

# 親子で話そう!! わが家のケータイ・スマホルール

ケータイ・スマホの使い方について、  
親子で話し合っ<sup>せんげん</sup>て「わが家のルール」を宣言しよう!  
ちゃんと守れたか、毎月ふりかえろう!

## 宣言書

わたしたちは、ケータイ・スマホなどを使うとき、  
話し合っ<sup>せんげん</sup>て決めたルールを守ります。

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日

子ども \_\_\_\_\_

保護者 \_\_\_\_\_

保護者の方へ

★6つのルールをもとに子どもと話し合いながら、ご自身の携帯電話やスマートフォン等の  
使い方も振り返り、子どもの模範になるような使い方をしましょう!

★国の法律や静岡県の条例で、保護者は子どもにフィルタリングサービスを利用させること  
が決められています。フィルタリングサービスを必ず利用しましょう!

### ルール1 「インターネットを使うときは、フィルタリングを利用しよう!」

ケータイ・スマホだけでなく、音楽プレーヤーやゲーム機でのネット接続にも対策が必要です!!

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |

4  
April



5  
May

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    | 1  | 2  |
| 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 |    |    |    |    |    |    |

#### 親子で話し合うポイント

- ① フィルタリングってなんだろう?
- ② スマホ以外でもフィルタリングはかかるの?

#### フィルタリングについて決めたこと

守れたかなチェック

|     | できた | まあまあ | できなかった |
|-----|-----|------|--------|
| 子ども |     |      |        |
| 保護者 |     |      |        |

### ルール2 「友達を傷つける書きこみはやめよう!」

静岡県では、「静岡県子どもいじめ防止条例」を制定し、いじめ防止につとめています。  
インターネットを通じて他の人に苦痛を与えることは、どのような理由があっても許されません。  
文字やスタンプだけでは、あなたの気持ちが伝わりにくいことがあります。  
自分が「なにげなく書いた言葉」が、他の人を「傷つける言葉」になることも…。

6  
June

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 |    |    |    |    |



7  
July

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

#### 親子で話し合うポイント

- ① 人を傷つける書き込みって何だろう?
- ② 会って会話をするときとネット上で会話をするとき、何が違う?

#### 言葉の使い方について決めたこと

守れたかなチェック

|     | できた | まあまあ | できなかった |
|-----|-----|------|--------|
| 子ども |     |      |        |
| 保護者 |     |      |        |

### ルール3 「ケータイ・スマホを使いすぎないように気をつけよう!」

メッセージのやりとりやゲーム・動画に夢中になると、いつの間にか時間がたって真夜中に!

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | 1  |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 |    |    |    |    |    |

8  
August



9  
September

|    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |
|----|----|----|----|----|----|----|---|---|---|
|    |    |    |    |    | 1  | 2  | 3 | 4 | 5 |
| 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |   |   |   |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |   |   |   |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |   |   |   |
| 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |   |   |   |

#### 親子で話し合うポイント

- ① 何時間使ったら使いすぎ?
- ② 使って良い時間帯は?  
1日のうち使っている時間を書き出してみよう

#### 使いすぎについて決めたこと

守れたかなチェック

|     | できた | まあまあ | できなかった |
|-----|-----|------|--------|
| 子ども |     |      |        |
| 保護者 |     |      |        |

## ルール4 「ネットで画像や動画を公開するときは気をつけよう！」

あなたの写真や動画から、あなたの名前や住んでいる場所が特定され、悪用されることがあります。写真には、「位置情報」がついていて、インターネットに公開すると、その写真をとった場所が他の人にわかってしまいます。

軽い気持ちで画像や動画をアップしたら、拡散して取り返しがつかなくなることも・・・



### 親子で話し合うポイント

- ① どんな画像に気をつければいい?
- ② 個人情報って何があるの?

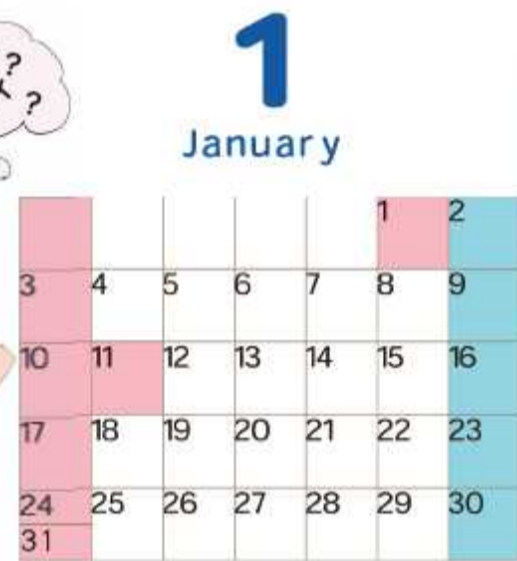
### 画像の公開について決めたこと

守れたかなチェック

|     | できた | まあまあ | できなかった |
|-----|-----|------|--------|
| 子ども |     |      |        |
| 保護者 |     |      |        |

## ルール5 「情報を見きわめよう！」

ネット上で知り合った人のプロフィールには「ウソ」があることも。全てが正しい情報だと思いこまないで！フェイクニュースやデマにだまされないように気をつけよう！



### 親子で話し合うポイント

- ① 「間違った情報」って何があるの?
- ② 「正しい情報」ってどうやって判断する?

### 情報の判断について決めたこと

守れたかなチェック

|     | できた | まあまあ | できなかった |
|-----|-----|------|--------|
| 子ども |     |      |        |
| 保護者 |     |      |        |

## ルール6 「法律を守ろう！」

- 「このマンガ大好き！ SNS にのせちゃおっと。」著作権法違反です。損害賠償をせいで求まることがあります。
- 「アレ? こんな書き込みしてないのに・・・?」本人になりすまし勝手にログインするのは、不正アクセス行為の禁止等に関する法律違反です。
- 自転車で走りながらスマホを見続けるのは、道路交通法(静岡県道路交通法施行細則)違反で、5万円以下の罰金です。



### 親子で話し合うポイント

- ① どんな法律があるの?
- ② なぜ法律が必要なんだろう?

### 法律について決めたこと

守れたかなチェック

|     | できた | まあまあ | できなかった |
|-----|-----|------|--------|
| 子ども |     |      |        |
| 保護者 |     |      |        |

### 宣言書

わたしたちは、ケータイ・スマホなどを使うとき、話し合っただけのルールを守ります。

年 月 日

子ども 保護者

### トラブルが発生したら、一人で悩まず保護者や先生などの大人に相談しよう!

- 携帯電話会社 9時～20時
- NTTドコモ/ドコモあんしんホットライン……0120-053-320
  - KDDI/auお客様センター……0120-977-033
  - ソフトバンク/カスタマーサポート総合案内……0800-919-0157
  - ワイモバイル/カスタマーセンター総合窓口……0570-039-151
- 静岡県警察本部【各種犯罪、事故等でお困りの方】終日
- 県警ふれあい相談室……054-254-9110
- 県民生活センター【勧誘や契約トラブルに関することなど】9時～16時
- 東部……055-952-2299 ○中部……054-202-6006 ○西部……053-452-2299
  - 賀茂(消費生活センター)……0558-24-2299 9時～12時、13時～15時
- 電話相談 ハロー電話「ともしび」【保護者・子供の教育相談】9時～17時(12/29～1/3を除く)
- 沼津……055-931-8686 ○静岡……054-289-8686
  - 掛川……0537-24-8686 ○浜松……053-471-8686
- 違法・有害情報相談センター【一般対象】
- https://www.ihaho.jp/

静岡県のケータイ・スマホルール (県ホームページ)



平成30年度「親子でつくる携帯・スマホに関する標語コンクール」

静岡県教育長賞

## 寝不足で スマホも僕も 電池切れ

富士宮市立富士根南中学校 佐野 鼓太郎

静岡県PTA連絡協議会

【お問い合わせ先】 静岡県教育委員会社会教育課 〒420-8601 静岡市葵区浜手町9番6号 TEL:054-221-3312 FAX:054-221-3362

デザイン/専門学校ルネサンス・デザイン アカデミー イラストレーション科 中野有沙 監修/静岡県ネット安全・安心協議会