

保護者
向け

親子でチェック 安心・安全インターネット

小1・小2用

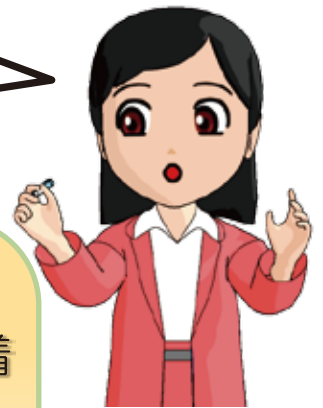
～ネットトラブルに遭わないために～

【問題】

インターネットに接続できる機器は
どれでしょうか？



実は、すべて インターネットに
つながります！



お子様に、こんな様子はありませんか？

- ゲーム機やスマートフォンが手元にないと落ち着かない
- 家族との会話が減った
- ゲームやインターネットをやめるように注意すると、イライラしたり反抗したりするようになった
- 急に登校を渋るようになった



栃木県教育委員会

VERY
GOOD
LOCAL
とちぎ

大丈夫!?

こんな問題が起こっています!

依存傾向



児童Aは、夏休みに入ると、夜中までタブレットで動画を見たり、ゲームを続けたりするようになった。学校が始まってからも止められず、生活習慣が乱れ、学校に遅刻したり、休んだりするようになった。

高額請求



児童Bは、親のスマートフォンでゲームをし、アイテム等を無断で何回も購入した。このスマートフォンにはパスワードを記憶させていたためBが無断で購入でき、後日、高額請求書が届いた。

ネットいじめ



児童Cは、携帯ゲーム機で同じクラスの児童Dの顔をキャラクター化し、インターネットの掲示板に載せた。それに対し、クラスの複数の児童がDをからかうようなコメントを載せた。

不適切な情報に触れる



児童Eは、スマートフォンで再生した動画の中で、とても怖い映像を見てしまった。それ以降、寝つきが悪くなったり、ちょっとした音にも驚いたりするようになった。

健康面の影響

VDT症候群の症状、出ていませんか？

ICT端末を使うことによる健康障害

- ・長時間続けることによる健康障害
 - ・VDT（Visual Display Terminal）症候群
 - ・睡眠、運動等生活時間が不足することによる健康障害
 - ・ネット依存症
- ・コンテンツ（内容）による健康障害
 - ・ゲーム依存
 - ・行動、メンタルヘルスへの影響
- ・情報伝達手段としての健康影響
 - ・コミュニケーション能力への影響
 - ・社会性の発達への影響



VDT（Visual Display Terminal）症候群

コンピュータのディスプレイなどの画面表示端末を使用した作業を長時間続けることにより、下記のような、眼や体、心に様々な症状をきたす病気のこと。

主な症状

- ・眼の症状…眼精疲労、視力低下、ドライアイなど
- ・体の症状…肩のこり、首から肩、腕の痛み、頭痛など
- ・心の症状…イライラ感、不安感、抑うつ症状など



VDT症候群は小児でも診断されます！

文部科学省「デジタル教科書」の位置付けに関する検討会議（第4回）資料（平成27年9月）

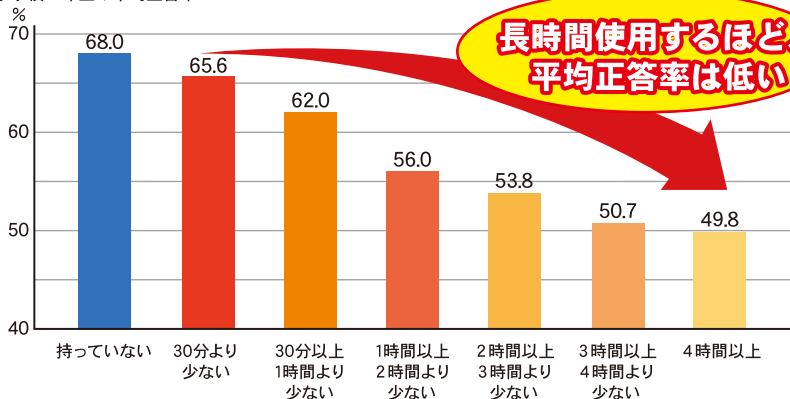
学習面の影響

急に成績が下がっていませんか？

平日の1日当たりどれくらい携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをしますか？

平成28年度とちぎっ子学習状況調査より

小学校4年生の平均正答率



長時間使用するほど、平均正答率は低い

携帯電話・スマートフォンの使用は、家庭でのルールが大切！

携帯電話・スマートフォンを持っていない本県の児童の割合は、小学校4年生で57.1%、5年生で55.5%です。

長時間の使用は家庭学習の妨げになります。生活のリズムを整える為にも、家庭でのルールを徹底しましょう。

～お子様が、インターネットとうまくつきあえるようになるために～ 保護者の皆さんができること

適切な管理

インターネット接続機器を
しっかり管理しましょう！



- フィルタリングサービスを利用している
- ペアレンタルコントロールを設定している
- 保護者のクレジットカード番号を子どもに教えない
- 推測できないパスワードになっている
- 定期的に保護者が通信内容を確認している
- 食事中に使用しないなどのマナーを守らせている
- 困ったときは大人に相談するよう指導している

**保護者が自ら見本となり、
子どもに正しい使い方を示しましょう**

日々の見守り

お子様の様子を見守りましょう！

- インターネットの利用時間が長くなっている
- 設定したペアレンタルコントロールやフィルタリングが解除されている
- 何かをしながらインターネットを利用している
- 注意してもインターネットを続けてしまう
- インターネットを利用しないと落ち着かない
- 家族の前でインターネットを利用しなくなる
- 笑顔がなく元気がない
- 特定の相手から不自然に呼び出される
- メールやメッセージの着信におびえる

**子どもとのコミュニケーションを
大切にしましょう**

お子様と一緒にルールを作りましょう！

- 時間を決めましょう
- 利用する場所を決めましょう
- 利用する目的を決めましょう
- 許可なくアプリを追加させないようにしましょう
- 課金をどうするか決めましょう
- ルールが守れないときの約束を決めましょう

- (例)
- ・1日〇時間までにする
 - ・〇時以降はスマートフォンの電源を切る
 - ・食事中は使用しない
 - ・週に1度、保護者が通信内容を確認する

困ったときの相談窓口はこちら

【ネットいじめ】

- 各教育事務所 いじめ不登校等対策チーム
 - ・河内教育事務所 028-626-3184
 - ・芳賀教育事務所 0285-82-5274
 - ・塩谷南那須教育事務所 0287-43-0609
 - ・安足教育事務所 0283-23-5479
 - ・上都賀教育事務所 0289-62-0162
 - ・下都賀教育事務所 0282-23-3782
 - ・那須教育事務所 0287-23-2194
- ホットほっと電話相談 028-665-7867
- 栃木県総合教育センター 教育相談部 028-665-7210・7211
- 24時間子供SOSダイヤル(文部科学省) 0120-0-78310(なやみいおう)
- みんなの人権110番 0570-003-110

【高額請求】

- 栃木県消費生活センター 028-625-2227

【ネット依存】

- 栃木県精神保健福祉センター 028-673-8785

【犯罪等による被害の未然防止】

- 栃木県警県民相談室 028-627-9110



保護者
向け

親子でチェック 安心・安全インターネット

小6・中3用

～ネットトラブルに遭わないために～

【問題】

インターネットに接続できる機器は
どれでしょうか？



実は、すべて インターネットに
つながります！

お子様に、こんな様子はありませんか？

- ゲーム機やスマートフォンが手元にないと落ち着かない
- 家族との会話が減った
- ゲームやインターネットをやめるように注意すると、イライラしたり怒ったりする
- 急に登校を渋るようになった



栃木県教育委員会

VERY
GOOD
LOCAL
とちぎ

大丈夫!?

こんな問題が起こっています!

ゲームやネット依存



生徒Aは、スマートフォンを買ってもらって以降、ゲームアプリや動画投稿アプリをインストールし、長時間使用していた。保護者が注意しても、Aはまったく聞かず、依存症が心配となる状況となった。

やりとりのトラブル



生徒Bは、Twitterに「同じ高校には行きたくない人がいるの」と書き込んだ。それを見た生徒Cは、自分のことを言われていると思い、元気がない日が続いた。

ネットいじめ



複数の生徒が、生徒Dに内緒でLINEにグループを作り、Dの悪口をやり取りしていた。自分が仲間外れにされていることを知ったDは、学校に行けなくなった。

不適切な情報発信

- 実名等の個人情報の書き込み
- 友人に無断で写真、動画を投稿
- わいせつ画像の送信、投稿 等

生徒Eは、自分の裸の画像を生徒Fに送り、その見返りとして、Fの裸の画像をEに送るようしつこく要求した。

ネット上の画像などは完全に消去することは不可能です!

誘い出し・つきまとい



生徒Gは、LINEを通じて知り合った成人男性から誘い出され、行方が分からなくなった。家族が警察に通報し、Gは無事保護された。

他にも

- 高額請求
- 脅迫
- 誹謗中傷
- なりすまし、詐欺
- チェーンメール

などの、ネットトラブルが発生しています。



健康面の影響

VDT症候群の症状、出ていませんか？

ICT端末を使うことによる健康障害

- ・長時間続けることによる健康障害
 - ・VDT（Visual Display Terminal）症候群
 - ・睡眠、運動等生活時間が不足することによる健康障害
 - ・ネット依存症
- ・コンテンツ（内容）による健康障害
 - ・ゲーム依存
 - ・行動、メンタルヘルスへの影響
- ・情報伝達手段としての健康影響
 - ・コミュニケーション能力への影響
 - ・社会性の発達への影響



VDT（Visual Display Terminal）症候群

コンピュータのディスプレイなどの画面表示端末を使用した作業を長時間続けることにより、下記のような、眼や体、心に様々な症状をきたす病気のこと。

主な症状

- ・眼の症状…眼精疲労、視力低下、ドライアイなど
- ・体の症状…肩のこり、首から肩、腕の痛み、頭痛など
- ・心の症状…イライラ感、不安感、抑うつ症状など



VDT症候群は小児でも診断されます！

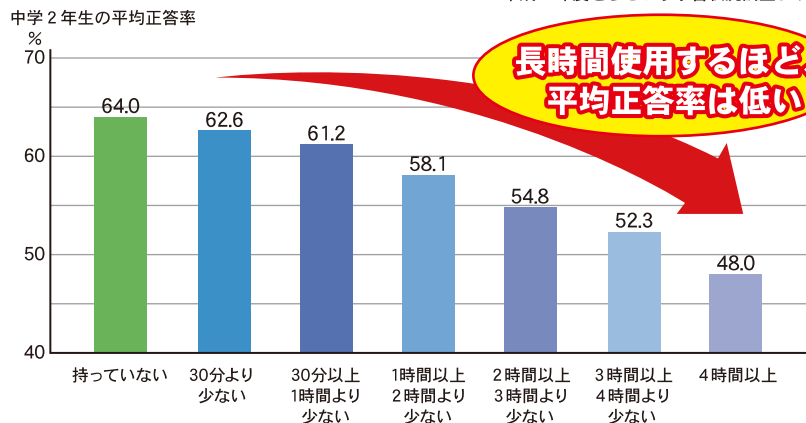
文部科学省「デジタル教科書」の位置付けに関する検討会議（第4回）資料（平成27年9月）

学習面の影響

急に成績が下がっていませんか？

平日の1日当たりどれくらい携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをしますか？

平成28年度とちぎっ子学習状況調査より



携帯電話・スマートフォンの使用は、家庭でのルールが大切！

携帯電話・スマートフォンを持っていない本県の生徒の割合は、中学校2年生で35.9%です。

長時間の使用は家庭学習の妨げになります。生活のリズムを整える為にも、家庭でのルールを徹底しましょう。

～お子様が、インターネットとうまくつきあえるようになるために～ 保護者の皆さんができること

適切な管理

インターネット接続機器を しっかり管理しましょう！



- フィルタリングサービスを利用している
- ペアレンタルコントロールを設定している
- 保護者のクレジットカード番号を子どもに教えない
- 予測できないパスワードになっている
- 定期的に保護者が通信内容を確認している
- 食事中に使用しないなどのマナーを守らせている
- 困ったときは大人に相談するよう指導している

**保護者が自ら見本となり、
子どもに正しい使い方を示しましょう**

日々の見守り

お子様の様子を見守りましょう！

- インターネットの利用時間が長くなっている
- 設定したペアレンタルコントロールやフィルタリングが解除されている
- 何かをしながらインターネットを利用している
- 注意してもインターネットを続けてしまう
- インターネットを利用しないと落ち着かない
- 家族の前でインターネットを利用しなくなる
- 笑顔がなく元気がない
- 特定の相手から不自然に呼び出される
- メールやメッセージの着信におびえる

**子どもとのコミュニケーションを
大切にしましょう**

お子様と一緒にルールを作りましょう！

- 時間を決めましょう
- 利用する場所を決めましょう
- 利用する目的を決めましょう
- 許可なくアプリを追加させないようにしましょう
- 課金をどうするか決めましょう
- ルールが守れないときの約束を決めましょう

- (例)
- ・1日〇時間までにする
 - ・〇時以降はスマートフォンの電源を切る
 - ・食事中は使用しない
 - ・週に1度、保護者が通信内容を確認する

困ったときの相談窓口はこちら

【ネットいじめ】

- 各教育事務所 いじめ不登校等対策チーム
 - ・河内教育事務所 028-626-3184
 - ・芳賀教育事務所 0285-82-5274
 - ・塩谷南那須教育事務所 0287-43-0609
 - ・安足教育事務所 0283-23-5479
 - ・上都賀教育事務所 0289-62-0162
 - ・下都賀教育事務所 0282-23-3782
 - ・那須教育事務所 0287-23-2194
- ホットほっと電話相談 028-665-7867
- 栃木県総合教育センター 教育相談部 028-665-7210・7211
- 24時間子供SOSダイヤル(文部科学省) 0120-0-78310(なやみいおう)
- みんなの人権110番 0570-003-110

【高額請求】

- 栃木県消費生活センター 028-625-2227

【ネット依存】

- 栃木県精神保健福祉センター 028-673-8785

【犯罪等による被害の未然防止】

- 栃木県警県民相談室 028-627-9110

