてほごしゃ ちゆうい 保護者に注意されることがある	3	2	1
4	よるおそ 夜遅くまでしすぎてがっこう ねむ 学校で眠いことがある	3	2	1

つか ^{かた} 使い方について ^{かえ} 振り返ってみよう

- ^{じぶん} 自分はどこにあてはまるか ^{かんが} 考えてみましょう
- ^{まわ} 周りの ^{ひと} 人と ^{はな} 話し ^あ 合ってみましょう

つか 「使いすぎ」ってどうしていけないの？

め わる
• 目が悪くなってしまう



かた くび いた
• 肩や首がこり、痛くなってしまう

ね ぶそく がっこう しゅうちゅう
• 寝不足になり、学校で集中できない



ほ ご しゃ いっしょ す じかん みじか
• ともだちや保護者と一緒に過ごす時間が短くなる

もしもやめられないときは…?

ネットやゲームをやめたいとき、

あなたはどんな工夫くふうをしていますか？

つか 使いすぎないための工夫 くふう

- ① お じかん かみ か
終わる時間を紙に書いて
()にはっておく
- ② はじめるまえ
前に()をセットしておく
- ③ はじめるまえ
前に()を
ほごしゃ つた
保護者に伝える

つか 使いすぎないための工夫 くふう

- ① お じかん かみ か
終わる時間を紙に書いて
(見える場所) にはっておく
み ばしょ
- ② はじめるまえに (タイマー) をセットしておく
まえ
- ③ はじめるまえに (終わりの時間) を
お じかん
ほごしゃ つた
保護者に伝える

エヌエヌエヌ はっしん へん

SNS発信編

どうしてトラブルがお起きたのだろう？



ともだち

み
ドコ美

どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



たの
すごく楽しかった
エスエヌエス
SNSにのせよう!

み
ドコ美

どうしてトラブルが起きたの^おだろう？

エスエヌエス
なんでSNSに
のってるの!?

ともだち

えっ!?



なぜ、ともだちは^{おどろ}驚いてしまったのだろうか？



かんが
・ひとりで考えてみましょう

まわ ひと はな あ
・周りの人と話し合ってみましょう

なぜ、ともだちは^{おどろ}驚いてしまったのだろうか？



こたえ

いっしょ うっ しゃしん
ともだちが一緒に写っている写真を
かって
勝手にのせてしまったから

エスエヌエス

SNSのとくちょう

エックス

インスタグラム

X や Instagram などの

エスエヌエス

しゃしん

どうが

SNSにのせた写真や動画は

にほんじゅう

せかいじゅう

ひと

み

日本中、世界中の人が見えています。



エスエヌエス

SNSのとくちょう

たくさん^{ひと}の^み人^みが見^みるので
なか^{わる}には^{ひと}悪い^{ひと}人も^{ひと}います。

写真^{しゃしん}などの^{こじん}個人^{じょうほう}情報^{ひろ}を^{ひろ}広^{ひろ}めて
いや^{ひと}が^{ひと}らせ^{ひと}をする^{ひと}人も^{ひと}います。



エスエヌエス

SNSのとくちょう

こじん じょうほう

なに

「個人情報」とは何があるだろう？

なまえ

名前

じゅうしょ

住所

でんわばんごう

電話番号



せいねんがっぴ

生年月日

かおじゃしん

顔写真

パスワード

しゃしん エスエヌエス
この写真はSNSにのせてもよい? いけない?

のせてもよいか、いけないか^{かんが}考えてみよう



しゅうがくりょこう
修学旅行でとった
ふうけい しゃしん
風景の写真

[]



カフェでとった
じぶん しゃしん
自分とともだちの写真

[]



ともだちとプールに
い しゃしん
行ったときの写真

[]



がっこうめい うつ
学校名も写っている
じぶん しゃしん
自分の写真

[]

この写真はもしもやめられないときは…？

• のせてもよいものは○

のせてはいけないものは×

^{かんが}
で考えてみましょう

• ^{まわ}周りの^{ひと}人と^{はな}話し^あ合ってみましょう

しゃしん エスエヌエス
この写真はSNSにのせてもよい? いけない?

のせてもよいか、いけないか^{かんが}考えてみよう



しゅうがくりょこう
修学旅行でとった
ふうけい しゃしん
風景の写真

[○]



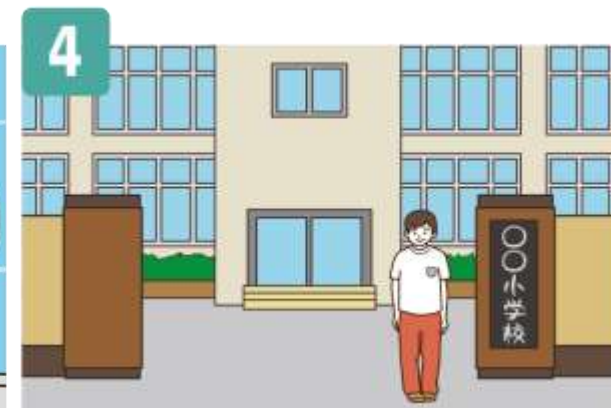
カフェでとった
じぶん しゃしん
自分とともだちの写真

[×]



ともだちとプールに
い しゃしん
行ったときの写真

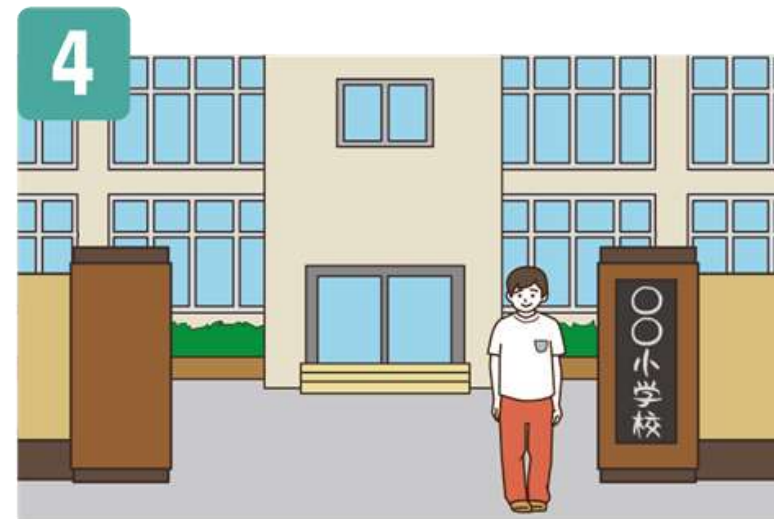
[×]



がっこうめい うつ
学校名も写っている
じぶん しゃしん
自分の写真

[×]

しゃしん エスエヌエス
この写真はSNSにのせてもよい？ いけない？



エスエヌエス はだ おお で しゃしん
SNSには肌が多く出る写真や

かお がっこうめい こじんじょうほう
顔や学校名などの個人情報をのせない

しゃしん エスエヌエス
この写真はSNSにのせてもよい？ いけない？

エスエヌエス いちど じょうほう かんぜん け
SNSに一度のせた情報は完全に消すことはできません



エスエヌエス
もしもSNSにのせられたときは・・・？

み じぶん おも かんが
ドコ美さんを「自分」だと思って考えてみよう！



エスエヌエス
もしもSNSにのせられたときは・・・？



たの
すごく楽しかった
エスエヌエス
SNSにのせよう！

ともだち

エスエヌエス
もしもSNSにのせられたときは・・・？

エスエヌエス
なんでSNSに
のってるの!?

えっ!?

み
ドコ美



み しゃしん かって エスエヌエス
ともだちがドコ美さんの写真を勝手にSNSに
のせたときはどうしたらよいのでしょうか？



- ① ともだちにやめてと伝える^{つた}
- ② 別のともだちに相談する^{べつ そうだん}
- ③ 先生や保護者に相談する^{せんせい ほごしゃ そうだん}

み しゃしん かって エスエヌエス
ともだちがドコ美さんの写真を勝手にSNSに
のせたときはどうしたらよいのでしょうか？



- ① ^{つた}ともだちにやめてと伝える
- ② ^{べつ}別の^{そうだん}ともだちに相談する
- ③ ^{せんせい}先生や^{ほごしゃ}保護者^{そうだん}に相談する

エスエヌエス
もしもSNSにのせられたときは・・・？



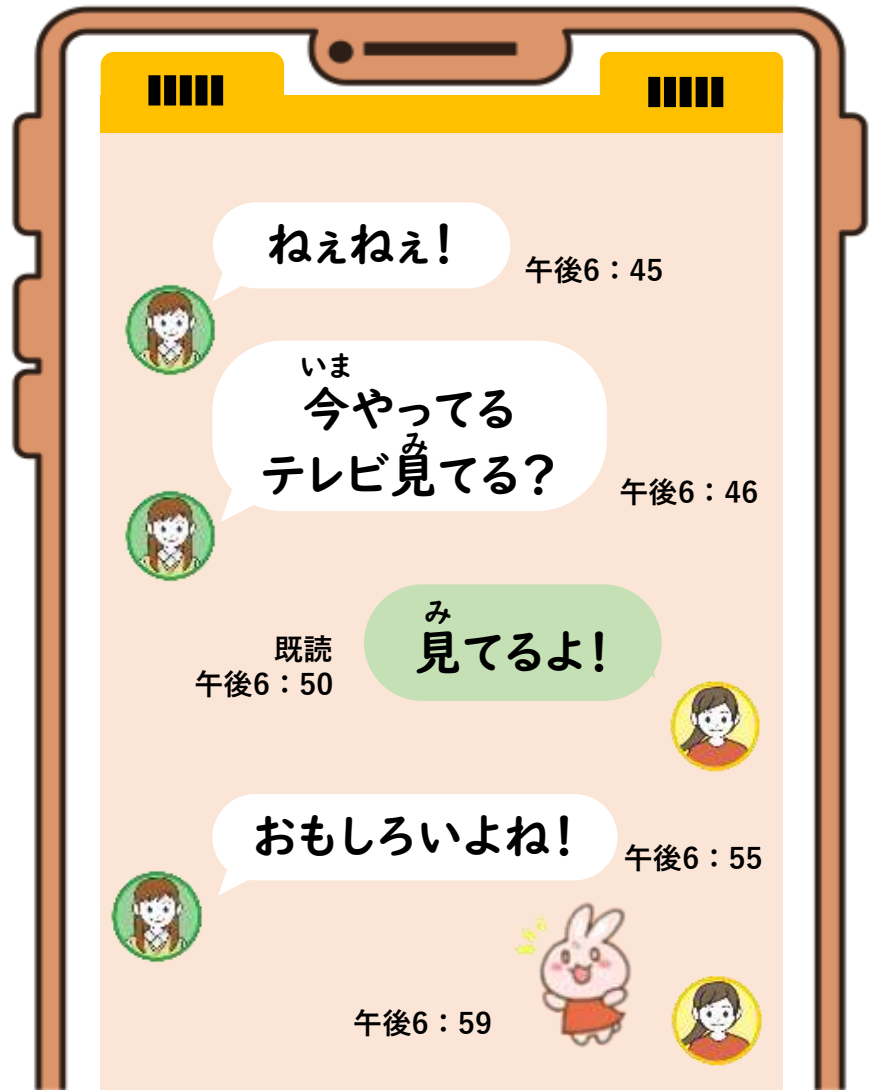
こま
困ったときには

せっきよくてき まわ おとな
積極的に周りの大人に

そうだん
相談をしましょう。

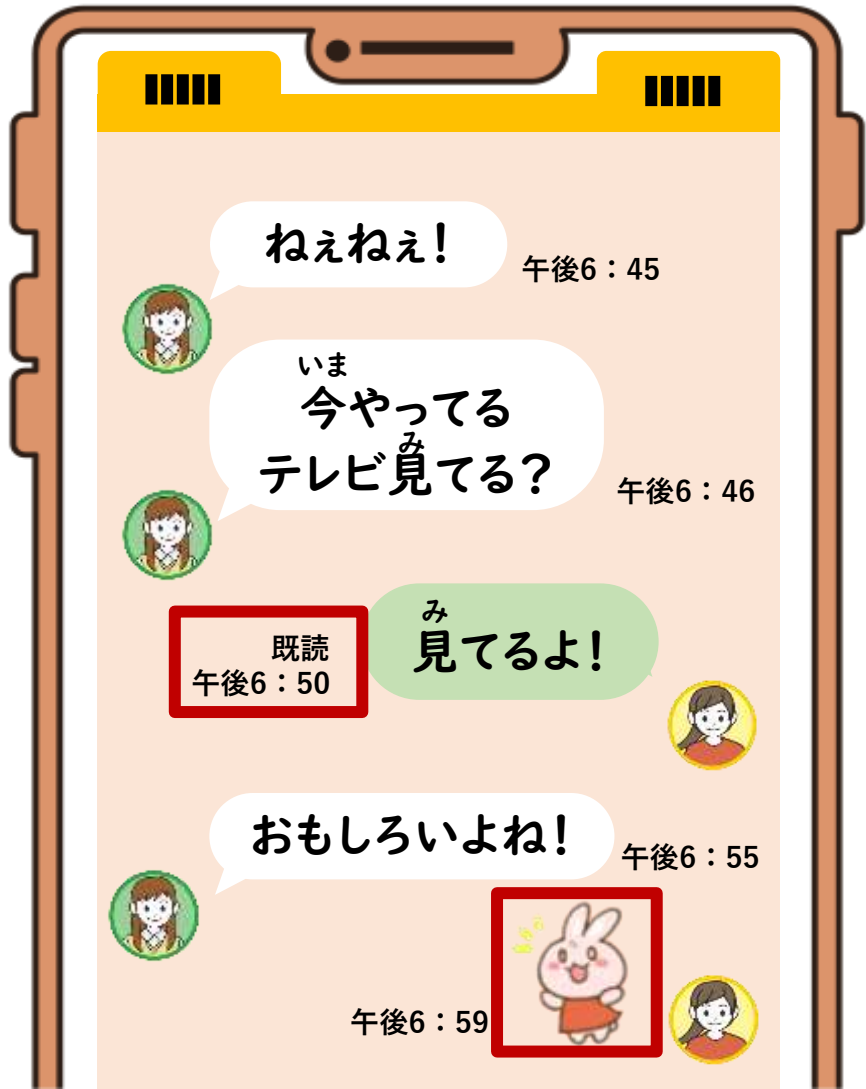
コミュニケーション編^{へん}

コミュニケーションアプリのとくちょう



コミュニケーションアプリでは
ともだちや^{ほごしゃ}保護者など^き決められた^{ひと}人と
メッセージや^{しゃしん}写真・^{どうが}動画の
やりとりができます。

コミュニケーションアプリのとくちょう



もし しゃしん ほうが
文字や写真・動画だけでなく
スタンプも送ることができます。

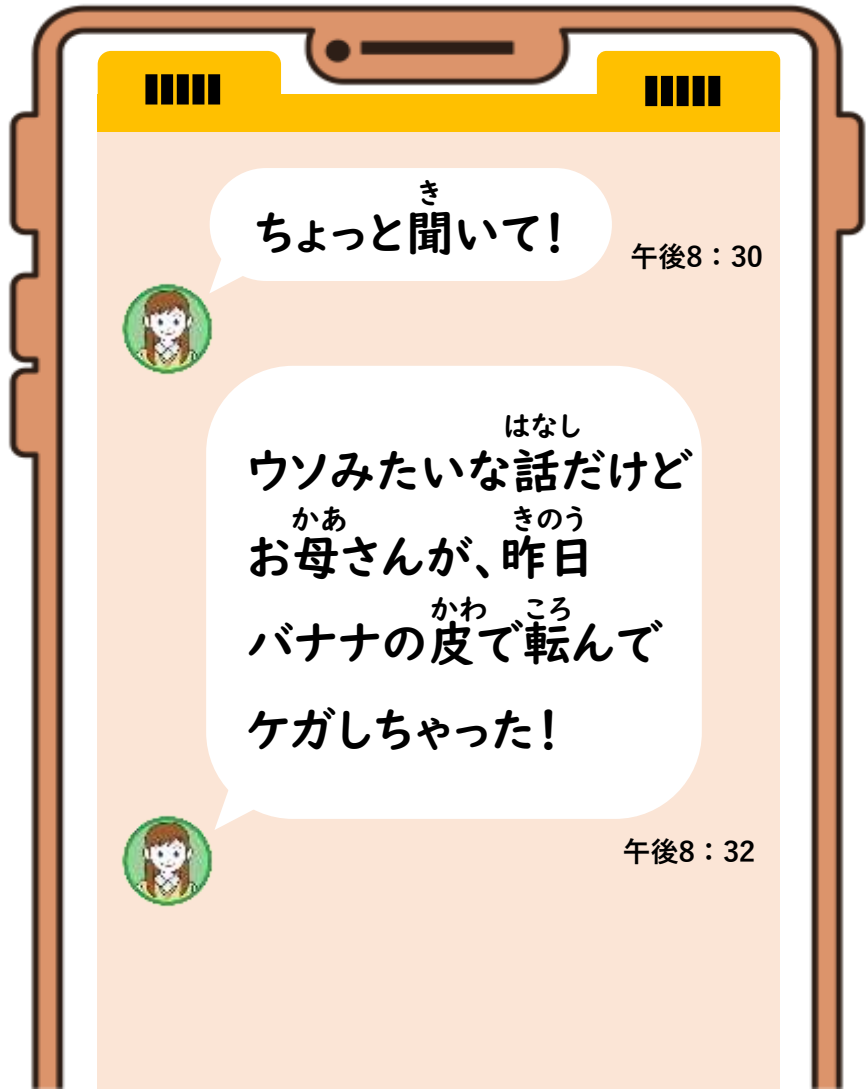
おく よこ
送ったメッセージの横に

じぶん おく じかん
自分が送った時間や

あいて よ
相手を読んだことがわかる

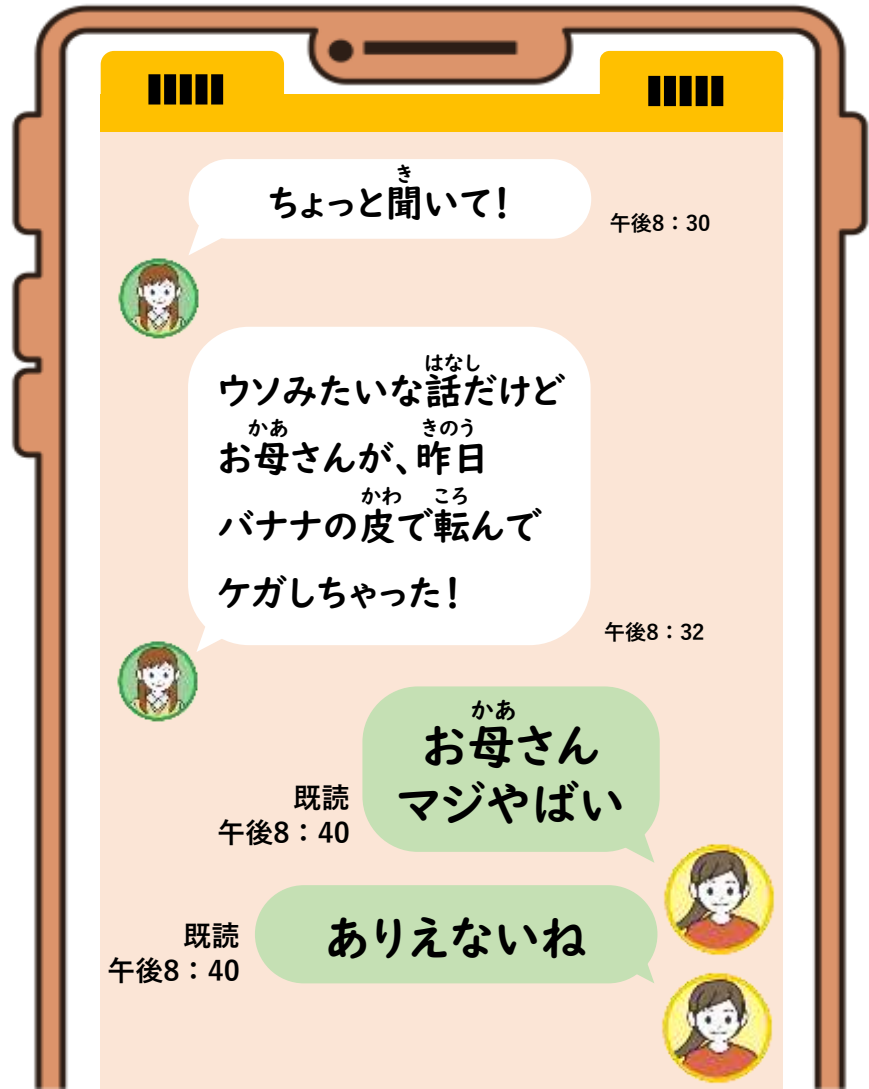
きどく きのう
「既読」という機能があります。

どうしてトラブルがお起きたのだろう？



- ① ともだちからあなたに
メッセージがとど届きました。

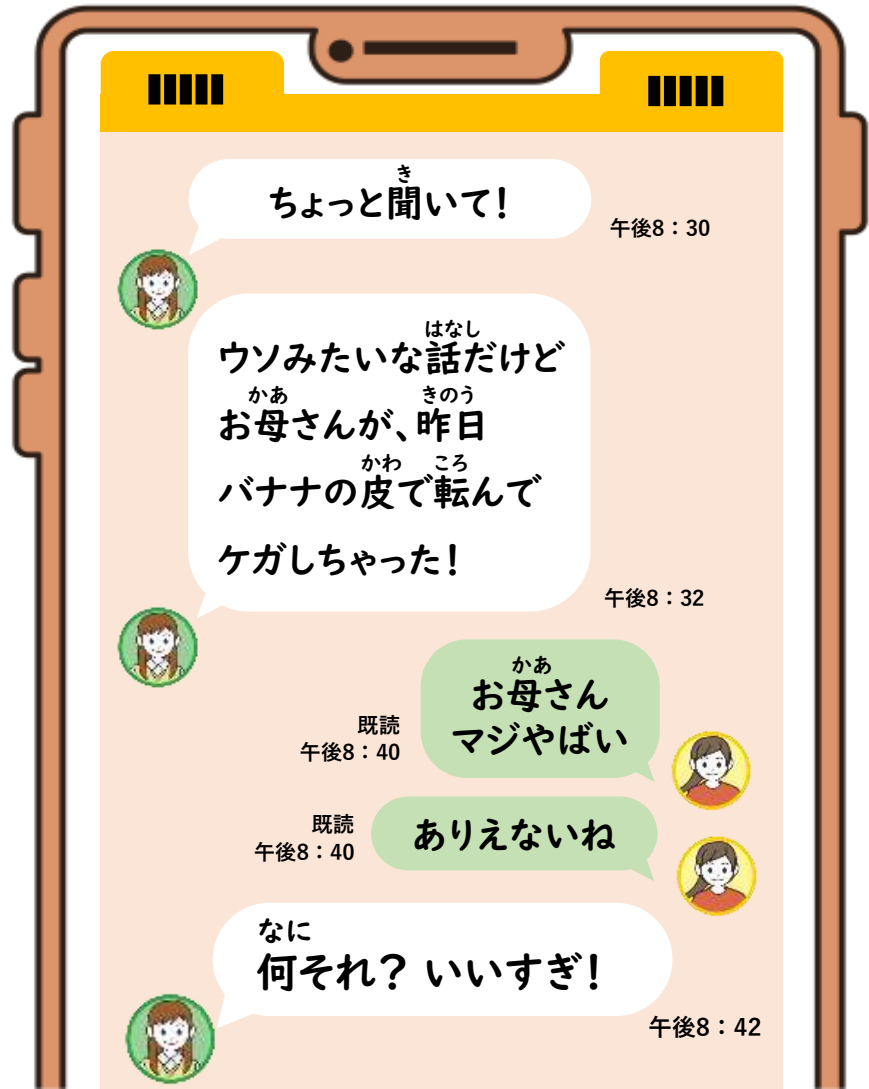
どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



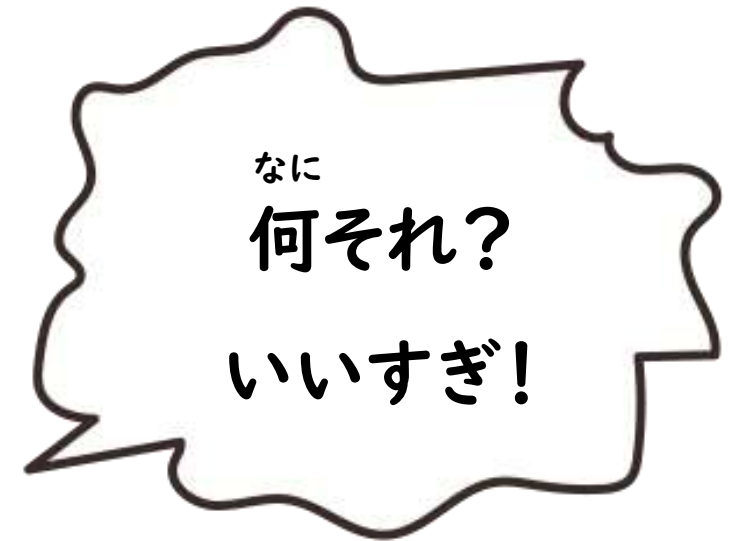
② そのともだちに
メッセージを^{かえ}返しました。



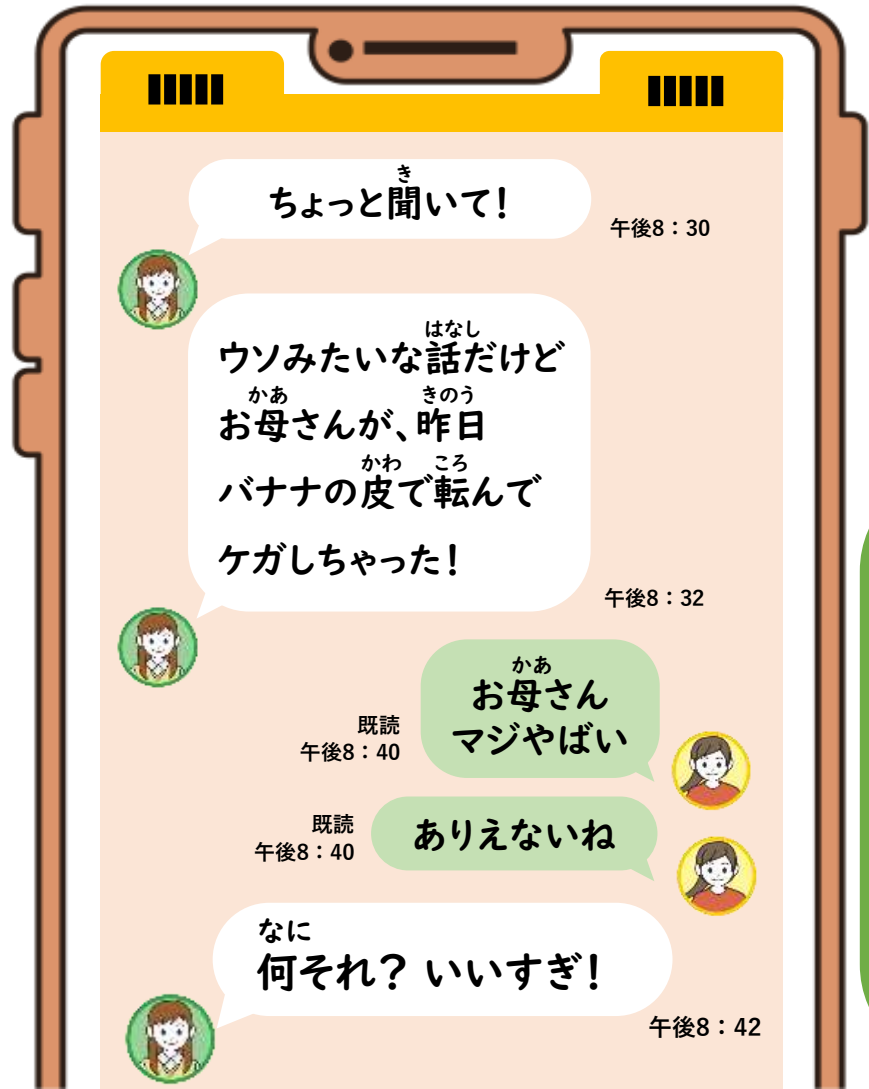
どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



③ さらに、そのともだちから
メッセージを届^{とど}きました。



どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



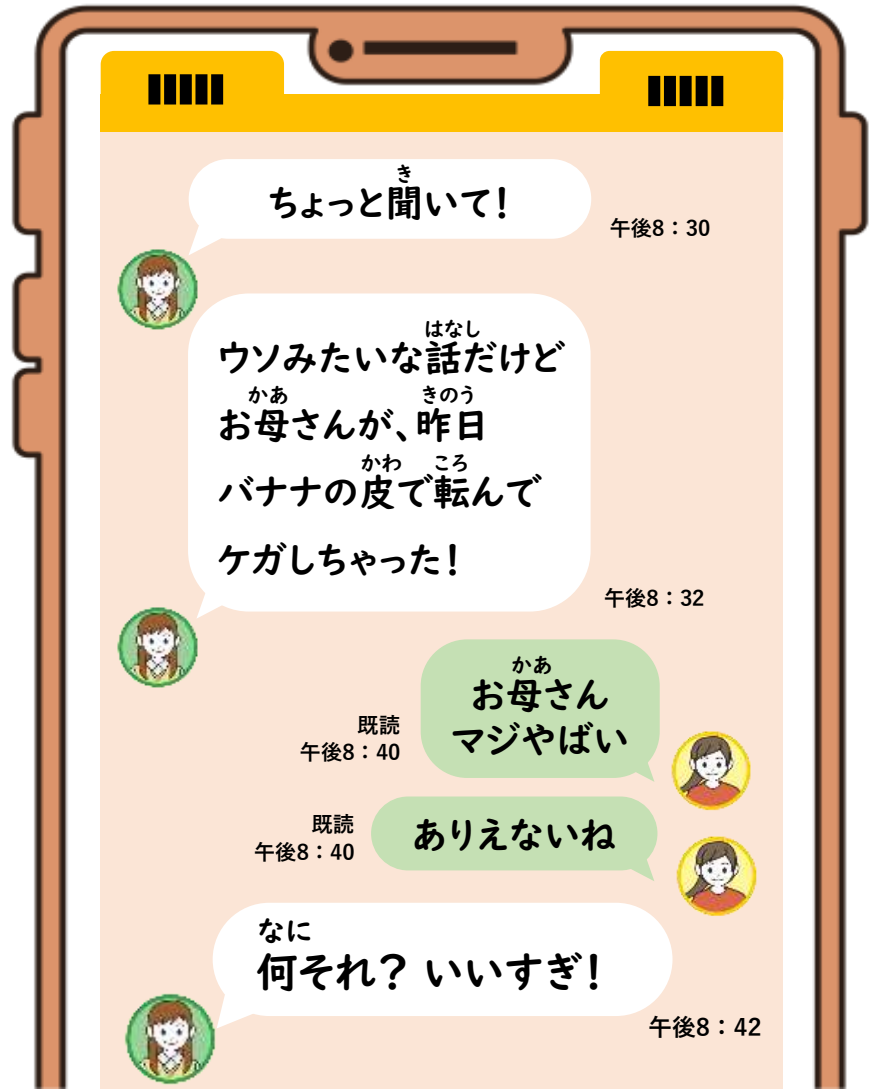
なぜ、ともだちは

^{おこ}怒っているの^おだろう？

^{かんが}・ひとりで^{かんが}考えてみましょう

^{まわ}・^{ひと}周りの^{はな}人と^あ話し合ってみましょう

どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



なぜ、ともだちは

怒^{おこ}っているの^おだろう？

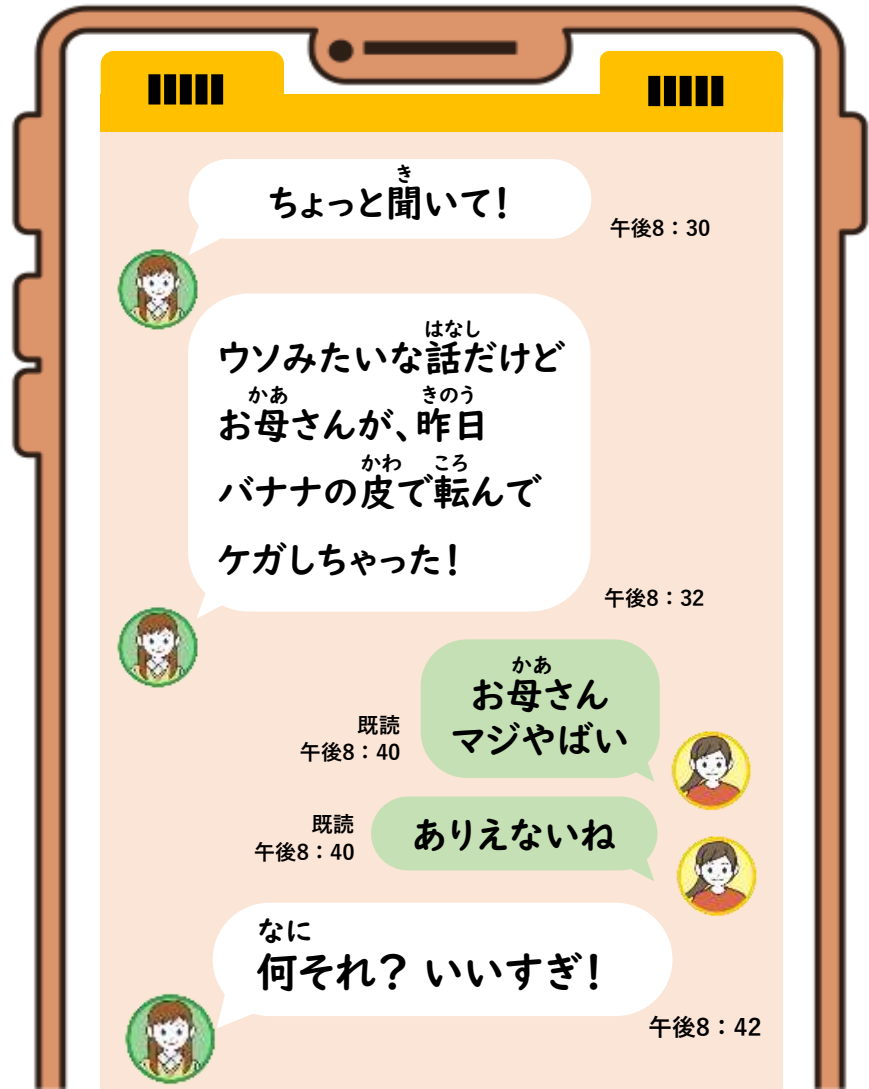
こたえ

「マジやばい」「ありえない」と

わるぐち

悪口^{おも}をいわれたと思^{おも}ったから

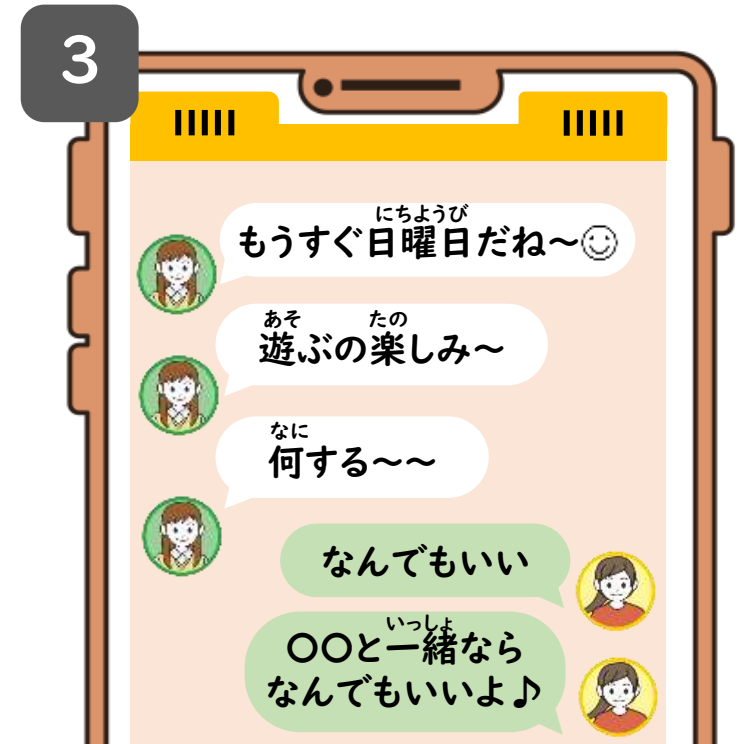
どうしてトラブルが起きたのだろう？



もし
文字だけのメッセージでは
きもち
気持ちがごかいされやすい



このメッセージで^{つた}伝わる？ ごかいされる？



き も つた
気持ちが伝わりやすい

き も
気持ちがごかいされやすい

このメッセージで^{つた}伝わる？ ごかいされる？

- 1～3のメッセージを

^{きも}気持ちが^{つた}伝わりやすい、ごかいされやすいの

どちらかにわけてみましょう

- ^{まわ}周りの^{ひと}人と^{はな}話し^あ合ってみましょう

このメッセージで^{つた}伝わる？ ごかいされる？



例

き も つた
気持ちが伝わりやすい

2

3

き も
気持ちがごかいされやすい

1

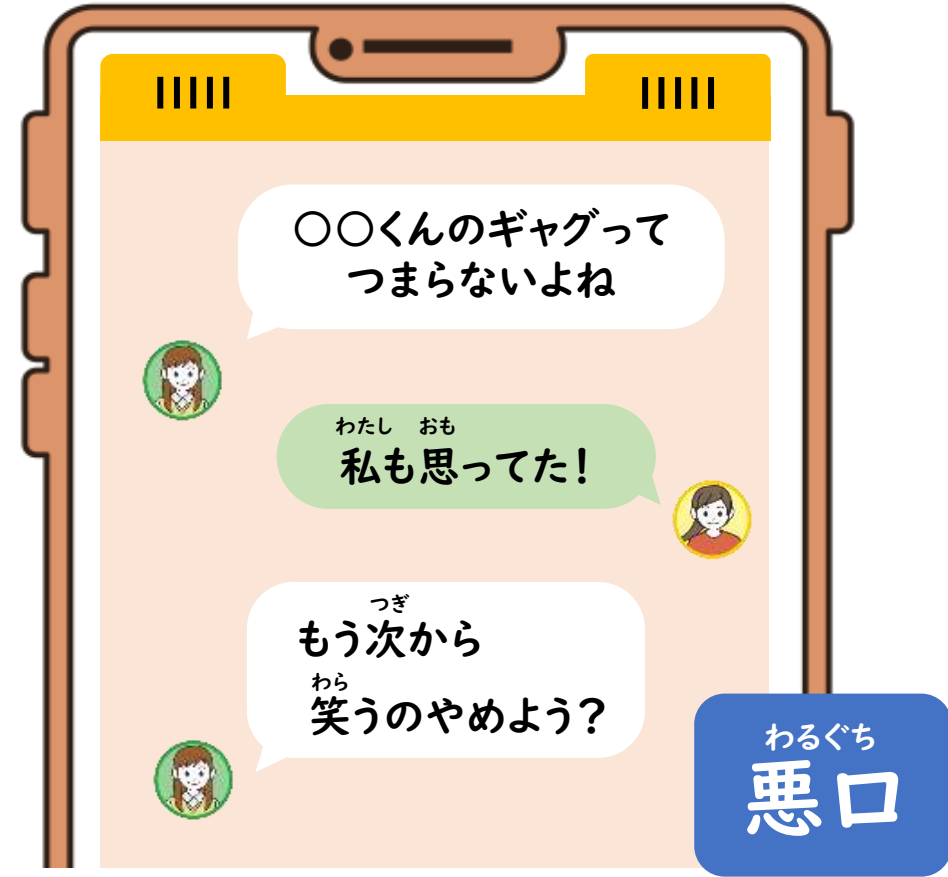
メッセージを送るときのおくポイント

きも つた くふう
気持ちが伝わるように工夫しよう!

- スタンプを使う
- 文章に「!」「♪」をつける
- 文章をていねいに書く



メッセージを送るときのおくポイント



ひと きず か
人が傷つくことは書かない

このメッセージで^{つた}伝わる？ ごかいされる？

もし、ともだちからメッセージの^{へんしん}返信が
こなくなつたときはどうすればよいでしょうか？



- ① ^{いちど おく}もう一度送る
- ② ^{べつ}別のともだちに^{そうだん}相談する
- ③ ^{せんせい ほごしゃ}先生や^{そうだん}保護者に相談する

このメッセージで^{つた}伝わる？ ごかいされる？

もし、ともだちからメッセージの^{へんしん}返信が
こなくなったときはどうすればよいでしょうか？



- ① ^{いちど おく}もう一度送る
- ② ^{べつ}別のともだちに^{そうだん}相談する
- ③ ^{せんせい ほごしゃ}先生や保護者に^{そうだん}相談する

へんしん もしも返信がなかったときは…?



こま
困ったときには

せっきよくてき まわ おとな
積極的に周りの大人に

そうだん
相談をしましょう。

で あ へん
出 会 い 編

どうしてトラブルがお起きたのだろう？

ネットのともだちと
オンラインゲームをして
たの楽しんでいきます。



どうしてトラブルがお起きたのだろう？



そのともだちが
ゲームグッズをむりよう無料で
くれるというので
あ会いに行きました。

どうしてトラブルがお起きたのだろう？

むりよう
無料でくれるといていたのに
きゅう かね はら
急に「お金を払ってほしい」と
はら
いわれ、払うことになって
しまいました。



どうしてトラブルが起きたの^おだろう？



どうしてトラブルがお起きたのだろう？

• ひとりでかんが考えてみましょう

• まわ周りの人ひととはな話しあ合ってみましょう

どうしてトラブルが起きたのだろう？



こたえ

- 気軽にネットのともだちと会ったから
- ネットのともだちを信じすぎたから

ネットでの^{であ}出会いの^{きけん}危険

ネットでの^{であ}出会いから
^{おお}多くの^おトラブルが起きています。



例

- ^{かね}だまされてお^{かね}金をとられた
- ^{いえ}家の^{ちか}近くでつきまとわれた

ネットでの^{であ}出会いの^{きけん}危険

ネットのともだちを^{しん}信じすぎてしまい

^{かる}軽い^{きも}気持ちで^あ会ったり、

^{こじん}個人情報^{じょうほう}を^{おし}教えてしまうと

さまざまなトラブルにつながってしまいます。

ネットでの^であ^あい^きの^{けん}危険

トラブルに^まま^こ巻き込まれないように
ネットのともだちが^{ひと}どんな人かを^{そうぞう}想像して
^{しん}信じすぎないようにすることが^{たいせつ}大切です。

ネットのともだちはどんな人だろう？^{ひと}



はなこ
花子さんには、メッセージのやりとりをしたことがある
「ドコ美^み」さんという
オンラインゲーム仲間^{なかま}がいます。

ネットのともだちはどんな人だろう？



「ドコ美」さんは
どんな人だと思えますか？



どうせ だい
同世代の
おんな こ
女の子



と しょうえ
年上の
おとこ ひと
男の人



と しょうえ
年上の
おんな ひと
女の人

ネットのともだちはどんな人だろう？^{ひと}



はなこ エスネヌエス
花子さんは、SNSで
おな
同じアニメ好きの
しょうわ
「昭和のアニおた」さんを
フォローしています。

ネットのともだちはどんな人だろう？^{ひと}



しょうわ
「昭和のアニおた」さんは
ひと おも
どんな人だと思いませんか？



どうせ だい
同世代の
おんな こ
女の子



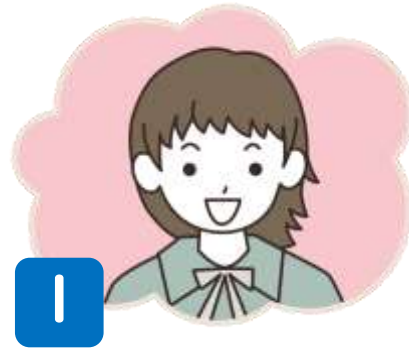
と しょうえ
年上の
おとこ ひと
男の人



と しょうえ
年上の
おんな ひと
女の人

ネットのともだちはどんな人だろう？

「^みドコ美」さんや「^{しょうわ}昭和のアニおた」さんは
^{ひと}どんな人だと思ひましたか？



1 どうせだい
同世代の
おんなこ
女の子



2 としうえ
年上の
おとこひと
男の人



3 としうえ
年上の
おんなひと
女の人

ネットのともだちはどんな人だろう？

「ドコ美」さんや「昭和のアニおた」さんは
どんな人だと思いましたか？

正解はわかりません。

ネットのともだちが想像する人と違うこともあります。

で^あ出^あ会^いいのトラブルを^ふ防^せぐために

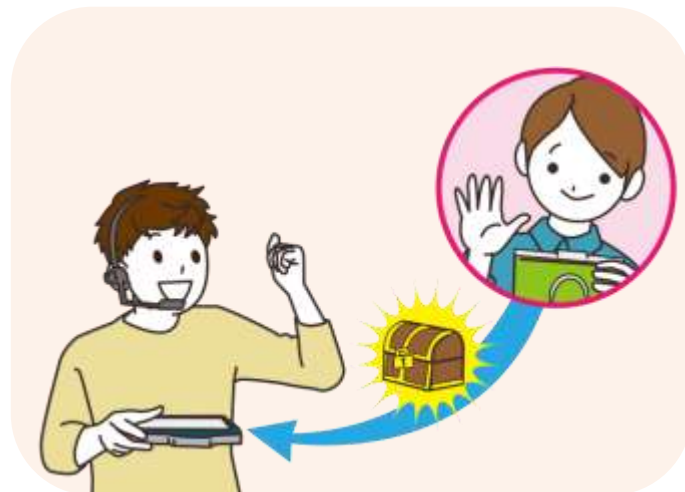
ネット^しで知^あり合^ひった人は
みなさんをだますために

ウソをついているかもしれません

こんなとき、どうする？



あなたは、ネットのともだちと
オンラインゲームをして楽しんでいます。
たの



そのともだちが強いアイテムを
くれるという話になり、受け取りました。
つよ
はなし
う



アイテムをくれたネットのともだちから
「^あ会^{いっしょ}って一緒にゲームしよう」と
さそわれたらどうしますか？



① ^あ会^{いっしょ}って一緒にゲームをする

② ^{がっこう}学校^{そうだん}のともだちに相談する

③ ^{ほごしゃ}保護者^{せんせい}や先生^{そうだん}に相談する

アイテムをくれたネットのともだちから
「^あ会^{いっしょ}って一緒にゲームしよう」と
さそわれたらどうしますか？



① ^あ会^{いっしょ}って一緒にゲームをする

② ^{がっこう}学校のともだちに^{そうだん}相談する

③ ^{ほごしゃ}保護者や^{せんせい}先生に^{そうだん}相談する

まとめ

- ① ① 自分じぶんのスマホの使つかい方かたをふり返かえり、
「使つかいすぎ」を防ふせぐための工くふう夫かんがを考かんがえましよう
- ② ② SNSエスエヌエスに個人情こじんじょうほう報かを書かかないようにしましよう
- ③ ③ メッセおくージを送おくるときは
気持きもちが伝つたわるよう工くふう夫かんがしましよう
- ④ ④ ウソをついでいるかもしれないので、
かんたんに信しんよう用しんようしないようにしましよう

さいご 最後に



こま
困ったときには

せっきよくてき まわ おとな
積極的に周りの大人に

そうだん
相談をしましょう。