



じょうほう きき じょうず かにてい みなお
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

●使う時間は、（ ）時（ ）分まで

-
-
-

★困ったことがあったときは家族に相談しましょう!

※このシートは、右の二次元コードから読み取り、入力することができます。
 シート（Googleドキュメント）を使うときはコピーして使ってください。



2022
 仙台版

家族で考えよう!!

じょう ほう きき
情報機器 との
 あ かた
つき合い方



保護者の
 方々

青少年健全育成条例から

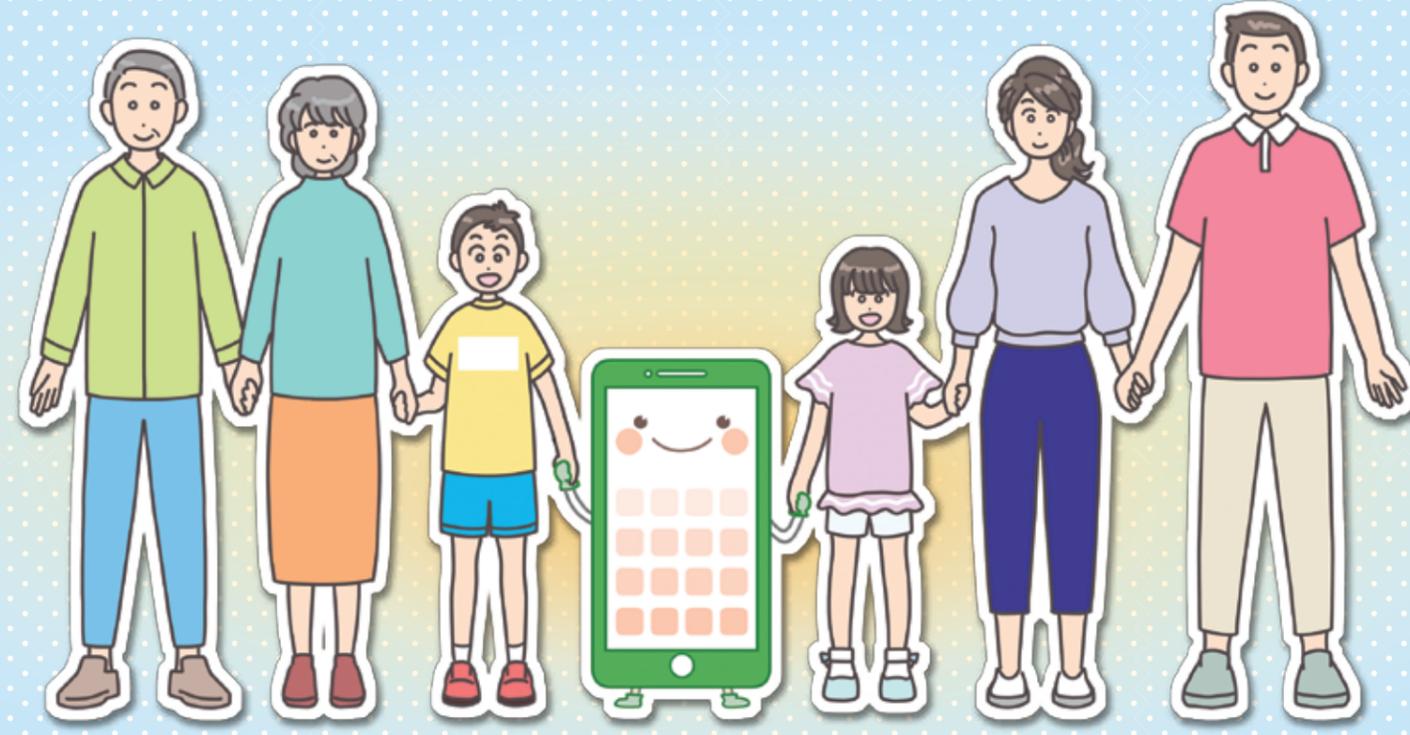
宮城県の青少年健全育成条例には、インターネットの安全な利用を推進するとともに、青少年を犯罪やトラブルから守るために、**保護者の責務・義務に関する規定**があります。

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



困ったときの相談窓口

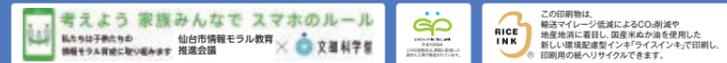
- 仙台市消費生活センター(不当請求など)
 ▶TEL 022-268-7867
 (平日9:00~16:30、土曜日9:00~16:00)
- 警察本部少年課 少年相談電話
 ▶TEL 022-222-4970(平日8:30~17:15)
- 24時間いじめ相談専門電話
 ▶TEL 0120-81-2455
- S-KET(仙台市いじめ等相談支援室)
 ▶TEL 0120-303-836 / 022-395-8893
 (月・水・木・土10:00~17:00、火・金12:00~19:00)
- ヤングテレホン相談(仙台市子供相談支援センター)
 ▶TEL 0120-783-017(携帯・PHS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※9
 ※9 <https://www.sendai-c.ed.jp/01home/01sougou/12moral/moral.html>

もっと詳しく知りたい方はこちら

文部科学省のサイト※10
 ※10 https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2016/06/07/1371802_3.pdf



発行：仙台市教育委員会
 作成：仙台市 GIGA スクール推進協議会 家庭の情報モラル推進部会

家族でルールを確認しましょう!

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。

大丈夫ですか!! あなたの情報機器とのつき合い方!!



インターネットやさまざまなアプリは、便利であり、楽しく利用するためのものですが、まちがった使い方により、だれかを苦しめたり悲しませたりしないようにしたいですね。インターネットには、世界中のいい人も悪い人もつながっています。正しいように見えますが、だれかの思いこみやその情報もあります。また、一度流れたあなたの情報は、ずっと残ることがあります。

文部科学省YouTube動画：保護者のための情報モラル教室「話し合っていますか？家庭のルール」

「自分も友だちも家族も、みんなが楽しい」ものになるよう、前向きなルールをつくるのが大切です。

ルール作りのための関連動画※1



※1 https://www.youtube.com/watch?v=udZQVT7UAys&list=PLGpGsGZ3lmbAOd2f-4u_M3GywDI&index=63

学校からパソコンを持ち帰って使うようになると、家庭で情報機器を見る機会は多くなります。さらにパソコンやスマートフォン等で動画やゲーム、さまざまなアプリの使用により、知らない間に身体への影響が起こる可能性が心配されます。あなたが、どのくらい情報機器とのつき合い方を理解しているか、またインターネットに依存した生活を送っているかチェックしてみましょう。

インターネット依存



インターネット依存度テスト※2

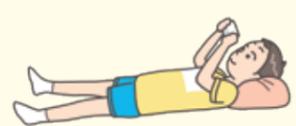


「インターネット依存」という、インターネットを使う時間や方法を自分で考えられずに使いすぎてしまう状態になると、学習や生活面だけでなく、体や心の健康面にも悪い影響が出ます。知らないうちにインターネット依存の状態になっていないか、チェックしてみましょう。また、チェックリストの項目に基づいて、普段の使い方を振り返ってみましょう。

参考：NHK「ネット依存症とは？問題点や健康への影響、原因と対策について」
https://www.nhk.or.jp/kenko/atc_367.html (2022,10.31参照)

※2 <https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/iat.html>
独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センターのページが開きます。

ゲーム障害



ゲーム依存度テスト※4



「ゲーム障害」という、ゲームで遊ぶ時間や回数を自分でコントロールできない状態になると、ゲーム優先の生活になり、ゲーム以外の楽しみやふだんの生活でやらなければいけないことができなくなるなど、悪い影響が出ます。今の自分の状態をチェックし、ゲームとのつき合い方を振り返りましょう。

参考：NHK「やめられない怖い依存症！ゲーム障害はひきこもりの原因にも 治療法について」
https://www.nhk.or.jp/kenko/atc_883.html (2022,10.31参照)

※4 <https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/games-test.html>
独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センターのページが開きます。

情報モラルについて調査した結果、仙台市の小学生や中学生が苦手な部分がありました。これらの内容について、あなたは理解して正しく活用できていますか？関連動画を見ると、「どうなるか」をイメージしながら学ぶことができます。

(1) 個人情報の取り扱いに関する内容 (以下の内容 小学生：正答率 30%)

- 知らない人に連絡先を教えるはいけません。
- 個人の情報は、他人にももらさないように注意が必要です。

※5 https://www.youtube.com/watch?v=WCx-RMKRT60&list=PLGpGsGZ3lmbAOd2f-4u_BCn13GywDI&index=31

関連動画※5



(2) ネットワークの公共性に関する内容 (以下の内容 小学生：正答率 43%)

- インターネットに友だちと一緒にとった写真やないしょ話をのせてはいけません。

※6 https://www.youtube.com/watch?v=kjU8vBfVH6o&list=PLGpGsGZ3lmbAOd2f-4u_Mx-n13GywDI&index=39

関連動画※6



(3) 著作物の利用に関する内容 (以下の内容 小学生：正答率 38%、中学生：正答率 31%)

- 情報にもそれぞれの権利があり、大切にしなければいけません。
- ルール、マナーに反する行為は行ってはいけません。
- 著作物などは「知的財産権」という権利を大切にしなければいけません。
- 法律に反する行為は行ってはいけません。

※7 https://www.youtube.com/watch?v=Al1w8w68vOc&list=PLGpGsGZ3lmbAOd2f-4u_Mx-n13GywDI&index=57

関連動画※7



(4) インターネットに写真をのせることに関する知識についての内容 (中学生：正答率 38%)

- インターネットにのせた写真がインターネット上に広まると、全てを回収することはできません。

※8 https://www.youtube.com/watch?v=NDGcNN1DrHk&list=PLGpGsGZ3lmbAOd2f-4u_MBCn13GywDI&index=17

関連動画※8



※関連動画は、すべて文部科学省：YouTube動画「保護者のための情報モラル教室 話し合っていますか？家庭のルール」のものを使用しています。