



家で使う

^{たんまつ}端末は、学校だけでなく、家に持ち帰って使うこともできます。

家で宿題をしたり、友だちと^{いっしょ}一緒に課題の続きをしたりと、家で^{たんまつ}端末を使うことで、様々な学習を行うことができます。

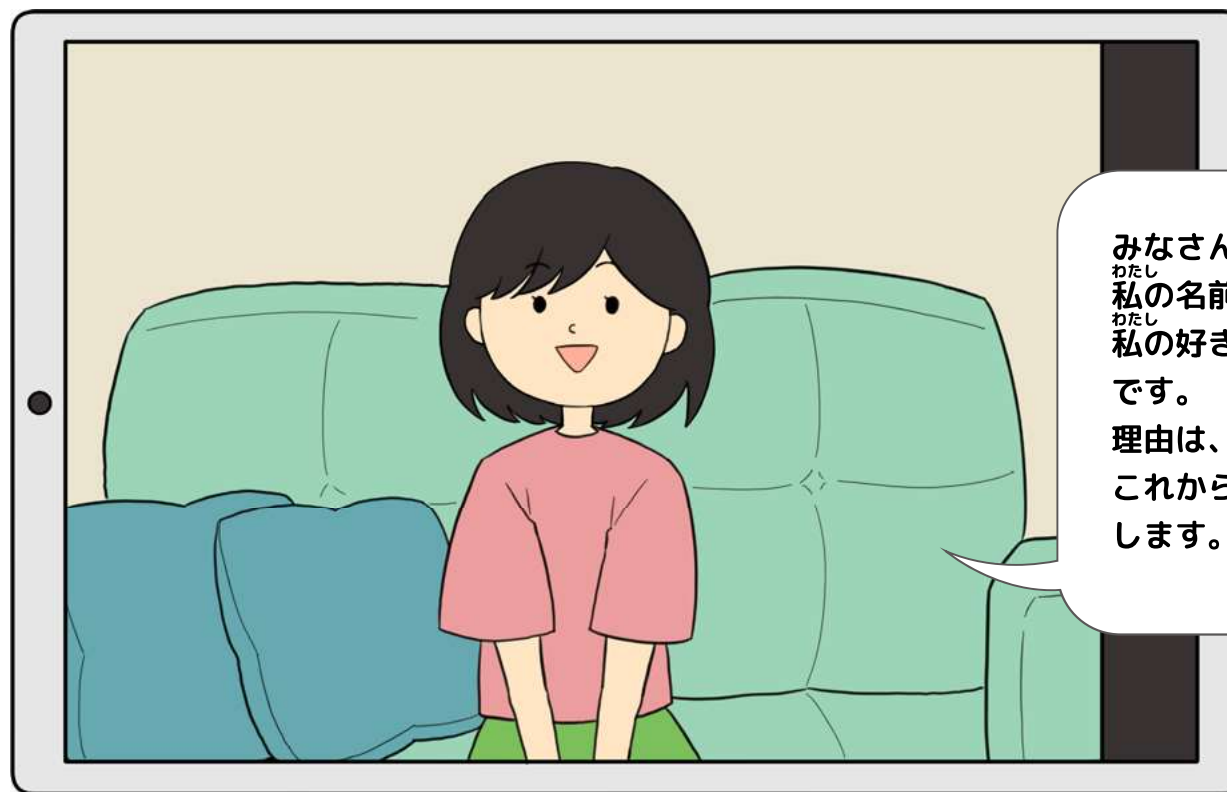
ここでは、^{たんまつ}端末を家で使うときに知っておくべきことや気をつけるべきことについて学びます。

最初にチェックしてみよう

- ☐ ^{わたし}私は、練習のための動画を上手に^と撮ることができると思う
- ☐ ^{わたし}私は、自分の行動をプログラミングで表すことができると思う
- ☐ ^{わたし}私は、「学習の目的」かどうかを^{はんだん}判断して使うことができると思う
- ☐ ^{わたし}私は、ゲームやSNS以外にも新しくチャレンジしたいことを考えたことがある
- ☐ ^{わたし}私は、「家庭のルール」を守って使うことができると思う
- ☐ ^{わたし}私は、ゲームをやめたり、勉強をはじめたりする^{ほうほう}方法について考えたことがある

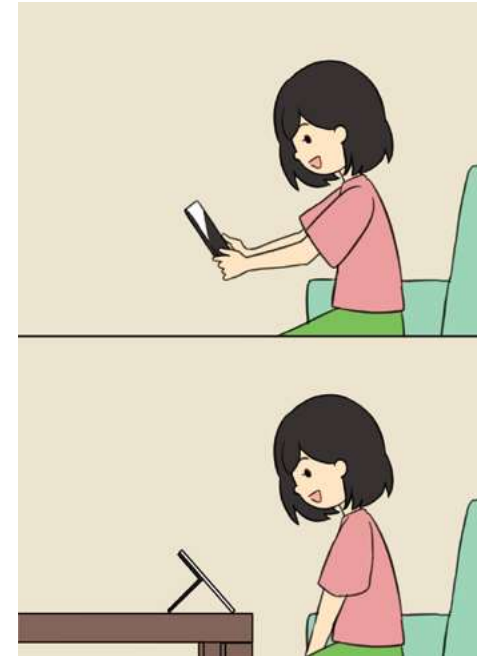
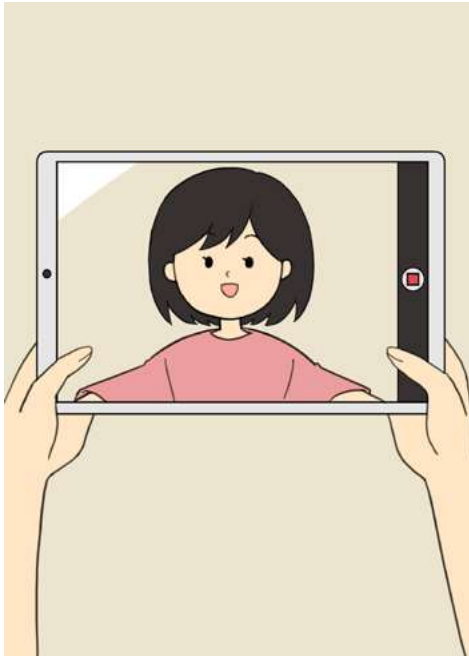
クラスで、^{じこしょうかい}自己紹介（好きな食べ物とその理由）をする必要があるのですが、家庭で、^{じこしょうかい}自己紹介の練習を一人ですることになりました。

カメラを使って、自分の^{じこしょうかい}自己紹介を動画にとって、見かえしてみましょう。
どのように撮ると、^と効果的でしょうか。



みなさん、こんにちは。
^{わたし}私の名前は、〇〇です。
^{わたし}私の好きな食べ物は、〇〇
です。
理由は、〇〇だからです。
これから、よろしくお願いします。





★ スキルのポイント

カメラで自分の様子を撮り、ふりかえると様々なことに気づくことができます。しかし、きちんと撮影しないと、ふりかえったときに違う印象を受けてしまいます。

まずは構図です。自己紹介の場合は、顔だけでなく、手も映るような構図で撮るとよいでしょう。

次に明るさです。暗い場所で撮ると、それだけで見た時の印象が変わってきます。できるだけ明るい照明の近くで撮るとよいでしょう。

最後に固定です。カメラを手に持ったまま撮影してしまうと、ブレてしまうので、固定して撮影するようにしましょう。

家の中の行動を細かく分解して、書き出してみよう。
その行動を家族にやってもらったら、うまくできるでしょうか？

タイトル

1

2

3

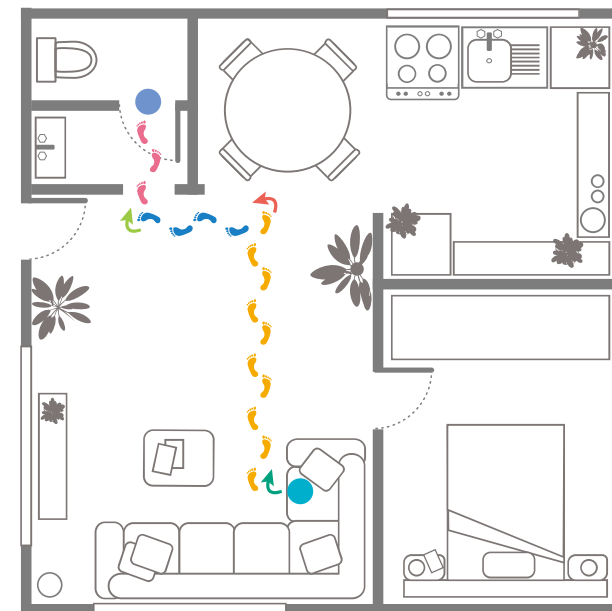
4

5

6

7

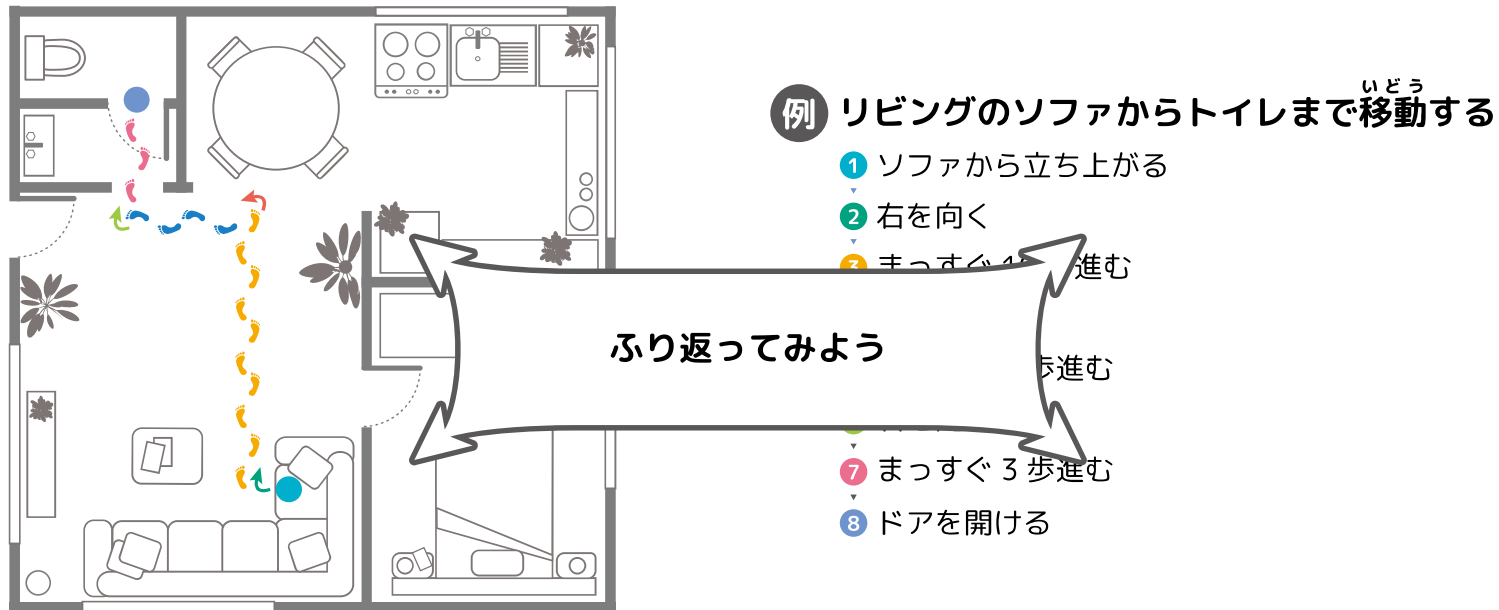
8



例 リビングのソファからトイレまで移動する

- 1 ソファから立ち上がる
- 2 右を向く
- 3 まっすぐ 10 歩進む
- 4 左を向く
- 5 まっすぐ 4 歩進む
- 6 右を向く
- 7 まっすぐ 3 歩進む
- 8 ドアを開ける





★ スキルのポイント

家族にやってもらう場合には、「少し前」「もうちょっと右」などの声かけは禁止 きんし です。

「少し前」と言いたければ、それを「1 歩前」などを書いておかなければなりません。まずは自分で何度も試 ため してみましょう。

また、自分が試 ため したり、家族にやってもらう場合には、安全に気をつけて行いましょう。



「学習の目的」と言えるのかな

次の家庭での^{たんまつ}端末の利用は、「学習の目的」と言えるのでしょうか。

「学習の目的と言える」と「学習の目的とは言えない」にわけてみましょう。

1

クラブ活動の練習の
ために、^{たんまつ}端末でバドミ
ントンの動画を見た

2

勉強するときに、
^{たんまつ}端末で音楽をきいた

3

国語の勉強のために
^{たんまつ}端末で小説を読んだ

4

友だちと仲良くなるため
に、^{たんまつ}端末で友だちが好き
なお笑いの動画を見た

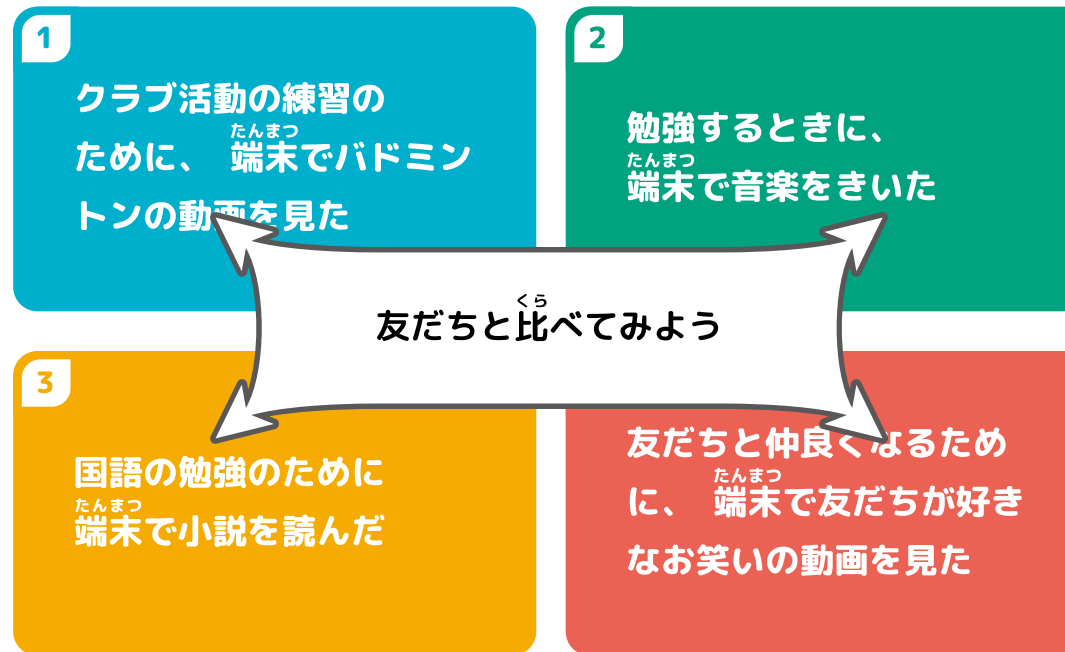
学習の目的と言える

A

B

学習の目的とは言えない





★ スキルのポイント

^{たんまつ}端末を家庭に持ち帰ると、自分で「どこまで利用するか」を決めることになります。

すべてのケースを挙げて、「ここまでが学習の^{はんい}範囲です」と決めることはできません。自分で、「どこまでが学習の^{はんい}範囲かな」と考え、学習の目的で^{たんまつ}端末を使うようにしましょう。

例えば、「もし学校の授業や^{じゅぎょう}休み時間だったら、そのことは^{ゆる}許されるのかな？」と考えてみると、「学習の目的」の線引きが考えやすくなります。

新しくチャレンジしたいことは？

ゲームやSNSで遊ぶことも楽しいですが、その他にも新しくチャレンジしたいことを考えてみましょう。

1 体を動かす サッカー、野球、バレー…	2 しぜん 自然 さいしゅう こんちゅう採集、キャンプ…	3 見学 はくぶつかん びじゅつかん 博物館、美術館…	4 りょうり 料理 りょうり 新しい料理、おかし作り…
5 育てる やさい 花、動物、野菜…	6 考える しょうぎ パズル、将棋…	7 つくる しゅげい 手芸、プラモデル…	8 のんびり 読書、お風呂…
9 見る えいが 映画、ドラマ…	10 話す ともだち ちいま 新しい友達、地域の人…	11 出かける 買い物、名所…	12 食べる りょうり 新しい料理、新しいおかし…

ひとりでやってみたい

A

B

ともだち いっしょ
 友達や家族と一緒にやってみたい





★ スキルのポイント

みなさんは、スマホやタブレット、ゲームでどのくらいの時間あそんでいるでしょうか。

もし、その時間を新しいことにチャレンジする時間に見替へたら、どのようなことができるでしょうか。

自分だけでなく、**ともだち いっしょ**と一緒によつてみたいこと、**家族 いっしょ**と一緒によつてみたいことも考えてみましょう。



あなたの家庭には、「宿題などのやることが終わったら、30分だけ動画を見てもよい」というルールがあります。でも、ついつい30分を超えて動画を見てしまうときがあります。

次の①～④のキーワードを使って、自分だったらどんな時に30分を超えて動画を見てしまうかを考えてみましょう。

また、A～Dのキーワードの中から、自分ができるような工夫を1つ選んでみましょう。

1

続きが気になる

2

きりが悪い

3

むちゅう
 夢中になってしまう

4

だれ
 誰も注意してくれない

A

時計やタイマーを使う

B

じどうさいせい
 自動再生をオフにする

C

リビングで見るようにする

D

最初に動画の
さいせいじかん かくにん
 再生時間を確認する

ルールをやぶってしまう理由	ルールを守れるようにする工夫
例) ④ だれ 誰も注意してくれない	例) C. リビングで見るようにする



かいどうれい
解答例

ルールを ^{やぶ} ってしまう理由	ルールを守るようにする工夫
例) ④ ^{だれ} 誰も注意してくれない	例) C. リビングで見るようにする
①続きが気になる	B.自動再生をオフにする
②きりが悪い	A.時計やタイマーを使う
③夢中になってしまう	D.最初に動画の再生時間を確認する

★ スキルのポイント

ルールを決めても、ついついやぶってしまう時はあるかもしれません。その時は、**どんな時に自分がやぶってしまうのかを考えるとよいでしょう。**

もし、次が気になるなら、動画の「自動再生」をオフにする、集中して時間がわからないなら、時計を自分の見えるところにおいて、アラームをかけるなど、どんな時に自分がやぶってしまうのかを^{いしき}意識して、その^{たいさく}対策を考えてみましょう。



楽しいゲームをやめたり、勉強をはじめたりするのは、なかなか大変です。

あらかじめ、ゲームをやめるためのスイッチ（きっかけ）や勉強をはじめるスイッチ（きっかけ）を考えてみましょう。

例1 「短いもの」をはさむ	「ゲーム→勉強」ではなく、「ゲーム→音楽を1曲だけ聞く→勉強」のように短くできる楽しいものをはさむ
例2 「とりあえず」から始める	とりあえずペンを持つ、とりあえず座る、とりあえず一行だけ書いてみる
ゲームをやめるためのスイッチ（きっかけ）	
勉強をはじめるスイッチ（きっかけ）	



例1 「短いもの」をはさむ	「ゲーム→勉強」ではなく、「ゲーム→音楽を1曲だけ聞く→勉強」のように短くできる楽しいものをはさむ
例2 「とりあえず」から始める	とりあえずペンを持つ、とりあえず座る、とりあえず一行だけ書いてみる
ゲームをやめるためのスイッチ（きっかけ）	友だちと比べてみよう
勉強をはじめるスイッチ（きっかけ）	

★ スキルのポイント

だれかに言われずに、自分でゲームをやめたり、勉強をはじめたりする力を「自律」と言います。いつまでもだれかが「やめなさい」「やりなさい」と言ってくれるとは限りません。自分でやめたり、はじめたりするためには、そのためのスイッチ（きっかけ）が重要です。どんな工夫ができるか、友達と共有してみましよう。





家で使う

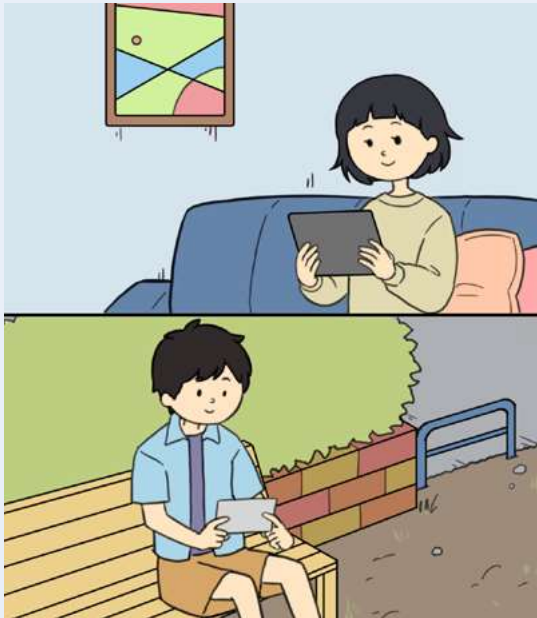
まとめ

よき使い手になるために

「家で使う」ためには、家庭でルールを決めておくことが重要になります。^{たんまつ}端末を学習の目的として使うために、どんなルールがあればよいか、家庭で話しあってみましょう。また、ルールを決めるだけでなく、「どんな時にそのルールを破^{やぶ}ってしまうのかな」「どんな工夫をすれば、そのルールを守れるのかな」と考えてみるとよいでしょう。

チェックしてみよう

- ☐ ^{わたし}私は、練習のための動画を上手に撮^とることができる
- ☐ ^{わたし}私は、自分の行動をプログラミングで表すことができる
- ☐ ^{わたし}私は、「学習の目的」かどうかを判断^{はんだん}して使うことができる
- ☐ ^{わたし}私は、ゲームやSNS以外^{いがい}にも新しくチャレンジしたいことがある
- ☐ ^{わたし}私は、「家庭のルール」を守って、工夫して使うことができる
- ☐ ^{わたし}私は、ゲームをやめたり、勉強をはじめたりするために、工夫^{くふう}することができる



学校で学習したことを、家庭で引き続き学習することができるのはなぜでしょうか。これまで、情報^{じょうほう}は手元の端末^{たんまつ}に保存^{ほぞん}され、処理^{しゅり}されていましたが、インターネット上に保存^{ほぞん}し、処理^{しゅり}することで、スマホでも家のタブレットでも、学校でも家庭でも同じデータやサービスを利用することができます。これを「クラウド」と言います。

例えば、動画共有^{きょうゆう}サイトでは、家のタブレットで見た動画を、家の外でスマホを使って見ても、その動画の続きから見ることができます。これからの社会でも様々なクラウドサービスが登場し、どんな場所でも同じように学習や仕事ができるようになるでしょう。

調べてみよう

クラウドを利用したサービスやアプリには、どのようなモノがあるだろうか。

考えてみよう

クラウドを利用したサービスやアプリが広がった場合、どんな問題が起きるだろうか？

活用型情報モラル教材



たけはら



保護者の方へ

このGIGA ワークブックでは、1 人1 台の端末を上手に活用するために、基本となる情報活用能力（情報モラルを含む）を身につけることができます。

家庭でも、端末の上手な使い方や端末を使うためのルールについて、ぜひ話し合いをしてください。

ケータイ・スマホトラブル分類表

現在のネットに関するトラブルは、大きく以下のように分類することができます。

1 長時間利用



ゲームや動画、コミュニケーションにかかわる時間を使いすぎたり、「ながらスマホ」をする。

☒ 主に **A**

2 高額課金



たくさんのお金を使って、ゲームのアイテムなどを購入してしまう。

☒ 主に **A**

3 不適切サイトの閲覧



性的描写や暴力表現など青少年にふさわしくないサイトを閲覧する。

☒ 主に **B**

4 出会い



SNS で知らない人から会うことを求められたり、自分の画像を送ることを求められる。

☒ 主に **A** と **B**

5 著作権の侵害



無許可の映像や音楽のアップロードや、違法と知りながらの音楽や

☒ 主に **A** と **C**

6 不適切情報の発信



悪ふざけの写真やデマなどを SNS で発信する。

☒ 主に **C**

7 個人情報の投稿



SNS へのテキストや写真などの投稿から、個人を特定できる情報を流出させる。

☒ 主に **C**

8 悪口・いじり



グループトークでいじりや無視をしたり、短文の意味の取り違いによって誤解してしまう。

☒ 主に **C**

① 子どもと一緒に、起きやすいと思うトラブルにチェックを付けながら話し合ってみましょう。

② アプリやフィルタリングの対策を考えてみましょう。
大きく3つの対策が重要です。

- A** 家庭のルールを考えよう P141～143へ
- B** フィルタリングやアプリの設定 P144～145へ
- C** インターネットにおけるコミュニケーションの特性 P146へ

主体的に考えることを目指した「ルールの工夫」

次のルールは何が問題でしょうか。

ネットの
「使いすぎ」に
気をつけよう

スマホは
「夜遅い時間」には
使わない

ネットで
「たくさん」お金を
使わない

「
」の中の表現にあいまいさがあるため、親と子どもとで基準が異なる場合があります。ルールを決めるときは、あいまいな表現をさけましょう。

「スマホは夜10時までしか使わない」というルールを破ってしまう子どもがいたら、どのように声をかけますか。

A
 ルールを破ったことを
叱る

B
 どのようにしたら
ルールを守れるかを
一緒に考える

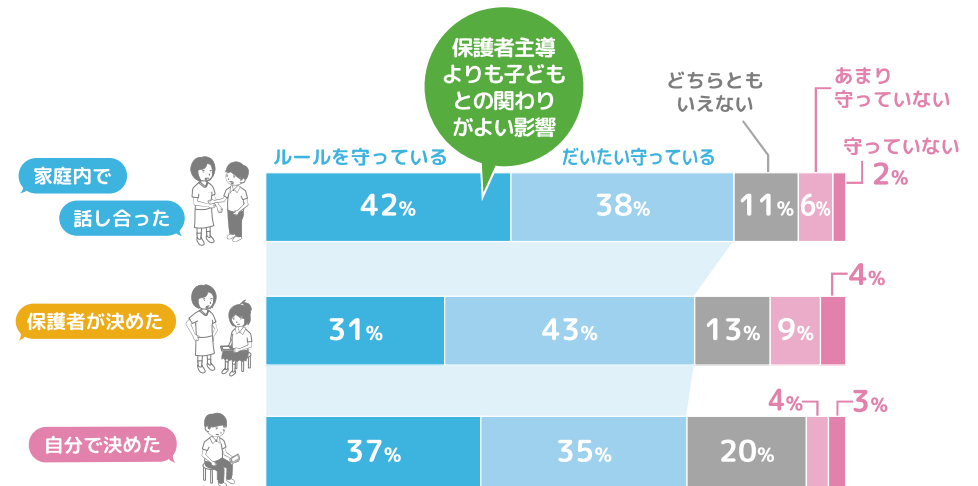
Aのような「制限」によるコントロールから、**B**のように子どもと一緒に対話をしながら「主体的なルールづくり」をするようにしましょう。

ルールの決め方と遵守の関係

高校生を対象とした調査によると、保護者主導でルールをつくったときより、子どもと一緒にルールをつくったときのほうが、子どもがルールを守る確率が高いことが分かっています。

「ネットを使い過ぎない」というルールが守られない理由

子どもは、「自分はネットやゲームを使いすぎている」と考える傾向があるため、「使い過ぎない」というルールは守られなくながちです。

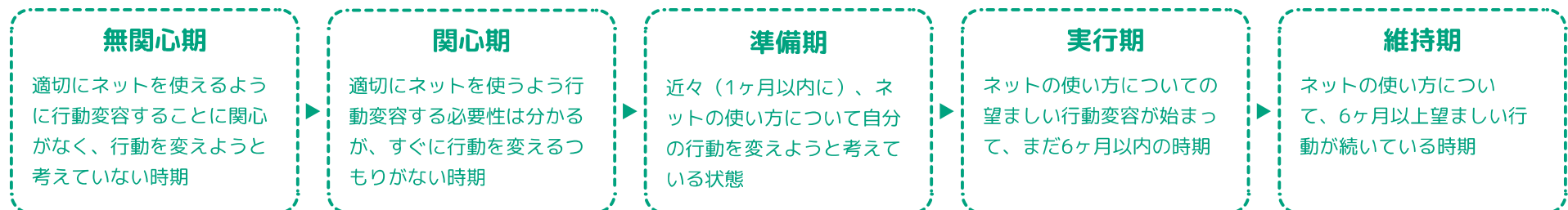


「使い過ぎ」から抜け出すための5ステップ（ステージ）

下の5つのステップ（ステージ）に沿って声を掛け、行動変容を促しましょう。

1日のうちにどのくらいネットを利用しているか、子どもに具体的に書き出させるなどして、「長時間使い過ぎていること」、「他者よりも長く使っていること」を本人に自覚させることが、インターネット依存傾向の予防・改善のための行動変容のきっかけとして重要です。

インターネット依存傾向から抜け出す段階



ネットを使い過ぎていないか、子どもと確認してみましょう

以下の質問票で、8項目のうち5項目以上当てはまれば「病的使用者」と判定されます。

- ☒ ① インターネットを利用し、SNSやゲーム、ショッピングなどをするのを思い出したり、次の利用が楽しみになるなど、インターネットに夢中になっている。
- ☒ ② 満足するには、インターネットの利用時間をどんどん長くしていかなければならない。
- ☒ ③ 利用時間を減らしたり、やめようとしたりしても、うまくいかないことが繰り返しある。
- ☒ ④ インターネットの利用時間を減らそうとすると、落ち着かなくなったり、不機嫌になったり、落ち込んだり、いらいらしたりする。
- ☒ ⑤ インターネットを利用した活動の時間が、利用する前に予定していた時間より長くなる。
- ☒ ⑥ インターネットの利用のせいで、大切な人との関係を危うくしたり、勉強の機会を失ったりする。
- ☒ ⑦ インターネットに夢中になりすぎたせいで困ったことが起きても、ごまかすためにうそをつく。
- ☒ ⑧ 困っていることや不快なことから逃れるためにインターネットを使う。

スマートフォン・端末の保護者向け機能

スクリーンタイム

iPhone/iPad向け



© Apple Inc.

「スクリーンタイム」を使うことによって、iPhone、iPad、iPod touch でどのように時間を費やしているのかリアルタイムでまとめたレポートを確認し、管理しておきたいものについては制限を設けることができます。

親子で使い方を約束して、そのとおりに使えているかを確認しましょう。

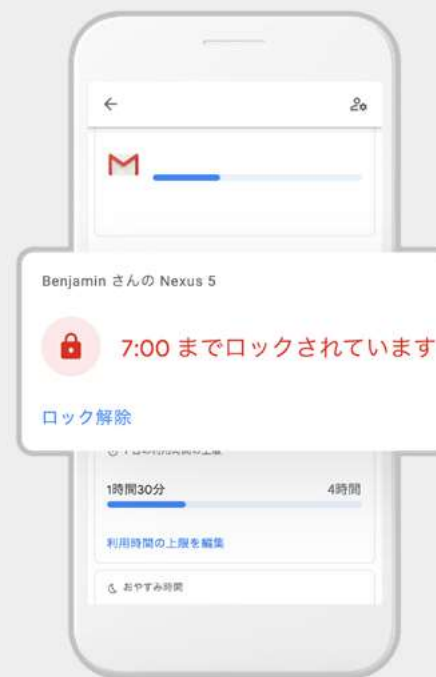


iPhone、iPad、iPod touch のスクリーンタイムの設定方法 (保護者向け) — Apple サポート

<https://www.youtube.com/watch?v=6KbTXIO2vU4>

ファミリーリンク

Android向け



Google が提供する無料のペアレンタルコントロールのアプリです。子どもと保護者の携帯端末にインストールすることで以下のことが可能になります。

- 子どものアプリ利用を管理
- 子どもの利用時間を管理
- 子どもの位置情報を確認

※子ども端末はAndroid Lollipop (5.1) 以降を搭載したAndroidスマートフォン、保護者端末はAndroid Lollipop (5.0) 以降を搭載したAndroidスマートフォンと、iOS 9 以降を搭載したiPhone、iPad でファミリーリンクを利用することができます。

Android向け



YouTube Kids
は、13 歳 未 満
の子どもがより
簡 単 に 楽 し く
YouTube を 視 聴

できるアプリです。プロフィールを作成することで、視聴できるコンテンツ選択や、視聴時間を制限するタイマーの設定をすることができます。また適切なデジタル習慣を身に付けるために役立つ情報も提供しています。



毎日のスマートフォンの利用習慣を把握し、
オフラインで過ごす時間を作る機能です。

- その日のスマートフォンの使用状況がグラフに表示され、自分の使い方を振り返ることができます。グラフをタップすることで、詳細を確認することができます。
- 勉強などに集中できるよう、気が散る原因となるアプリをワンタップで一時停止することができます。
- アプリの1日の利用時間の上限を設定することができます。動画の見過ぎなどに気付くことができます。

フィルタリングについて

犯罪・トラブルに巻き込まれないため、フィルタリングを設定することが大切です。スクリーンタイムやファミリーリンクにはフィルタリング機能があります。また下記のようなフィルタリング用アプリもあります。携帯電話会社の販売店に行き、最適なフィルタリングを設定してもらったり、相談したりしましょう。

あんしんフィルター for (キャリア名、ブランド名)



平成29年2月に、携帯電話事業者が提供するスマートフォン等のフィルタリングサービスのアプリアイコンが、統一されました。

iPhone、iPad は、米国および他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。iPhone 商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。Google、Google Classroom、Android、ファミリーリンク、YouTube、YouTube Kids、Digital Wellbeing は Google LLC の商標です。

8 悪口・いじり

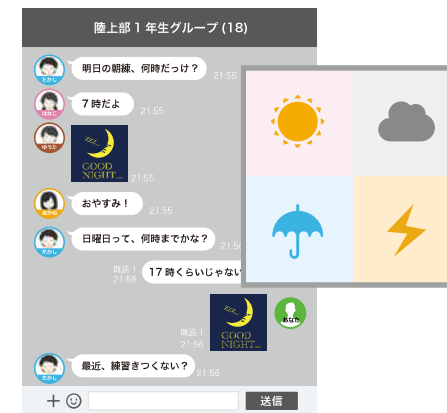


相手の
「イヤなこと」を
しないようにしましょう

というルールや指導で大丈夫？

「イヤなこと」の感覚が人によってズレやすく、ネットの特性によって、ズレがより大きくなります。

3つの視点からその内容を見てみましょう。



1 感覚のズレ

人によって「イヤだな」と感じる言葉には違いがあります。自分にとってイヤな言葉が、友だちのイヤな言葉と同じとは限りません。

2 ネットの特性

普段、「まじめだね」という言葉を解釈するときには、顔の表情やシチュエーション、トーンなどから、それがよい言葉なのか悪い言葉なのかを判断しています。しかし、メール等のテキストコミュニケーションの場合には、感情が伝わりにくく、それがよい言葉なのか悪い言葉なのかを判断するのが難しく、誤解が生じやすくなります。

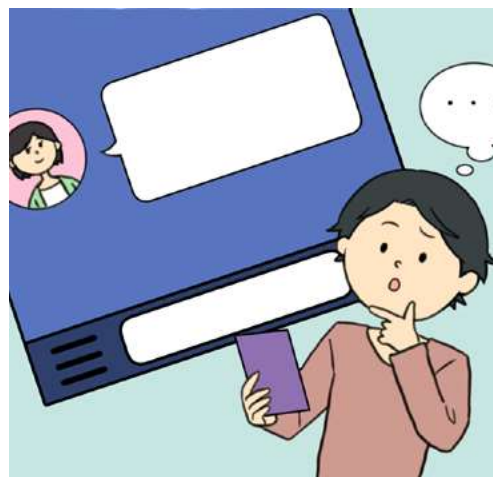
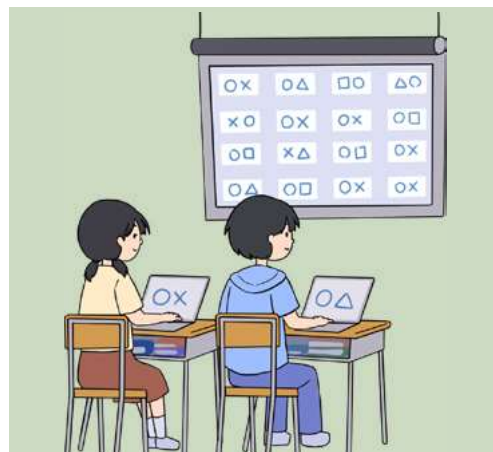
3 「リスクの見積り」によるズレ

子どもたちは、「何が危険か」は分かっているのですが、「どのくらい危険か」というリスクの見積りがズレやすく、「このくらいは大丈夫だろう」と思うことにより、トラブルにつながってしまうことがよくあります。

デジいく（デジタル活用能力育成プロジェクト）について

2021年度からは児童・生徒1人1台端末での学びが本格化するなど、学校においてもICTやインターネットを活用することが日常となっています。一方で小学校、中学校ともにネットトラブルが校内でも起きているという結果がでており、そうしたトラブルを防ぎ、児童・生徒がより安心してICTやネットを上手に活用して学習できるよう、情報モラル教育の重要性がますます高まっているといえます。

一般財団法人LINEみらい財団、ソフトバンク株式会社、LINEヤフー株式会社（Yahoo!きっず）、ソフトバンクロボティクス株式会社のSNS・通信・インターネット・プログラミング教育の分野において情報モラル教育に関わってきた四社は協業し、子どもたちのより良いコミュニケーションや健全なインターネット利用啓発のため情報モラル教育に積極的に取り組んでまいります。



LINE みらい財団

SoftBank

YAHOO! きっず*
JAPAN

SoftBank
Robotics

Yahoo!きっずは、インターネット上でみんなが新しいことに会えるサイトだよ。
学んだり、調べたり、遊んだり！ べんりなコンテンツを紹介するよ。



コンテンツの一例



ちよボットの防災ランド

家族とすごしたり、友達と遊んだり、勉強したりできるのは、命があるからこそ。
クイズやパズルに挑戦し、災害から自分と大切な人の命を守る知識を身につけよう！



世界スイッチ

未知のトピックスが溢れる『世界スイッチ』。世界各地の情報がキミの視野を広げ、
新たな発想のスイッチをONにする！ さまざまなアイディアに触れて知らない世界に
飛び込もう！



ココカラ学園

ココロとカラダのことを学べる「ココカラ学園」。クイズやテスト、インタビュー記
事を確認して大切な「こころ」と「からだ」について知ろう。



ほかにも、Yahoo!きっずには楽しいコンテンツがたくさんあるよ！

<https://kids.yahoo.co.jp/>

やふーきっず

検索

全国統一 スマホデビュー検定



考えよう 家族みんなで スマホのルール

私たちは子供たちの
情報モラル育成に取り組めます



この検定は、スマホデビューする上でぜひとも知っておいてほしい知識を、身につけてもらうための検定です。

合格を目指し、ぜひ親子でチャレンジしてみてください！

監修者紹介



藤川大祐

千葉大学教育学部 教授・教育学部長 文部科学省「ネット安全安心全国推進会議」委員や内閣府「青少年インターネット環境の整備等に関する検討会」座長代理などを歴任。メディアリテラシー教育の第一人者。

問題のイメージ

00:21.90

インターネットを使っていたら、急にこのような画面が出てきました。そのときにすべきこととして正しいものを選んでください。



A

ウィルスを取り除くためすぐにダウンロードする

B

画面に出ていた問い合わせ先にメールする

C

その画面を開いたままおうちの方に相談する

受検はこちら！（受検料無料）

<https://ymobile.jp/s/Ew7uH>



活用型情報モラル教材
GIGAワークブック たけはら
スタンダード
2025

ver.1.0

発 行 日 2025年2月28日

制 作 竹原市教育委員会
一般財団法人LINEみらい財団
静岡大学教育学部准教授 塩田真吾
常葉大学教育学部講師 酒井郷平
アラサキデザインスタジオ

協 力 ソフトバンク株式会社
LINEヤフー株式会社

LINE みらい財団

SoftBank

YAHOO! きっず
JAPAN

SoftBank
Robotics

- ・本教材は、東京都教育委員会と一般財団法人LINEみらい財団との共同研究による成果物「SNS東京ノート」をベースとして、GIGAスクール構想に対応した内容を加えています。
- ・本教材の著作権は、一般財団法人LINEみらい財団が保有しています。
- ・本教材は、児童・生徒・保護者への啓発・教育を目的として、無償で提供する場合に限り、自由に利用することができます。これ以外での2次利用はおやめください。