

令和 8 年 度



SNS 田柄中 9 つのルール



はじめに…

☆困ったことがあったら保護者・先生、または下の連絡先に必ず相談する☆

よりそいホットライン 0120-279-338

自己解決できないこともたくさんあります。トラブルが大きくなる前に、すぐに相談しよう。

1 見た人が傷ついたり、不快に感じたりする内容は SNS に載せない。

書き込む前に、「本当に書き込んで良い内容か？」を何度も確認しよう。真の仲間を信じるために。

2 自分・他人の個人情報や写真は SNS に載せない。

一度出回った情報は回収できない。悪用され、取り返しのつかないことになる恐れがある。

3 フィルタリングを設定しよう。

違法サイトから自分を守るために、保護者と相談をしてフィルタリングを設定しよう。

4 勝手なダウンロードは行わない。

ダウンロードによる架空請求などのトラブルが増えている。保護者の確認をとってから。

5 ネット上の情報を見極める。

全ての情報が正しいとは限らない。自分で判断する力を！

6 利用時間を設定する。長時間の使用を控える。

寝る 1 時間前には手の届かない所へ。ブルーライトは睡眠の質の低下に繋がる。長時間の使用は勉強・健康の敵。

7 SNS の送信時刻・回数を考える。

SNS の利用は相手の都合を考えて、夜遅くは控える。(例：午後 10 時から午前 6 時 など)
未読・既読無視に腹を立てない。

8 やるべき事をやってから使用する。

学習・家の手伝いなど、自分のため、家族のための行動を優先しよう。

9 ながらスマホはやらない。

「勉強しながら」は効率低下。「話しながら」は関係悪化。「歩きながら」は事故の元。