

SNS 練馬区ルール

～自分と相手を守る10の決意～

自分のために

家族と利用時間を決める。

自分の写真や動画、個人情報（ 1 ）をのせない。

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

他の人の写真や動画、個人情報をのせない。

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。

相手の都合を考えて、送信時刻・回数に気を付ける。

人と会っているときは、スマートフォンやゲーム機などの使用は

控え、会話を大切にする。

家族のために（保護者向け）

インターネット等の危険性について家族で話し合います。

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す。

子供の利用状況を把握し、いつ、どこで、どのくらい使うかなど、保護者が責任をもって管理します。

- 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含みます。

我が家のSNSルール

簡単作成シート

使用時間

スマホ、SNSを使う時間は1日_____時間にします。

スマホ、SNSを使う時間は_____時までにはします。

使用場所

それ以降は、_____に置いておきます。

管理方法

SNSのパスワードは_____です。

このパスワードは(_____ (例) 家族で) 共有します。

投稿内容

次の内容はSNSに投稿しません。

_____ (例) 友達の写真

使用場面

次の場面ではスマホを使用しません。

_____ (例) 食事中

我が家の安全利用チェックリスト

インターネットやSNSの危険性について家族で話し合っている。

スマホや携帯電話にはフィルタリングや、セキュリティソフトをつけている。

週に1回以上は、子供の携帯電話の利用状況や、SNSの内容を確認している。

我が家のSNSルール

~つくってみましょう、我が家のSNSルール~

自分だけの
SNSルールを
作ってみるねり。



【SNS 学校ルール】

学校で配布された SNS 学校ルールを
貼っておこう。

このシートの活用方法

SNS 練馬ルールを家族で読みましょう。

学校の SNS ルールを家族で読みましょう。

練馬ルール、学校ルールを参考にして、簡単作成シートを家族でつくってみましょう。

我が家の SNS ルールづくりにチャレンジしましょう。