

# ねりまく SNS練馬区ルール

じぶん あいて まも けつい  
～自分と相手を守る10の決意～

## 自分のために

- ①家族と利用時間を決める。
- ②自分の写真や動画、個人情報（※1）をのせない。
- ③投稿する際には保護者や先生に見られてもよい内容にする。

## 相手のために

- ④他の人の写真や動画、個人情報をのせない。
- ⑤送信する前に誰が見るか、見た人がどのような気持ちになるかを考えて読み返す。
- ⑥相手の都合を考えて、送信時刻・回数に気を付ける。
- ⑦人と会っているときは、スマホやゲーム機などの使用は控え、会話を大切にす。

## 家族のために（保護者向け）

- ⑧インターネット等の危険性について家族で話し合しましょう。
- ⑨インターネットにつながるすべての電子機器（※2）に、フィルタリングやセキュリティソフトを付け、安心して活用できるようにしましょう。
- ⑩子供の利用状況を把握し、いつ、どこで、どのくらい使うか、必要なときは保護者が確認するなど、保護者が責任をもって管理しましょう。

※1 個人情報とは、住所、電話番号、名前、写真、メールアドレス、IDなど個人を特定できる情報のことです。

※2 インターネットにつながる電子機器は、テレビ、パソコン、携帯電話、スマホ（スマートフォン）、ゲーム機、タブレット、携帯型音楽プレーヤーなどすべてを含みます。