

活用型情報モラル教材



ワークブック たけはら



スタンダード

2025

はじめに	I
使い方	II
情報モラルを学ぼう(45分授業)	1
社会の変化と情報モラル	2
自分と相手とのちがい	6
写真を公開する前に	9
使いすぎていないかな①	12
使いすぎていないかな②	15
情報活用能力を身につけよう(15分授業)	18
使う前に	19
端末を使うとできることは	20
キーボードで入力してみよう	22
端末を使う時は	24
どのくらいリスクがあるかな?	26
パスワードのつくり方	28
らんぼうな言葉を使ってしまう時は	30
まとめ・これからの社会では	32

写真を撮る	34
どのように写真を撮ればよいのかな	35
写真の見出しを考えよう	37
許可が必要な写真とは	39
ふざけた写真をとってしまうときは	41
写真からどんなことがわかるかな	43
その動画は本当に「おもしろい」の?	45
まとめ・これからの社会では	47
調べる	49
上手な検索方法を学ぼう	50
インタビューの練習をしよう	52
情報の信頼性	54
なぜ広告がちがうのかな?	56
災害が起きた時の情報収集	58
口コミの評価は正しいのかな?	60
まとめ・これからの社会では	62
考える	64
情報を上手に整理しよう	65
データからどんなことが言えるかな	67
使いすぎていないかな	69
お金の使い方を考えよう	71
データをすべて信じてよいのかな	73
なぜ課金してしまうのかな	75
まとめ・これからの社会では	77

共有する	79
上手な共有方法を学ぼう	80
情報共有のメリットを考えよう	82
相手に伝えるときには	84
メッセージをどう終わらせる？	86
変なコメントが書き込まれたら	88
イライラする気持ちをどこで共有する？	90
まとめ・これからの社会では	92
つくる	94
上手なデザインの方法を学ぼう	95
どの図を使うとよいか	97
写真や動画を使いたいときは	99
なぜ、著作権が必要なのかな？	101
「なりすまし」を防ぐには	103
間違った情報を公開してしまうと	105
まとめ・これからの社会では	107
交流する	109
上手なチャットの使い方を学ぼう	110
ファシリテーターをやってみよう	112
チャットで議論するときには	114
聞かれて・見られていやなプライバシーは？	116
「問い合わせフォーム」に入力するときには	118
いやなことを書かれたときは	120
まとめ・これからの社会では	122

家で使う	124
上手な練習の仕方を学ぼう	125
自分の行動をプログラミングしてみよう	127
「学習の目的」と言えるのかな	129
新しくチャレンジしたいことは？	131
つついルールをやぶってしまうときは	133
はじめる・やめるスイッチを考えよう	135
まとめ・これからの社会では	137
保護者の方へ	139
ケータイ・スマホトラブル分類表	140
家庭のルールを考えよう	141
フィルタリングやアプリの設定	144
インターネットにおけるコミュニケーションの特性	146
デジいく（デジタル活用能力育成プロジェクト）について	147

「GIGA ワークブック」
で扱う用語について

スマホ・・・スマートフォン
ケータイ・・・携帯電話
アップ・・・アップロード
ネット・・・インターネット

活用型情報モラル教材



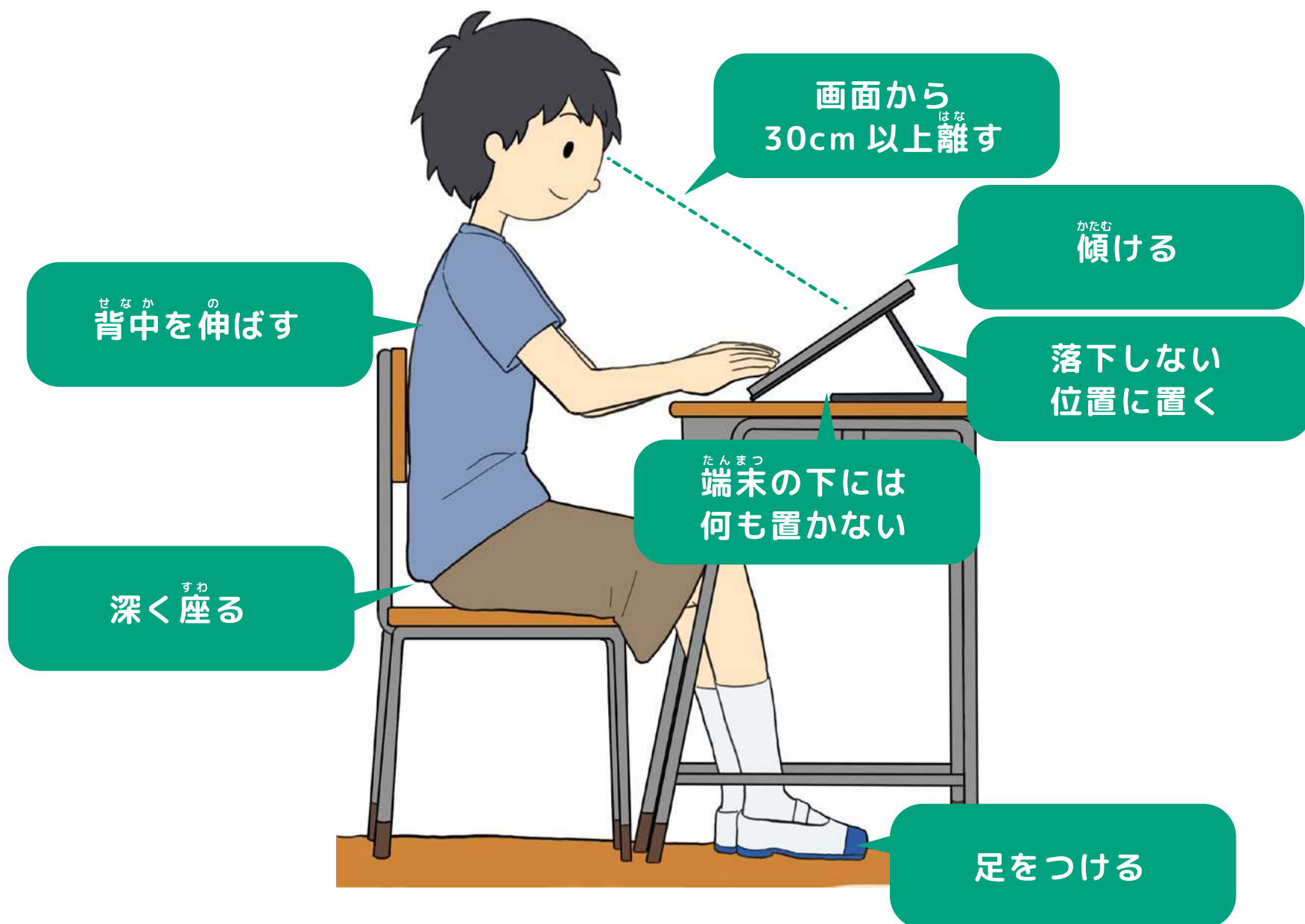
はじめに

はじめに

インターネットが世界中に広がり、1990年代には、ケータイ等のモバイル端末たんまつを持つようになりました。現在、大人たちは試行錯誤しこうさくごをくり返しながら正しい使い方を考え、失敗もたくさんしています。皆さんが生きていくこれからの時代は、全く予想がつかない時代です。

皆さんのお手元にも学習の道具として1人1台端末たんまつが配布はいふされています。そこで、端末たんまつを上手に活用するために、学校やおうちでの約束や端末たんまつの使い方について「GIGA ワークブック」を通して学んでいきましょう。

また、長時間使用による視力の低下等、健康上の観点からも、端末たんまつを使用する前に約束を決めて、日ごろから健康チェックをすることが大切です。これからの社会でも皆さんが学んだことを上手に活用してください。



健康チェック表

健康チェック表						
	チェック項目		当てはまるものを選びましょう。			「いつも」や「ときどき」を選んだ人へ
目の状態	1	目が疲れる。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	・ときどき目を閉じて、目を休ませましょう。 ・まばたきをするようにしましょう。 ・視力が落ちた（前より見にくい）と感じたら、保健の先生に相談しましょう。
	2	目がチカチカする。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	
	3	見つめていると文字や絵がだぶったり、ぼやけてくる。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	
筋肉や関節の状態	4	座っているときに、背中が痛い。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	・体をほぐすストレッチをしましょう。（肩を回す・屈伸をする・背伸びをする） ・よい姿勢で学習しましょう。 ・症状が辛い時には、保健の先生に相談しましょう。
	5	座っているときに、腰が痛い。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	
	6	肩がこる。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	
	7	腕が疲れる、痛みがある。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	
ストレスの状態	8	眠れない。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	・寝る前には、強い光を出す電子機器（ケータイ・スマホ・タブレット・パソコンなど）を使わないようにしましょう。 ・電子機器（ケータイ・スマホ・タブレットなど）を使う時間を少なくしましょう。 ・症状が辛い時には、保健の先生に相談しましょう。
	9	イライラする。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	
	10	集中できない。	☐ いつも	☐ ときどき	☐ ない	

たんまつそうさ 端末操作上達チェック表（４年生）		あてはまるものに○ ◎…よくできた ○…できた △…あまりできなかった ×…できなかった
No	こうもく 項目	
1	時間を守って使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
2	たんまつ 端末を使うときの姿勢に気をつけて、使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
3	自分のID やパスワードを覚えている。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
4	プレゼンテーションソフトを使って資料を作ることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
5	時計アプリを使って、アラームやストップウォッチを使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
6	カレンダーに予定を入力し、チェックすることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
7	必要な資料を印刷することができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
8	月に１度、データを整理することができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
9	ローマ字入力で、インターネットけんさくをすることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
10	ローマ字入力で、資料をつくることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
11	インターネットの情報には、正しいものと間違っただけのものがあることを知っている。また、間違っただけの情報に惑わされない方法を知っている。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
12	おうちの人と、家庭の約束が守れているか話し合うことができた。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
13	これからのデジタル社会で、自分の思いや考えを相手に伝えるためには、何に気をつけたら良いでしょうか。また、相手の伝えたい思いや考えを正しく受け止めるためには、何に気をつけたら良いでしょうか。（下に書きましょう。）	

たんまつそうさ 端末操作上達チェック表（５年生）		あてはまるものに○ ◎…よくできた ○…できた △…あまりできなかった ×…できなかった
No	こうもく 項目	
1	時間を守って使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
2	たんまつ 端末を使うときの姿勢 しせい に気をつけて、使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
3	自分のID やパスワードを自分で管理している。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
4	目的に合わせて、写真や動画の撮り方 と を考えることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
5	写真や図を入れた資料 しりょう を作り、プレゼンテーションができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
6	ファイルやフォルダを作ったり、項目分け こうもく をしたりして、データを整理して保存 ほぞん をすることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
7	週末などの決まったときに、データを整理することができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
8	ローマ字入力で、10 分間に160 文字程度打つことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
9	インターネットで検索 けんさく をするときに、いくつかのキーワードを入力して、検索 けんさく をすることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
10	インターネット検索 けんさく で調べるときに、投稿日 とうこうび や更新日 こうしんび 、見出しなどを見ながら調べることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
11	インターネットから引用した画像 がぞう や文章を使う時に気をつけることを知っている。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
12	カメラで人 と を撮るときや人の作品を撮るときに気をつけることを知っている。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
13	しりょう 資料を作るときやSNS など、メッセージや画像 がぞう ・動画を使う・送るときに、気をつけた方が良いことを書きましょう。	

たんまつそうさ 端末操作上達チェック表（6年生）		あてはまるものに○ ◎…よくできた ○…できた △…あまりできなかった ×…できなかった
No	こうもく 項目	
1	時間を守って使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
2	たんまつ 端末を使うときの姿勢に気をつけて、使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
3	自分のID やパスワードを自分で管理している。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
4	しりょう 資料や目的に合ったソフト ・ アプリを使って、資料を作ることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
5	ファイルやフォルダを作ったり、こうもく 項目分けをしたりして、データを整理してほぞん 保存をすることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
6	週末などの決まったときに、データを整理することができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
7	ローマ字入力で、10 分間に200 文字程度打つことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
8	インターネット等で、調べたことから、必要なことをまとめてしりょう 資料を作ることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
9	約束を守り、目的に合わせて、カメラを使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
10	約束を守り、目的に合わせて、インターネットを使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
11	しりょう 資料を作るときやSNS などで、メッセージやがぞう 画像 ・ 動画を使う ・ 送るときに、気をつけた方が良いことを書きましょう。	



たけはら



じょうほう 情報モラルについて学ぼう (45分 じゅぎょう 授業)

これから、^{たんまつ}端末を上手に活用するために、まずは基本となる^{じょうほう}情報モラルを身につけましょう。

相手をきずついたり、自分がトラブルにあたりすることがないように、友だちと話し合いながら、^{じょうほう}情報モラルについて学びます。

ソサエティ わたし く
 Society5.0 で私たちの暮らしはどう変わるのでしょうか。

AI (Artificial Intelligence、人工知能) やIoT (Internet of Things、モノのインターネット)、ロボット技術の発達によって、様々なデータを共有し、最適な情報を最適なタイミングで受け取ることができたり、人間に代わってロボットが様々な作業を行ってくれたりすることが期待されています。

ソサエティ
Society5.0

AI 家電



自動運転



介護ロボット
遠隔医療



スマート農業



ドローン物流



考えてみよう

みなさんが、20歳になる頃、社会はどのように変化していると思いますか？ 便利になっているといいなと思うことを話し合ってみましょう。



たんまつ
端末等の活用が進むことで学びはどう変わるの？

じゅぎょう
学校の授業では

- ・ 自分の考えや意見をわかりやすくまとめたり、表現できる
- ・ 自分の考えをクラスの仲間と共有したり、フィードバックを受けることができる
- ・ クラスメイト以外の人たちとのコミュニケーションができる
- ・ 自分のレベルにあった問題を解くことができる
- ・ 一生懸命つくった作品を保存して成長をふりかえることができる



家庭では

- ・ 学校の授業内容について予習・復習したり、さらに調べたりすることができる
- ・ 学校が臨時休校になったときに、学びつづけることができる
- ・ 学校が臨時休校になったときに、先生や友達とつながることができる



上手に使うためのルールやマナーを考えましょう

① どんなトラブルが考えられるでしょうか

1

友だちにテキストで
意見を伝えるとき

2

写真や動画を使って
制作するとき

3

オンライン（遠隔）
で学習をするとき

4

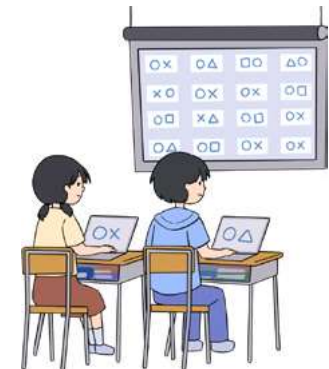
家に持ち帰ったとき

② どんなルールやマナーが必要でしょうか

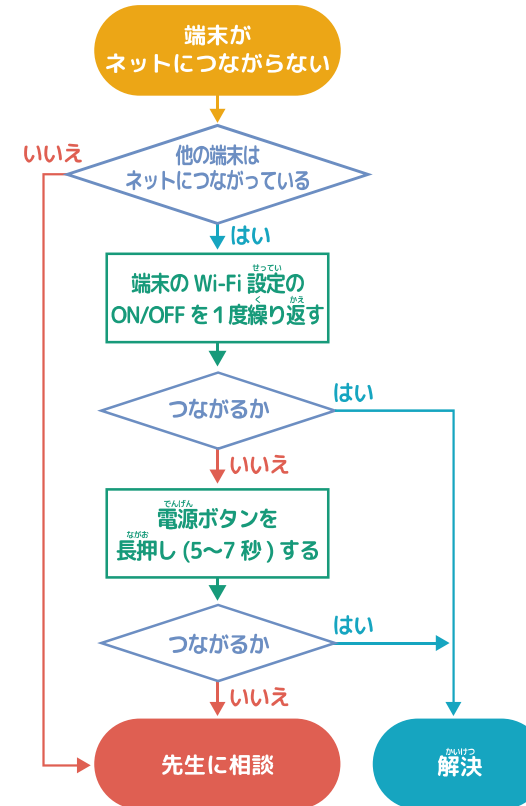
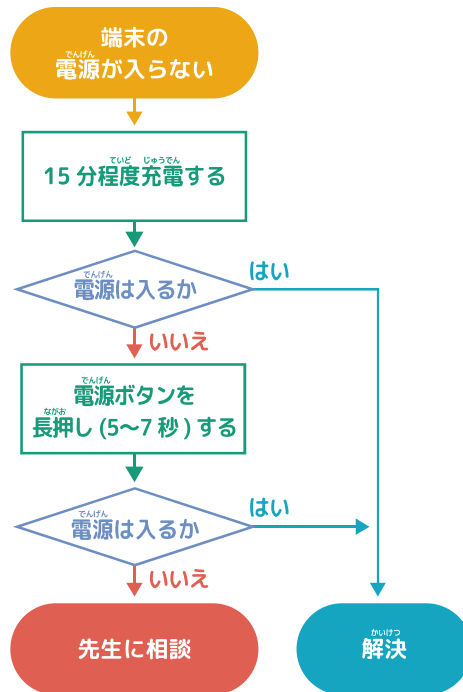
① 学習で端末を使うとき

② オンライン（遠隔）で学習をするとき

③ 家に持ち帰って学習するとき



! こんな時、 どうする？



今後、 みなさんにつけてほしい力

- 数ある情報から、自分が必要なもの、信用できるものを判断する力
- 他者のことを想像しながら、発信する力
- 問題解決のために情報を活用していく力

トラブルにあわず、上手に活用するために、このノートで学んでいきましょう。

自分と相手とのちがい

① あなたが、クラスの友だちから言われて「いやだな」と感じる言葉を一つ選んでみましょう。

1

まじめだね

2

おとなしいね

3

いっしょう
けんめいだね

4

こせいてき
個性的だね

5

マイペースだね

② いやだなと感じた理由を書きましょう。

③ ほかに人に意見を聞いて、どんなことに気が付きましたか。



① あなたが、SNS 等でクラスの友だちからされて「いやだな」と感じる順にならべてみましょう。

1 すぐに返信が 来ない	2 なかなか会話が 終わらない	3 知らないところで 自分の話題が 出ている	4 話をしているときに ケータイ・スマホ をさわっている	5 自分が一緒に 写っている写真 を公開される
--------------------	-----------------------	---------------------------------	---------------------------------------	----------------------------------

いやだ

いやではない

②^A 一番いやだと感じるカードを選んだ理由を書きましょう。

②^B 一番いやではないと感じるカードを選んだ理由を書きましょう。





3 たかしさんと花子さんに、どんなトラブルが起きる可能性^{かのうせい}があるか、考えてみましょう。

！ ネットの特性^{とくせい}

文字^{つた}だけで伝えると、そのときの「感情^{かんじょう}」が伝わらないので、相手に誤解^{ごかい}されることがあります。例えば、直接^{ちよくせつ}、相手に「まじめだね」と言う場合には、そのときの自分の表情^{ひょうじょう}や口調^{くこう}から、相手は「まじめだね」の意図^{いどう}を理解^{りかい}します。しかし、文字だけで「まじめだね」と伝え^{つた}ると、自分の表情^{ひょうじょう}や口調^{くこう}が相手には伝わらないので、自分が伝え^{つた}えなかった「まじめだね」の意図^{いどう}が誤解^{ごかい}されてしまう場合があります。



写真を公開する前に

- ① あなたなら、どの写真をネットに公開したいと思いますか。公開しても問題がないと思う順に上から並べてみましょう。



問題なし ←

→ 問題あり

- ② どのようなことに気が付きましたか。



① あなたが、ネットに公開されたら「いやだな」と感じる写真を一つ選んでみましょう。



② ネットで公開するには、それぞれどのようなことに気を付ければよいでしょうか。



ネットの^{とくせい}特性



「不適切な写真をアップしない」ことは、全員が理解しているはずなのに、どうして「炎上」が起きるのでしょうか。

考えられるのは、「知っている人しか見ないだろう。」という公開範囲の認識の甘さです。また、「不適切な写真」の認識のずれも考えられます。自分は「不適切ではない写真」だと思っても、友だちや社会の人が見たら「不適切な写真」になることもあります。

特に、自宅で撮った写真などをアップするときは、自宅の住所などの情報も一緒にアップされる場合があるので注意が必要です。

また、一度公開した情報を消すことは難しいことを覚えておきましょう。

使いすぎていないかな①

たかしさんの友だちのおうちでの様子です。



あなたがたかしさんならどうしますか。



1 「この人、 ネットやゲームを使いすぎだな」 と思う順にならべてみましょう。

1 家族と遊びに行く
ときにいつもスマ
ホやゲーム機を
持っていく

2 おこづかいは、
ほとんどゲームに
使っている

3 いつもネットや
ゲームの話ばかり
する

4 友だちと話してい
るときに、 スマホ
やゲームで遊んで
いる

5 ネットやゲームに
むちゅうになると
あっという間に時
間がたってしまう

使いすぎ

使いすぎではない

2 ^{えら}
A 一番使いすぎだと感じるカードを選んだ理由を書きましょう。

2 ^{えら}
B 一番使いすぎではないと感じるカードを選んだ理由を書きましょう。

! 使いすぎないために

1 ネットやゲームを使いすぎないためには、 どのようなルールがあるとよいでしょうか。

2 ルールが守れないのは、 どんなときでしょうか。

使いすぎていないかな②

- ① 平日、 ネットを何時間使っていたら「使いすぎ」 だと思いますか。 一つ^{えら}選んで友だちとくらべてみましょう。

1

1時間

2

2時間

3

3時間

4

4時間

5

5時間

- ② どんなことに気が付きましたか。



1 一日の時間の使い方を記録しましょう。

例



/	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
/	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時



! 使いすぎないために

- 1** ネットやゲームを使いすぎないために、自分が守れるルールを考えてみましょう。

- 2** 1週間チャレンジしてみましょう。自分で決めたルールを守れたかどうか、記録をつけましょう。

日付							
結果							

- 3** ルールが守れないのは、どのようなときでしょうか。