



# こま 困っていませんか？ SNS・ネットトラブル

かがいしゃ ひがいしゃ  
加害者・被害者 にならないために！！

みやざきけんきょういくいいんかい じんけんどうわきょういくか  
宮崎県教育委員会 人権同和教育課

しやしん おく ほんとう だいじょうぶ  
その写真、送っても本当に大丈夫ですか？

おく と け  
⇒ 送ったものは取り消すことはできません！

「面白いから」「写真をほしいと言われたから」という理由で、安易に画像や動画を投稿・送信したことで、他の人に嫌な思いをさせた事例や、送った写真(自撮り画像など)が、多くの人にばらまかれて被害者になるばかりでなく加害者にもなってしまった事例が宮崎県でも発生しています。

さいみまん こ ほどか しやしん と も おく すべ  
18歳未満の子どもの裸の写真を、「撮ったり、持ったり、送ったり」は全て  
いほうこうい  
“違法行為” です！

じどう ほう みやざきけん せいしやうねん けんぜん いくせい かん じやうれい いはん  
「児童ポルノ法」・「宮崎県における青少年の健全な育成に関する条例」 違反！

これもダメ  
なんだね。

「撮っちゃダメ！」「男の子女の子もダメ！」  
「持っているだけでもダメ！」「送っちゃダメ！」  
「転送もリツイートもダメ！」

「送って」などと要求することもダメ！」



みやざきけんけんせんにくせいじやうれい  
宮崎県健全育成条例  
リーフレット



## めやすばこ し 「ネットいじめ目安箱」を知っていますか？



「ネット上にいやなことが書かれている」「勝手に写真や悪口を載せられた」「学校で悪口を言われた」など、いじめについて悩んでいることがあれば相談できます。自分のことだけでなく、つらい思いをしている友だちのことも知らせてください。匿名(名前・連絡先を知らせない方法)でも相談できます。左のQRコードからアクセスできます。画像投稿もできます。悩んだり、困ったりした時には、信頼できる大人に相談することが大切です。

でんわ そうだん ととき か き でんわ なまえ い そうだん  
電話で相談したい時には、下記に電話をしてください。名前は言わなくても、相談することができます。

じかんこども  
(24時間子供SOSダイヤル)

0120-0-78310 (な・や・み・い・おう)

(ふれあいコール) 0985-38-7654 ・ 0985-31-5562

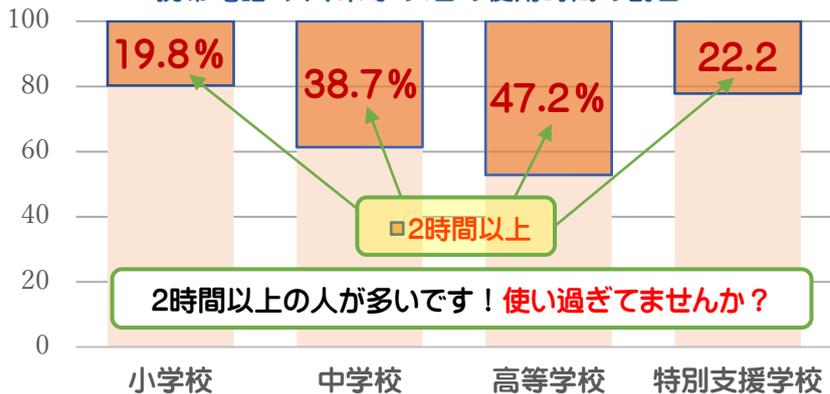
げつようび にちようび しゆくさいじつ やす あさ じ ぶん よる じ  
※月曜日から日曜日(祝祭日、12/29~1/3は休み) 朝8時30分から夜9時まで

# いちにち しょうじかん 一日の使用時間は？

「令和2年度 児童生徒の携帯電話・スマホ等の使用状況」の調査では、1日の使用時間が2時間以上の割合が、小学生で19.8%・中学生38.7%・高校生47.2%でした。

携帯電話・スマホの利用時間が長いと、睡眠時間が不足がちになり、健康や学習など日常生活にさまざまな影響を及ぼします。利用時間を自分でコントロールする力を持ちましょう！

R2 宮崎県の各校種ごとの全児童児童・生徒に占める  
携帯電話・スマホ等の1日の使用時間の割合



2時間以上の人が多いです！使い過ぎてませんか？

【R2 宮崎県教育委員会 人権同和教育課 調査】

こんなに、いるんだね・・・  
睡眠不足などが、健康に影響を与えます。  
しっかり食べて、十分な睡眠を取りましょう！！



# かくかてい つく 各家庭でルールを作りましょう。

子どものころ・からだ・いのちを守るために、家庭でのルールづくりが必要です。

スマホやインターネットを上手に使うために、保護者と子どもで話し合い、ルールを決めて、利用を適切に管理するようにしてください。

- 利用時間を決めましょう。

「( )時から( )時まで」 「寝る時には、居間に置いておく」など

- 個人情報や人の悪口は絶対に書かない。
- ネットで知り合った人には会わない。
- トラブルが発生したらすぐに相談する。
- フィルタリング機能を利用する。課金制限機能を使う。
- 家族のルール 「① \_\_\_\_\_」
- 家族のルール 「② \_\_\_\_\_」



内閣府 「ネットの危険から子どもを守るために」



## ☆児童生徒や保護者対象の情報モラルに関する研修会を行っています☆

- 宮崎県教育委員会・・・「ネットトラブル対応等の専門家(ITアドバイザー)の派遣」  
(問合せ先:人権同和教育課 0985-26-7238)

※ネットトラブルやスマートフォン等の正しい使い方についての研修を行います。  
※小・中学校で行う場合には市町村教育委員会に問い合わせてください。

- 宮崎県警察本部・・・「サイバーセキュリティカレッジ」・「情報モラル教室」  
(問合せ先:県警察本部 0985-31-0110)

※ネット上で起こっている犯罪の被害防止について啓発の研修会を行います。