

スマートフォン／携帯電話・インターネットの利用について ～ 保護者向けガイドライン ～

スマートフォン／携帯電話・インターネット（PC）は、色々なことが出来る非常に便利な道具です。一方、正しい使い方やルールを知らないまま利用を開始すると、思わぬトラブルにあうこともあります。そこで、お子さんがスマートフォン／携帯電話・インターネット利用する際のガイドラインを作成しました。お子さんの成長に合わせながら、ぜひ御活用ください。

◎保護者の方に守っていただきたい7つのお願い

①フィルタリング・セキュリティソフトの導入／設定

フィルタリングは、法律上義務化されています。必ず導入・設定するようにしましょう。（別紙3 [用語集] 参照）

②お子さんへ「お子さんが使用時に注意すること」の周知徹底

どんなことに注意をすればよいかお子さんと話し合ってみましょう。（別紙1 参照）

③御家庭でのルール作り

お子さんと話し合った上で、御家庭内でのルールを作ってみましょう！（別紙2 参照）

④機器やアプリの設定・管理は保護者がする。

- ・ID／パスワードの管理：お子さんに教えない、させない。
- ・アプリのインストール：信頼できるものに限る。
- ・OSを常に最新にアップデートする。
- ・利用金額の確認。
- ・ブラウザ／メール／SNS（LINE・Twitter など）の履歴確認。

⑤お子さんがルールを守らない時は利用を停止する。

強い意志をもって対応する。最初が肝心。

⑥困ったことがあれば、すぐ相談。

一人で悩まず、すぐに最寄りの機関へ相談しましょう！（別紙3 参照）

⑦お手本となるように行動する。

大人がルールを破っては、元も子もありません。お手本となるように行動しましょう！

以上に留意して、お子さんに利用させていただきますよう、お願い申し上げます。



スマホ／携帯・インターネット使用時に注意すること 別紙 1

※必ずお子さんと一緒になって考え、「なぜ」危ないのか、「どうして」ダメなのかの意味をしっかりと理解させましょう。

1. 一般的なルール・マナー

- ①実社会の人間関係を大切にします。
- ②何か困ったことがあったら、すぐに身近な大人（保護者・先生など）に相談する。
- ③スマホ／携帯を歩きながらや自転車に乗りながら使わない。
- ④使ってはいけない場所（病院、電車・バスの優先席付近、図書館、映画館等）では使わない。（電源を切る、マナーモード）
- ⑤使ってはいけない時に使わない。（人と話しているとき、食事中、入浴中、勉強中）

2. 通話について

- ①知らない人から電話がかかって来ても出ない、かけなおさない。
- ②自分の電話番号を人に教えるときは、おうちの人に相談してから教える。
- ③家族や友だちの電話番号を勝手に教えない。（必ず許可を取ってから教える）

3. メールについて


- ①知らない人からメールが届いたら開かずに削除する。（架空請求、勧誘、ウィルス）
- ②家族や友だちのメールアドレスを勝手に教えない。（必ず許可を取ってから教える）
- ③チェーンメールは転送しない。
- ④インターネット上で知り合った人に、個人情報、写真、動画を送らない。

4. インターネットについて

- ①インターネット上で知り合った人と勝手に会わない、やりとりしない。
- ②掲示板などに人の悪口や嫌がらせを書き込まない。
- ③掲示板などに個人情報を書き込まない。
- ④勝手に誰かの写真を撮らない。（プライバシー侵害）
- ⑤撮影禁止の場所・物を撮らない。（著作権侵害）
- ⑥写真・動画を勝手に友だちに送ったり、ネット（SNSやブログなど）に流さない。
（肖像権侵害：必ず許可を取ってから、誰かが再利用することも考える）
- ⑦他人のID・パスワードを利用しない。（不正アクセス禁止法）
- ⑧他人にID・パスワードを教えない、聞かない。
- ⑨インターネットで入手した情報は、正しいとは限らない。
- ⑩なりすまし、ネット詐欺に気をつける。
（ネット上で知り合った人と勝手に会わない、売買しない。）
- ⑪無料のダウンロード（音楽等）に気をつける。

5. いじめについて

- ①持っていない子への配慮。
- ②文字の読み取りによる行き違い。
- ③即返信、入力を期待しない。させない。
- ④友達の家には、我が家と別なルールがあります。



子どもの人権110番
0120-007-110
(8:30~17:15)
法務省

「知らなかった」、「冗談のつもりだった」は、通用しません！
データは、一生残ります。心の傷も一生残ります。
正しい使い方を理解し、相手を思いやりながら、便利に・楽しく
利用しましょう♪

インターネットについて

◎インターネットの6つの特徴

- ・公開性：世界中どこでも。
- ・信憑性：誰でも発言可能。信憑性を自分で判断する必要がある。
- ・記録性：コピーされ続ける。
- ・侵入可能性：不正アクセス，ウイルス感染による情報流出。
- ・追跡性：第三者に個人を特定されてしまう。
- ・公共性：インターネットはオフィシャルな場。プライベートな空間ではない。



○インターネットの主な使い方

検索，メール，ショッピング，
動画公開／視聴，音楽ダウンロード，
LINEなどのコミュニケーションアプリ，
SNS (Twitter や Instagram など)，ブログ，
ゲーム，遠隔操作，居場所・安否確認など。



☆インターネットの良いところ

知らなかったことを調べて，自分の考えや作品を
世界中の人に発信できます。
また，遠くにいる人とも簡単に連絡・情報交換が
できます。その他に，災害用伝言板や緊急地震
速報なども使えます。



★インターネットで気をつけるところ

- ・たくさんの知らない人にあなたの情報が見られてしまう。
- ・一度発信した情報は，世界中に広がって消すことができない。
- ・インターネットで知った情報が，本当とは限らない。
- ・有害サイトには近づかない。(ネットの向こう側には，必ず誰かがいます。)

◎有害サイトなどへのアクセスをブロックする「フィルタリング」の
導入・設定を必ず行いましょう！

◎パソコン・スマホを守ってくれる「セキュリティソフト（ウイルス対策
ソフト，ファイアウォールソフト等）」も導入しましょう！

◎使用方法や注意点など御家庭で話し合い，「御家庭でのルール作り」を
行いましょう！

御家庭でのルール作り

ルールを守って、
快適に使ってね♪

御家庭でルールを作り、目につく所に貼っておきましょう！

また、お子さんの成長に合わせてながら、ルールを決めましょう！

・利用目的

・時間について

時間帯： ____ 時 ~ ____ 時（遅くとも夜9時まで：七北田プラスワン運動より）

利用時間：1日 ____ 時間（1時間以内※）

（※学習意欲の科学研究に関するプロジェクト（仙台市教育委員会，東北大学）より）

・我が家で使って良い場所

・通話時間について 1回 ____ 分まで

・月額利用金額 _____ 円まで

・その他



- ・ルールを守れない場合は、使いません！
- ・分からないことや不安なことがあれば、すぐに相談します！
- ・乱暴に扱わず、大事に使います！

平成 ____ 年 ____ 月 ____ 日

氏名 _____

情報メディアは夜9時まで

七北田小学校・PTAの共同宣言「七北田プラスワン運動」では、ゲーム・TV・スマートフォン等の情報メディアの利用を夜9時までと呼びかけております。

幼少時の長時間利用は、脳への影響が懸念されており、夜更かしや依存症の原因にもなります。御家庭内でも夜9時以降の情報メディアの御利用は控えていただくよう、お子さんへの声がけをお願いいたします。

スマホや携帯の使用時間は1日1時間以内に

学習意欲の科学研究に関するプロジェクト（仙台市教育委員会、東北大学）では、「スマートフォンや携帯電話を長時間使用すると、いくら勉強していても成績が下がる。」との結果を発表しています。さらに、LINEやカカオトークなどの通信アプリの使用時間が長くなるほど、学校で習得した学習内容が定着せず、消えてなくなると考えられています。御家庭でもスマホや携帯の使用時間を1日1時間以内に控えていただくよう、お子さんへの声がけをお願いいたします。

子供に渡すときの約束について

皆さんは「スマホ18の約束」というのを御存じでしょうか？

数年前にアメリカで、ある母親が13歳の息子へスマホ（iPhone）を与える際に約束した有名な「18の約束」を御紹介します。もしどうやって渡したらいいのか悩んでいたなら参考にしてみてください。また、七小バージョンが作れたら良いですね！

※「スマホ18の約束」で検索してみてください。

アプリで情報モラルを学ぼう！

中高生を対象とした、情報モラルを楽しみながら学べるアプリを御存知ですか？

フィルタリングソフト会社やモバイルソーシャルゲーム会社などでは、情報モラルを学べるアプリを無償で提供しています。「ネット依存」「ネット犯罪」「ネットいじめ」など青少年がトラブルに遭いやすい事例をストーリー形式で学べたり、スマホにおける被害事例を疑似体験できます。こういったアプリを使ってみるのも、時には良いのかもしれない。

こんな工夫も... スマホのお布団

「どうしても夜遅くまでスマホを使っている」
こんな悩みをお持ちの方は、お子さんに「スマホのお布団」（スマホケース）をプレゼントしてみたいか？（「スマホのお布団」で検索）

岡山県のある高校で、「夜になったらスマホもおふとんへ」という呼びかけが広まりつつあるそうです。「自分が寝る時間だから、スマホにも寝てもらおう」ということらしいです。

この様にスマホに親しみを持って、寝不足や使い過ぎを解決できると良いですね。ただし、充電したままでの御使用は、発熱・発火の恐れがありますので、御注意を。

