



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 かぞく りようじかん き 家族と利用時間を決める。
- ② じぶん しゃしん どうが こじんじょうほう 自分の写真や動画、個人情報（※1）をのせない。
- ③ とうこう ほごしゃ せんせい み ないよう 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 ほか ひと しゃしん どうが こじんじょうほう 他の人の写真や動画、個人情報をのせない。
- ⑤ そうしん まえ だれ み み ひと きも 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
かんがえ よ かえ 考えて読み返す。
- ⑥ あいて つごう かんが 相手の都合を 考えて、送信時刻・回数に気を付ける。
- ⑦ ひと あ き しょう ひか かいわ 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
たいせつ を大切にする。

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 こじんじょうほう 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 でんしき 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。