

1. 子どもの会話や過ごし方

家庭は子どもにとって最も心安らぐ居場所です。そして、家族のあいだで交わされる温かい会話やだんらんを通して多くのことを学んでいきます。日頃から家族のコミュニケーションを大切にしましょう。

家族で会話をする機会を増やしましょう



まずは「あいさつ」から…気持ちのよいあいさつでお手本を

「おはよう」「いってらっしゃい」「ただいま」「おかえり」「おやすみ」など気持ちの良いあいさつは、家族の絆を深めます。

「いただきます」「ごちそうさま」「ありがとう」は感謝の気持ちを育てます。

「ごめんなさい」は素直な心を育てます。

あいさつは、人間関係を築く出発点です。親が自分からあいさつする姿を見せて、あいさつから受ける「気持ちよさ」や「うれしさ」を子どもに伝えていきましょう。

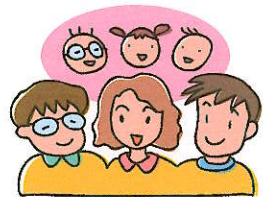
一日の出来事を聴いてあげていますか？

「うれしかったこと」「楽しかったこと」「いやだったこと」「くやしかったこと」など子どもの話を聴いてあげることで、安心して何でも話せる信頼関係を築くことができます。

子どもと一日の出来事を楽しく話すなど、家族の会話を増やすことで家族の絆が深まります。お互いに考えていることを話し合う時間を大切にしましょう。

親子でふれあう機会を増やしましょう

家族で過ごす時間を作っていますか？



忙しい毎日の中では、家族みんなで過ごす時間が少なくなりがちです。家族が一緒にいる時間をつくることで、夫婦や親子の会話が増え、コミュニケーションが深まります。また、一緒に家事をしたり、家族でできる何かに取り組んだりすることで、家族の一員として支え合っているということを実感します。

親子で一緒に遊ぶ、食事をする、お風呂に入るなど、普段の生活の中でできるだけ親子のふれあう時間を持つことを心がけましょう。時間は短くても、コミュニケーションをとることを意識しましょう。

2. 心の成長



家庭で、地域で、学校で、人との「つながり」を大切にしましょう！

地域での奉仕活動を行ったり、体験活動などをしたりすることで、豊かな心が育ちます。また、このような活動を継続すると、社会の一員として自覚が芽生えていきます。家庭・学校・地域で人とのつながりを大切にし、豊かな心を育みましょう。

家庭で、「家族の心のつながり」を大切にしていますか？

- ★ あいさつの実践からはじめ、親子での対話の場を設けていきましょう。まず、子どもの話に耳を傾けることから始めましょう。努力を認めてくれる、困ったときは相談できると感じたとき、親子の真剣な対話が生まれます。
- ★ 地域の行事や体験活動などに積極的に参加し、共通の話題を持ちましょう。
- ★ 家族みんなで過ごす楽しさ、愛情による絆を感じると、自分を大切にし、他人を思いやる心が育ちます。
- ★ 子どもにとって「お手伝い」は“家族の一員として自分が期待されている”ということを感じ取る良い機会です。また、それを継続することで子どもの責任感が育ちます。
- ★ 自然体験活動をとおして豊かな感性が育ちます。

「地域とのつながり」を大切にしていますか？

まず、子どもと関わる大人同士が「つながり」を持つことが重要です。

- ★ 地域の行事に親子で参加する機会を設け、人との関わりから「豊かな人間関係」を学ぶことで、心が育ちます。
- ★ 人との交流で認められ自己存在感に気づき、人間関係づくりができます。



子どもの言葉遣いは気になりますか？

- ◆ 大人から子どもへ心を育む場となるために、豊かな会話がなされることが大切です。まず、家庭で正しい言葉遣いを伝えましょう。
- ◆ 子どもの言葉遣いに注意をするべき立場のものとして、親の役割が強く期待されます。
- ◆ あいさつは人との交流の基本、まず、あいさつのできる子を育てましょう。人と人とのコミュニケーションをする中で、正しい言葉遣いが身につきます。

家庭で家族のコミュニケーションづくりを大切にしていますか？

家庭で子どもと話していますか。「この頃、変わったことはない？」と語りかけてみましょう。大人が子どもの話を真剣に聞き、心をくみ取り、聞き手のお手本を示しましょう。人は言葉を使って自分の気持ちを相手に伝え、相手の心もくみ取ります。

まず、大人がお手本を示し、丁寧な言葉を使いましょう。



3. いじめを許さない

どうしていじめが起きるのか、いじめを防ぐにはどうしたらよいかを家族で考えましょう。
いじめの兆候に気づいていますか？

いじめのサイン発見チェックリスト ～こんなことがあったら要注意～

- ☐ 起きてこない。布団からなかなか出てこない。
- ☐ 朝になると体の具合が悪いと言い、学校を休みたがる。
- ☐ 家からお金を持ち出したり、必要以上にお金を欲しがったりする。
- ☐ 表情が暗く、家族との会話も少なくなった。
- ☐ ささいなことでイライラしたり、物にあたったりする。
- ☐ 自分の部屋に閉じこもる時間がふえた。
- ☐ パソコンやスマホをいつも気にしている。
- ☐ 理由をはっきり言わないアザやキズアトがある。
- ☐ 寝つきが悪かったり、夜眠れなかったりする日が続く。
- ☐ 学校で使う物や持ち物がなくなったり、こわれたりしている。

「いじめ」をしていませんか。

- ☐ 言葉づかいが荒くなる。言うことをきかない。人のことをばかにする。
- ☐ 買ったおぼえのない物を持っている。
- ☐ 与えたお金以上のものを持っている。おこづかいでは買えない物を持っている。

(千葉県教育委員会 保護者向けいじめ防止啓発リーフレットをもとに作成)

ご家庭でも折にふれ、話し合いをしてみてください。

～自分も人も大切に思える子を育てるために心を育て、心をつなごう～

子供たちには、本当に「いじめは人間として恥すべき行為である。」としっかり理解させましょう。「善悪の判断」「他人の痛みを感じる」「思いやり」などの心をしっかり育みましょう。

《悪いにとは悪いとしっかりしつけよう》

- ☐ やってはいけないことや間違っただけはしっかり正している。
- ☐ 子供に対して「自分の行動には責任がともなうこと」を話している。
- ☐ 自分の子供だけ良ければという考えはしていない。
- ☐ 思春期の子供から逃げずに正面から向かい合っている。
- ☐ どんな小さな変化でも、子供の言動を見逃さないように注意している。
- ☐ 身の回りの小さなことから、命や環境を大切にすることを育てている。
- ☐ 差別や偏見は許されないことを気づかせている。

《思いやりのある子供を育てよう》

- ☐ 家庭で生活のきまりやルールをつくっている。
- ☐ 低学年から手伝いなどを行わせ、責任感や自立心を育てている。
- ☐ 朝の「おはよう」からはじめて、礼儀を身につけさせている。
- ☐ 子供に我慢を覚えさせている。
→物の買い与えずぎは、子供の心をゆがめる。
- ☐ 家庭内の年中行事や催事を大切にしている。
- ☐ 祖父母を大切にする親の姿をみせている。
- ☐ 手助けの必要な人を思いやれるようにしている。
- ☐ 生き物とのふれあいを通じて、思いやりの気持ちを育てている。

4. 非行・問題行動



子どもの非行を防ぐためのポイント

子どもを非行化させないために、親自身が自分をふりかえてみましょう。
子どもはなぜ問題行動をおこすのか考えてみましょう。

～子どもが望む楽しい家庭とは～
・家族の会話が楽しい
・親が自分の話をよく聞いてくれる

家庭は安らぎの場

家庭が子どもの安らぎの場になっているか、もう一度見直すとともに、普段から親子間で不満に思っていることなど幅広く話し合うようにしましょう。じっくりと話し合うことで問題が解決するものです。

お子さんが興味をもっていることや友達関係を知っていますか？
「わが家のやくそく」考えてみませんか。

- ・ 家族みんなで元気にあいさつをしよう。【あいさつ名人】
- ・ 手伝いをしよう。親子でいっしょに仕事をしよう。【わが家の仕事協力隊】
- ・ うれしいことを話し、心配なことは相談しよう。【うれしさ2倍・しんぱい半分】
- ・ 親子で本を読もう。【家族といっしょに心に栄養】
- ・ 言葉は正しくつかおう。【めざす！ことば美人】



子どもの危険信号を見落とさないで！

《家庭で》 次のことに気をつけましょう

非行に走るとき子どもは
信号を発しています！！

- 団らん、あたたかい家庭づくり、親子の会話ができる雰囲気づくりにつとめましょう。
- 基本的な生活のしつけをしっかりとし、物事のルールを教えましょう。
- 子どもにとって良い手本になれるよう、日頃から行動に気をつけましょう。
- 子どもが、変わったものを持っていないか行動や持ち物を把握しましょう。
- 相談を受けたら、結論を急ぐより、悩んでいる気持ちを聞きましょう。
- ただ怒るのではなく、しっかり叱れる大人になりましょう。

子どもたちの間では、思いがけない行動や様々なトラブルが発生します。早期に発見することが重要です。子どもが社会で生きる力を身につけること、また、人の痛みがわかること、命の尊さを知り、思いやりの心を育てることが大切です。家庭でじっくりと話し合い、自他共に大切にできる子どもを育てていきましょう。

5. ゲーム・テレビ等に費やす時間と影響

テレビやゲームを長時間すると「少しのことでイライラする」「怒ったり乱暴したりする」「人間関係をうまく作れない」「他人を思いやる心が育たない」など、子どもの健全な成長に影響するのではないかとということが心配されています。

ゲームやテレビの悪い影響を受けないためには、 どうしたらいいの？



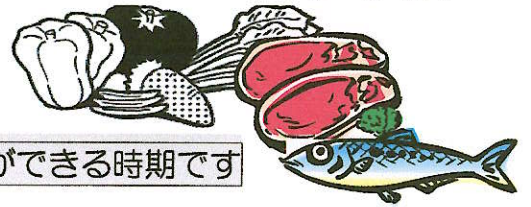
- (1) すべてのメディアへ接触する時間を制限することが重要です。
就学前は1日1時間、大人でも1日2時間までが安全と考えられます。
- (2) テレビゲームの時間は、1日30分までが安全と考えます。中毒防止のため、ゲームから離れる日「ノー・ゲーム・デー」を設けることが重要です。
- (3) 子ども部屋にテレビ、ビデオ、ゲーム、パソコンを置かないようにしましょう。
- (4) 子どもとメディアを利用するルールをつくりましょう。

(「日本小児科医会の提言」より)

ゲームやテレビの視聴についてチェックしてみましょう。

No.	項 目		
1	一日にどのくらいの時間、ゲームをしているか知っている。	はい	いいえ
2	一日にどのくらいの時間、テレビを見ているか知っている。	はい	いいえ
3	ゲームを長時間行うことに対して注意をする。	はい	いいえ
4	テレビを長時間見ることに注意をする。	はい	いいえ
5	子ども部屋にテレビやゲーム、パソコンが置いてない。	はい	いいえ
6	家族で「ノー・ゲーム・デー」を設けている。	はい	いいえ
7	テレビやゲームの内容は、暴力的なものなどが含まれていない。 子どもが持っているゲームソフトの内容を知っている。	はい	いいえ
8	家庭でテレビやゲームをするときの約束事を決めている。	はい	いいえ
9	小学校期は、言語能力が最も発達する時期だと知っている。	はい	いいえ
10	子どもとの会話を楽しんでいる。	はい	いいえ

7. 子どもの健康と食育



小学生の食事＝食習慣の完成期 食生活の基礎ができる時期です

1日3食規則的にバランスのよい食事を

さまざまなアンケートなどから、小学校でも朝ごはんを食べないで登校する児童がみられます。朝は忙しいものですが、ゆっくり朝ご飯が食べられるように、家庭の生活時間を見直すことも必要です。

体づくりに欠かせないカルシウムを十分に取しましょう

カルシウムは、日本人に不足しがちな栄養素のひとつです。小さな頃から、カルシウムを多く含む食品を毎日の食事に取りいれましょう。牛乳や乳製品は吸収率もよく手軽にカルシウムが取れるおすすめの食品です。

野菜・魚・豆・海藻などを食べましょう

嫌いなものはなかなか口にせず、特に臭いに敏感です。また、緑黄色野菜や骨があって食べにくい魚は嫌われがちです。しかし、どちらも成長に必要な栄養素を多く含んでいます。野菜は腸の働きにも大切です。調理法を工夫するなどして少しでも食べられたら、たくさん誉めてあげましょう。

好きなものばかり、おやつを食べすぎ

子ども自身で間食をするようになる頃から、子どもによっては、肥満が始まります。また、食べ過ぎや好きなものしか食べないなどの良くない食習慣が身につかないように注意しましょう。**おやつ**は、食事の一部として、果物、乳製品、野菜などを上手に取り入れて食べさせましょう。また、三度の食事に影響しない程度にしましょう。

栄養の偏りや不足

お菓子・加工食品・インスタント食品の利用が多くありませんか？お菓子・加工食品・インスタント食品だけでは、栄養に偏りや不足があります。栄養の偏りを補うような食品や家庭料理などをつくり、栄養バランスを考えましょう。

朝ごはん、しっかり食べていますか!! …早寝・早起き→朝ごはん

朝ごはんを食べると…

- ・体温があがります。→ 体がめざめ、元気に過ごすことができます。頭もめざめます。
- ・脳のエネルギー源であるブドウ糖を補給します。→ 脳が活発に動き始めます。
- ・ウンチが出ます。→ 体、スッキリ!!

すると…

集中力が高まり、やる気が出ます。→ 勉強の能率や成績がアップ!

8. 友達との関係づくり

豊かな人間関係を築く力の育成(ピア・サポート)

千葉県は平成17年度から「いきいきちばっ子思いやりプラン」という、小中学生に「豊かな人間関係を築く力」を育成する事業をスタートさせました。義務教育の9年間に学ぶ豊かな人間関係を築く力は、「自分を大切にする能力」（個人的能力）と「周りの人を大切にする能力」（社会的能力）です。

個人的能力 （自分を大切にする能力）

自分の感情、考え、行動を認識したり、コントロールしたりするための必要なスキル（行動の仕方）。また、知識や考え方のこと。

社会的（仲間）能力 （周りの人を大切にする能力）

一人ひとりが自分勝手に行動するのではなく、友だちの立場や考え、気持ちを考慮に入れて、お互いに助け合い支え合うようにふるまうための必要なスキル（行動の仕方）。また、知識や考え方のこと。

子どもたちはこれらの能力に含まれるスキルを、全ての学年で累計的に学習しています。各学年の授業テーマ、目標、行動目標は以下の通りです。

【豊かな人間関係づくりを教えるカリキュラム】

学年	テーマ	児童に示す目標	具体的な行動目標
1年生	コミュニケーション1 （話し方・聞き方）	なかまとなかよくする たすけあう	あいさつと聞く姿勢を身につける
2年生	コミュニケーション2 （話し方・聞き方）	なかまや友だちとなかよくする たすけあう	聞き方と話し方の基本ができるようになる
3年生	感情1	いろいろな気持ちがわかるようになるろう！	自分と相手の気持ちを考えられる
4年生	感情2	おたがいの感情について考え、よい人間関係を作ろう！	立場が違う人の感情を考え、落ち着いて自分の感情を伝える
5年生	問題解決	問題にじっくり取り組めるようになるろう！	人の感情を考え、問題解決をする
6年生	コミュニケーション3 （自己主張）	上手な自己主張をしよう！	思いやりと責任のある自己主張をする

よいよい友人関係を築くために必要な力です。ご家庭でも！

9. 家庭学習について

学校では、子供たちによりよい学習習慣を身につけさせるとともに、学習内容が定着するように日々の授業工夫・改善に努めています。家庭でも基礎的な学力の定着と向上を図るために家庭学習の充実を図りましょう。家庭と学校がさらに連携を深め、より確かな学力を身につけさせましょう。

1 家庭学習の習慣や方法

(1) 家庭学習の習慣（家庭学習のポイント）

- ① 毎日必ず学習する。 → 家庭学習の習慣化
- ② テレビを見ながら学習しない。 → 集中力の向上
- ③ 机の上をきれいにし姿勢よく行う。 → 学習の効率化
- ④ 学習が終わったら、次の日の準備をする。 → 忘れ物の防止

(2) 発達段階による家庭学習

- 低学年 → 学校の宿題ができる。家庭でも学習しようという気持ちをもてる。
- 中学年 → 学校の宿題だけでなく、自主学習もできる。
- 高学年 → 宿題が出なくとも進んで学習ができる。興味や必要性のある自主学習ができる。

(3) 家庭学習の時間のめやす

学年×10分（3年生ならば、3×10＝30分）

(4) 家庭学習の方法

国語	算数	社会・理科・総合
○漢字練習 ○漢字ドリル ○意味調べ ○日記 ○教科書の音読・視写 ○漢字調べ（部首・筆順） ○テストやプリントの問題をもう一度解く	○計算練習 ○計算ドリル ○スキルアップドリル ○教科書の問題 ○百マス計算 ○テストやプリントの問題をもう一度解く	○学習したことに関係のあることを資料集やインターネットなどで調べる。 ○授業で学習したことをもう一度ノートにまとめる。 ○学習の予習（教科書を見る）
日常生活	○読書をしましょう。 ○不思議に思ったことなどをインターネット等で調べてみましょう。 ○国語辞典、漢字辞典、その他の図鑑を身近において調べましょう。 ○日本地図、世界地図、地球儀を身近において調べましょう。 ○新聞や広告に目をとおしてみましょう。 ○自然や生き物とふれ合い、観察してみましょう。 ○詩や歌の暗唱をしましょう。	

2 家庭学習における保護者の役割

(1) 学習時間の確保を！

塾、習い事、スポーツなど、子どもたちもいろいろと忙しいと思いますが、短い時間でも、「必ず机に向かう」習慣を身につけさせましょう。家庭で話し合って、「何時から何時まで勉強する」など、無理のないように学習時間の設定をして下さい。

(2) 学ぶための環境づくりを！

テレビをつけながら学習しても、効果は上がりません。お子さんが落ち着いた学習環境でできるよう、各家庭で工夫したり、家族みんなで話し合ったりして下さい。

(3) 学校との連携を！

お子さんの学習の様子で、気になることがありましたら担任と相談しましょう。

(4) 見届け・励まし、そして一緒に！

子どもが学習したことにできるだけ目を通し、声をかけて下さい。ほめたり励ましたりしてやることで、お子さんはどんどんやる気を出します。学習したことに、コメントを書いてあげたり、ごほうびシールを貼ったりするなど、見届けをお願いします。

また、学習の様子を把握しながら、親子あるいはご家族でできるだけ一緒に取り組んで下さい。

《学習の基礎は規則正しい生活から》

- 早寝早起きをする。
- 朝ご飯を食べる。
- ゲームをする時間を話し合って決める。
- 自分で学習準備をする。

10. 安全について

地域の子どもの安全は地域の手で

子どもたちを犯罪から守るためには、学校と保護者の方々はもちろん、地域の方々を含めた大人みんなで、子どもたちが犯罪の被害にあわないように注意することが大切です。地域ぐるみで、子どもたちの安全確保にご協力くださいますようお願い致します。

子どもたちの笑い声が響く、安全で安心な地域を目指して

こんな時の
お約束

いつでもどこでも
守りましょう



いかのおすし

知らない人^{ひと}に
ついていか^いない



*こういうことばに気をつけよう
「犬をいっしょにさがして」
「〇〇駅はどちらにあるの？いっしょに行ってくれない？」
「おもちゃを買ってあげるよ。いっしょに遊ぼう」

知らない人^{ひと}の
車^{くるま}にの^のらない



*こういうことばに気をつけよう
「おうちの人にたのまれてむかえにきたよ」
「お家の人が交通事故で病院にはこばれたよ」
「お家まで送ってあげるよ」

お^おおごえを出^だす



知らない人に連れて行かれそうになったら、大声を出して、
近くの人に助けを求めましょう。

す^すく逃^にげる



暴力を振るわれそうになったり、連れて行かれそうになっ
たりしたら近くのお家やお店に逃げ込みましょう。
*子ども 110 番の家やかけこみ 110 番（ガソリンスタンドな
ど）など、どこにあるか覚えておくのと良いでしょう。

な^なに
何かあったら
すぐしら^しせる



お家の人や学校の先生におこったできごとを話しましょう。
同じことが起きないようにパトロールなどを行います。

子どもの登下校時間帯の見守り

犯罪抑止にもっとも効果があるのは人の目であるといわれています。
子どもたちの登下校時間に合わせて庭に出たり、犬の散歩やジョギング、
買い物に行くことなどが地域における子どもたちの安全確保の第一歩と
なります。

午前7時から午前8時までの登校時間
午後2時から午後5時までの下校時間



<参考文献> 千葉県教育委員会 教育広報「夢気球」Vol.27 平成18年3月
市原市教育委員会 「登下校時の児童生徒の安全確保について」

11. 小学校生活をもっと楽しくするために！

来年4月には、お子様の小学校生活がスタートします。スムーズなスタートができると学校生活がより楽しいものとなってきます。今のお子様の様子から以下の項目についてチェックしてみてはいかがでしょうか。



《チェックの仕方》

「◎」よくできる。

「○」少し心配である。

「△」わからない。

No.	項 目	チェック
1	決められた時刻（同じ時刻）に寝起きする。	
2	自分から進んで「おはようございます」「おやすみなさい」などのあいさつをしている。	
3	朝食を毎日食べている（スプーンやお箸を使って食事をしている）。	
4	毎朝、洗顔・歯磨き・手洗い・排便をしている。	
5	自分で服の脱ぎ着をしている。服をたたみ、枕元にそろえている。	
6	自分の名前をきちんと言える。	
7	自分の名前を呼ばれたら、返事をする。	
8	自分の名前（ひらがな）を読める。	
9	今日あったことや自分の思ったことを家族とよく話す。	
10	自分が使った物は、自分で片付ける。	
11	自分の物やみんなの物を大切に扱っている。	
12	外から家に帰ったら、手洗い・うがいをしている。	
13	家の人との約束やルールを守っている。	
14	お手伝いをしている。	
15	友だちと仲良く遊んでいる。	
16	鉛筆やクレヨンなどをしっかり持って書ける。	
17	お絵かきや折り紙など、椅子に座って20分程度集中できる。	
18	20分ぐらいで昼食を終えることができる。	
19	午後、お昼寝をしなくても過ごすことができる。	
20	家から学校までの通学路がわかっている。また、危険な場所がわかる。	

※ 「○」「△」がついた項目は、入学までにできるように心掛けてみましょう。

12. 薬物乱用防止～危険ドラッグ～

薬物乱用についての全国中学生意識・実態調査

大麻や覚せい剤などの違法薬物を容認する生徒が増えていることが、国立精神・神経医療研究センターの調査※¹で分かりました。回答した中学生のうち、「薬物乱用を肯定する生徒」は2クラス※²に約1人、「違法薬物を入手できると答えた生徒」は1クラスに約3人いました。



【薬物乱用経験をもつ生徒の特長】

- ・起床時間が一定していない
- ・朝食を食べない
- ・孤食が多い
- ・大人不在で過ごす時間が長い
- ・悩み事を親に相談しない
- ・学校生活が楽しくない
- ・遊び目的でのインターネット利用時間が長い
- ・薬物乱用の誘いを断る自信がない

※1 飲酒・喫煙・薬物乱用についての全国中学生意識・実態調査（2018年）

※2 1クラスを40人で算出

薬物乱用の危機から未然に防ぐには？

子供が自分自身を大切にし、悪い誘いを寄せ付けない、誘われても断れる自信を育みましょう。そして、危険な場所に近づかず、もし、危険を感じたら、すぐに逃げるように話しましょう。

「自分を大切に思える心」を育てる

- ・食事や睡眠など健全な生活習慣、挨拶などの日々のコミュニケーションを大切にしましょう。
- ・将来の夢や目標に向かっていく子供を支えていきましょう。
- ・得意なことを褒めて、認めてあげましょう。

【相談窓口】

千葉県精神保健福祉センター
043-263-3891

千葉市こころの健康センター
043-204-1582

【厚生労働省ホームページ】
「薬物乱用防止に関する情報」



子供の周りには危険がいっぱい！

子供を薬物乱用の危険から未然に防ぐには、保護者が子供の様子を日々注意深く見守り、周囲の環境を把握しておく必要があります。

《子供を取り巻く環境をチェック》

- ☐ 子供に携帯電話やスマートフォンを持たせている
- ☐ 子供にインターネットにいつでも接続できるパソコンを使わせている。
- ☐ 高校生と遊ぶことがある。or 友達関係がわからない。

《子供自身についてチェック》

- ☐ 帰宅時間が遅くなった。
- ☐ 理由のわからないお金を欲しがらなくなった。
- ☐ 食事を家族と一緒に食べなくなった。
- ☐ 目を合わせて会話をしなくなった。

危険な誘いは、あの手この手で子供達を脅かします。スマートフォンやパソコンが身近にあってインターネットがつながれば、危険な薬物は簡単に購入できてしまうのです。



13. スマートフォンの使用

<小学校>

子供は、どのような利用をしていますか？

何にどれくらい使っているかを、一緒に確認！

学習での活用も増え、利用時間は長くなっています。頭ごなしに叱らず、どんな使い方をしているか把握しましょう。
※スマホに入っているツールで**時間管理**することもおすすめです。（iPhone：スクリーンタイム・Android：デジタルウェルビーイング）

スマートフォンは、利便性の高い道具ですが、その使用には、大きな問題も存在しています。子供と一緒に考えてみましょう。



保護者がなかなか気づかないことがあります

<動画や写真は危険がいっぱい>

友人や知人の情報が含まれるものを投稿することで、不快感やトラブルを生むこともあります。

写真や動画の投稿サービスやアプリの多くは中学生以上が対象。対象年齢に満たない子どもの投稿は保護者のアカウントで一緒に行うようにしてください。

※18歳未満の子供の裸の写真は特に注意！

男女を問わず撮ったり、持ったり、送ったり、リツイートしたりする行為は全て**違法行為**です。

<SNS等でのいじめや誹謗中傷への対処>

相談しやすい親子関係づくり、話はじっくり聞く

子供が一人で悩みを抱えないためにも普段から「何でも相談にのるよ」と声かけをしましょう。

誹謗中傷等のやりとりは**スクリーンショット**などで保存し、いつ何が起こったのかを明確に記録しておくことが大切です。必要に応じて、専門家にアドバイスを求めましょう。

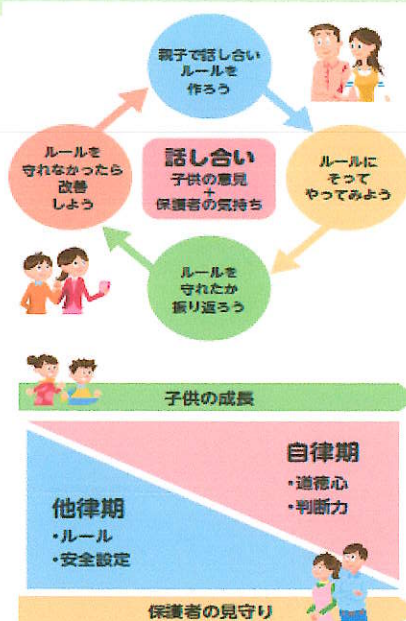
我が家のルール作り

① 子供の主張・保護者の意見を出し合う

タイミングは自分のスマホを持つ時がベストタイミングです。子供と保護者が意見を主張し、妥協し合ってルールを決めましょう。ルールが守れなかったり、子供が成長したりするタイミングでルールの見直しをすることも大切です。

② 子供の自律に向けて

自然体験や身体を使って得る経験、リアルでのコミュニケーションで、適正な判断力がつきます。年齢が上がるにつれ、自分でルールを考えることができるようになります。成長に合わせ、少しずつ自律していけるように手を貸しましょう。



「保護者が正しく知っておきたい4つの大切なポイント」(内閣府) (https://www8.cao.go.jp/youth/kankyau/internet_use/leaflet.html)
掲載リーフレットをもとに千葉県教育委員会作成

(相談窓口)

インターネット上の
誹謗中傷に関する
相談窓口のご案内



(時間管理ツール)

スクリーンタイムの
設定方法
(動画)



Digital
Wellbeing
(紹介ページ)



フィルタリングの活用

<保育所・幼稚園・認定こども園、小・中学校>

18歳未満の子供が使うデジタル機器へのフィルタリング設定は法律上の義務

「フィルタリング」は、好奇心や楽しさなどで冷静さを欠いた利用に適度なブレーキをかけるだけでなく、見た目ではわかりづらい悪意の仕掛けがあるサイトへのアクセスを防いでくれます。子供たちが意図せずトラブルに巻き込まれることがないよう、フィルタリングを上手に活用してください。

お子さんのためにも、
フィルタリングを活用
したいですね。



使うデジタル機器に合ったフィルタリングを選び、設定を！！

安全な利用環境づくりの基本は、Web とアプリの両方に正しい設定をすることです。スマホやタブレットのOS、契約する携帯電話事業者等によって、利用可能なフィルタリングサービスが異なるので、以下の一覧表を参考にしながら、子供が使うスマホやタブレットに合ったフィルタリングサービスを使いましょう。

スマホのOS		Android		iOS	
携帯電話事業者	対象	Web	アプリ	Web	アプリ
ドコモ、KDDI(au)、ソフトバンク・ワイモバイル		あんしんフィルター ※1		あんしんフィルター	※2 スクリーンタイム
その他の携帯電話事業者 〔いわゆる「格安スマホ」「格安SIM」の事業者等〕		各事業者が提供するフィルタリングサービス もしくは、各種フィルタリングアプリ等 ※3			

※1 Android端末の一部の機種では、あんしんフィルターではなく、OSの機能や他のアプリ(例: Google が提供しているファミリーリンク)等を使用する必要があります。購入もしくは機種変更の際にご確認ください。

※2 iPhoneやiPadは、基本的にあんしんフィルター等のフィルタリングアプリで制御できるのはWeb接続のみとなります。アプリに関するコントロールについては、Appleが提供しているスクリーンタイム等を使用する必要があります。

※3 「iフィルター」等のフィルタリングアプリ、もしくはフィルタリング機能が備わっているセキュリティアプリが利用可能。なお、これらアプリは、あんしんフィルターが使えるスマホや契約の切れている古い機器等にも導入・活用できます。

フィルタリング未設定の
機器で利用したい場合は、
購入店舗や携帯電話会社にお問い合わせ
ください。



千葉県マスコットキャラクター
チーバくん

「インターネットトラブル事例集」(総務省) https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/kyouiku_joho-ka/jireishu.html を加工して作成

「ペアレントコントロール」でできる安全な利用環境づくり

子供の安全のために保護者がネット利用環境を整えてあげてくれることを「ペアレントコントロール」と言い、その代表が「フィルタリング」です。個別に利用を許可するカスタマイズや、長時間利用を防ぐ時間設定など、本体設定やアプリでできることはたくさんあります。目的に応じて柔軟に活用しましょう。以下のような場合に活用してはいかがでしょうか！！

- ・有害なサイト等へのアクセスやアプリの利用を制限したい
- ・「長時間利用」を防ぎたい
- ・課金や位置情報を上手に活用したい

【その他】スマホだけでなく、ゲーム機やタブレット、子供に貸すことがある大人用のスマホやおさがりの機器等にも、ペアレントコントロールを忘れないようにしましょう。

(参考) インターネットトラブル事例集 (詳しく知りたい方はご覧ください) (総務省)

→

