

～①のちを大切に育てる子を育て～

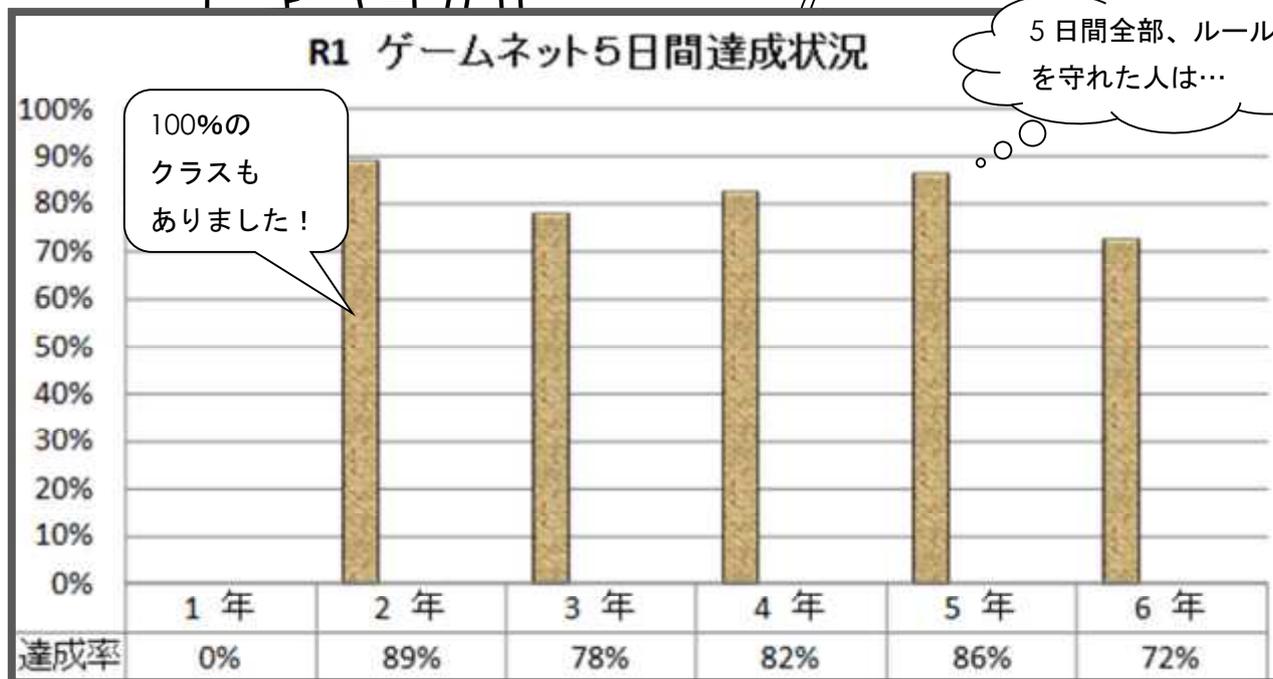
# せいとしどう

No

寺井小学校 生徒指導部

令和元年 6月

第1回ゲーム・ネットコントロール週間へのご協力ありがとうございました！！



5日間ゲームネットが1時間以内のルールを守った人は、全体で**79%**でした。  
ねる時間は、しっかり守れましたか？

～みんなのふりかえりから～

- どりよくしました。またがんばりたいです。(2の1)
- ゲームの時間や読書、心の汗ノートはしっかり取り組んでえらかったね！寝る時間も、自分から寝られるように気を付けようね！(2の1 保護者)
- ほぼできたけど、9時30分までに寝るのがちょっと寝れなかったから、次ある時は寝るようにして、学習時間もふやしていきたいです。がんばります。(5の3)
- お母さんが協力してくれてうれしかったです。これからも10時にねることを心がけたいです。(5の3)
- このまま継続して早寝できるようにがんばろうね。(5の3 保護者)



早く寝ることも意識して、がんばりましたね！

毎月のほけんだよりもあるように、

『すいみん』は頭にも心にも体にもとってもだいじです！



### 「寺井地区のネット・ゲームのルール」

- ① ゲーム・ネットはへいじつ1じかんまで
- ② ゲーム・ネットはよる9じまで
- ③ じぶんひとがきずつくかきこみはしない
- ④ しらないひととつながらない
- ⑤ おやこでルールをきめる

このルールの①が守れている人が79%ということです。去年より下がってしまいました。

寺井小学校のみんなで、ルールを守れるようにしていきたいですね。

### ルールを守らないとどうなるのでしょうか？

### ゲーム障害・ゲーム依存症 って知ってる？

ネットやゲームの使用を自分ではコントロールできなくなり、生活に支障が出ること  
(やめようとおもってもやめられない)

ではネット・ゲームって何のことを指すのでしょうか？



ネットにつながる機器とは・・・

3DSなどのゲーム機 スイッチ・Wii・プレイステーションなどのゲーム機 iPad、スマホ など

上の機器を使って楽しむ、

ゲーム You tube 動画 オンラインゲーム LINE などが ネット・ゲームにあたります。

### みなさんは、ネット・ゲームが平日1時間以内を守れていますか。



子どもたちをどう守るか (北國新聞 社説 2019年6月8日)

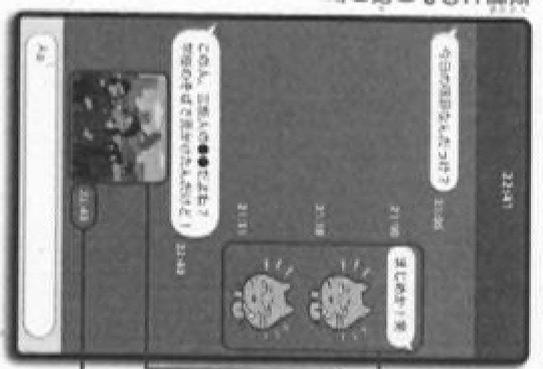
オンラインゲームやテレビゲームのやりすぎで、日常生活や健康に影響が及び、気付けば学校や仕事を休みがちになっていた。こんなふうに、生活に支障が出るほどゲームに没頭してしまう「ゲーム障害」について、世界保健機関(WHO)が先ごろ、新たな依存症に認定した。

ゲーム障害の特徴的な症状は、「ゲームをする時間や頻度を自分で制御できず、ゲームを優先させる程度が甚だしいこと」とされる。そして、「ほかの関心や日常的な活動よりゲームが優先で、悪影響が生じていてもゲームを続ける」状態を言う。

ゲームはアルコールやギャンブルなどと違って、幼少期から接する機会があるだけに、各家庭や地域、学校単位でゲーム依存症にさせない環境づくりが欠かせない。

**学校・家庭・地域で協力して子どもたちを守っていきましょう！！**

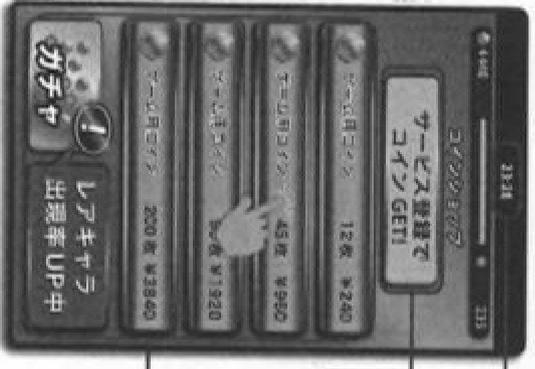
# 1 相手の気持ちを考えて、コミュニケーションを取ろう



- ① 相手を傷つけていないかな？  
自分はずけているつもりでも、友達は様々な気持になっっているかもしれないよ。言葉やスタンプの使い方には気を付けよう。
- ② 無断で撮影することはやめよう！  
勝手に他の人を撮影したり、その写真を公衆したりすると、人の権利を侵害することになるよ。
- ③ 夜遅くに連絡していいのかな？  
夜遅い時間にメッセージを送ると、寝ている人を起こしてしまうこともあるよ。何時までなら連絡していいのかな？ 考えてみよう。

友達とのやり取りで

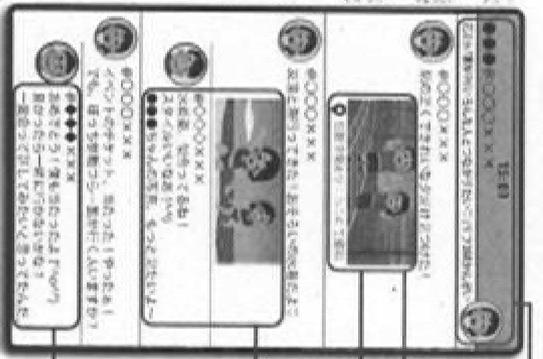
# 3 スマホやネットに夢中になりすぎないようにしよう



- ① 長い時間、遊びすぎているかな？  
友達くまでゲームで遊び続けていると、睡眠不足になって、体調不良の原因になることも。生活が乱れないように気を付けよう。
- ② 登録してもいいのかな？  
アイテムやコインを無料で手に入れるために、住所・電話番号・メールアドレスなどの個人情報を気軽に登録すると、悪用されることもあるよ。
- ③ 購入しすぎているかな？  
1日だけアイテムやコインを買うつもりが、いつの間にかやめられなくなつて、高額になってしまふこともあるよ。

ゲームに夢中になりすぎて

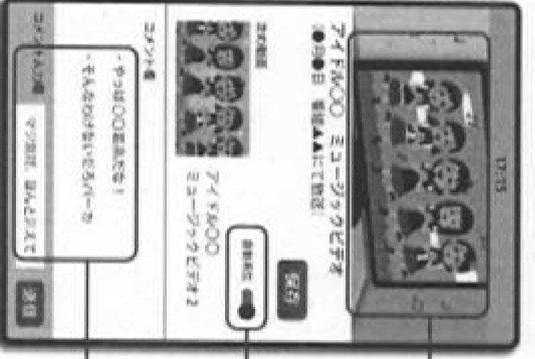
# 2 個人情報(写真を含む)は、ネットに載せないようにしよう



- ① 自分が誰だか分かってしまうかも。  
顔写真・学校名・名前などを組み合わせたら、知らない人にも自分が誰だか分かることがあるよ。写真の背景や、埋め込まれているGPS情報から、住所が特定されることもあるよ。
- ② 迷惑をかけることはやめよう！  
軽い気持ちでやったことでも、写真を投稿すると、ネット上で広まって大きな問題になることもあるよ。
- ③ 悪用される可能性があるかも。  
怪しい写真や、他の人に悪用されて、ネットで広まってしまうこともあるよ。  
※ 写真や顔の情報を悪用すると、悪用されてネットでは悪用したり、悪用されたり禁止などの罰に科せられることがあるよ。
- ④ 信用してもいいのかな？  
ネットで知り合った人は、知らない人と一緒だよ。信用しすぎて会いに行くと、生命、身体に被害を及ぼす事件の被害者になる可能性があるよ。

自分の情報を公開してたら

# 4 他の人を傷つけたり、権利を侵害したりしないようにしよう



- ① 見てもいい動画かな？  
テレビ番組を録画して、その動画を勝手にネットに公衆することは、著作権という権利を侵害することになるよ。それを知っているのに、動画をダウンロードして見ることも違法だよ。
- ② スマホがやめられなくなっているかも。  
いつまでも動画を撮影が止まらなくて、筒りが見えなくなっていることはないかな。使えなくなってしまうように、けじめをつけよう。
- ③ 悪口はやめよう！  
誰かを傷つける書き込みはしないようにしましょう。自分の名前を載げなくても、誰か書いたか特定されることもあるよ。

好きな動画を観ていたら



## スマホやネットを、上手に活用しよう

### ① いろいろな活用ができるよ!

サービスや機能を上手に使うことで、楽しく効率よく勉強などができるかも。上手な使い方を考えてみよう。



### ② 周りの人のことを考えて活用しよう!

ながらスマホは、**普通れや車内運転に注意、周りの人の迷惑になるよ。** 家族と相談しながらルールを考えてみよう。



### 保護者の皆様へ

スマートフォンなどのインターネット接続機器は、今の生活する上で非常に便利なツールとなっており、次代を担う児童生徒は、インターネットの特性を理解するとともに、どのような機器を上手に活用する必要があるかを学ばれています。文部科学省では、お子様のインターネット利用時や、スマートフォンを持たせる際には、携帯電話会社などの取扱要領（モバイルリソサード）の取扱いをお読みいただき、スマートフォンは、お子様にとって不適切な場所（遊園地・風見鶏道などのアトラクション施設、インターネットカフェなど）での利用を控えるようご指導をお願いします。また、スマートフォンが故障した際には、「なぜかスマートフォンが動かない」といふお悩みもよく聞かれます。その場合はお子様と一緒に話し合うことで、お子様の所持品利用の向上にも繋がります。

より一層詳しくは、トランプの取扱いについて「子どもと保護者」のページをご覧ください。自ら考え安全に活用し、安心して利用できるように、保護者の方から適切な指導を受ける機会を設けていただくことも、お子様の安全を第一に、保護者でスマートフォンやインターネットなどの取扱いを話し合ってくださいたいと思います。

### もじトランプに参り込まれたらー相談窓口

- いじめ問題などの相談窓口 | 児童生徒/保護者対応  
文部科学省 24時間子どもSOSダイヤル **0120-0-78310** (受付時間: 24時間)
- インターネット上の誹謗、扇動、誹謗などの相談窓口  
インターネット上の誹謗・扇動相談センター  
子どもの人権 SOSセンター <http://www.ginken.go.jp>  
フリーダイヤル **0120-007-110** (受付時間: 9時～17時)
- 子どもの人権 SOSセンター [https://www.ginken.go.jp/soudan/PC\\_CH/0101.html](https://www.ginken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html)
- 生活の安全や不安に関する相談窓口 | 児童生徒/保護者対応  
最終の安全や不安に関する相談窓口 **#9110**  
都道府県警察の少年相談窓口 <http://www.apa.go.jp/bureau/safetylife/syomen/soudan.html>  
青少年相談センター <http://www.childline.or.jp>  
フリーダイヤル **0120-99-7777** (受付時間: 午前9時～午後9時)
- 買い物などのお金についてのトラブル | 消費者庁 消費者ホットライン **188**  
独立行政法人生活支援センター 全国の消費生活センター等 <http://www.kokusen.go.jp/map/index.html>

## スマホ時代のキミたちへ

### スマホやネットばかりになっていない?

問題はいくつ気付けるかな? 気付いたところに、○を付けてみよう



**1 友達とのやり取り**

**2 自分の情報を公開している**

**3 ゲームに夢中になりすぎて**

**4 好きな歌を聴いている**

先生と家の人とやってみよう

