

活用型情報モラル教材



ワークブック

な が さ き



ビギナー

2024

# もくじ

はじめに	1
じょうほうモラルを学ぼう(45分じゅ業)	1
ICTでゆたかになる社会	2
たんまつを上手に活用しよう	4
生活を見直そう	7
使いすぎていないかな①	8
使いすぎていないかな②	10
自分と相手とのちがい	12
使いすぎていないかな③	14
じょうほう活用のう力を身につけよう(15分じゅ業)	17
使う前に	18
たんまつを使うときの言葉を知ろう	19
自分にあった方ほうで文字を入力してみよう	21
「大切に使う」とは	23
パスワードの作り方や使い方	25
まとめ	27
写真をとる	28
上手な写真のとり方を学ぼう	29
アップとルーズでクイズをつくろう	31
勝手ににとってよいのかな	33
勝手に写真をとられたら	35
まとめ	37
調べる	38
上手なけんさく方ほうを学ぼう	39
どの方ほうで調べたらよいのかな	41
見てもよいサイトかな	43
とつぜんメッセージが表じされたら	45
まとめ	47
考える	48
じょうほうを上手にほぞんしよう	49
調べたことを整理しよう	51
目のけんこうを守ろう	53
わからないときにどうすればよいかな	55
まとめ	57

きょうゆうする	58
上手な発表方ほうを学ぼう	59
感想をつたえよう	61
上手に聞けているかな	63
勝手に書きこまれたら	65
まとめ	67
つくる	68
上手なデザインの方ほうを学ぼう	69
つたえたいことを整理しよう	71
マネしてもよいのかな	73
たんまつが動かなくなったときは	75
まとめ	77
交流する	78
言葉を使わず上手に交流しよう	79
同じところとちがうところを見つけよう	81
これって悪口?	83
返事がないときは	85
まとめ	87
家で使う	88
家庭でのルールをつくろう	89
やることを計画してみよう	91
「学習の目てき」と言えるのかな	93
自分もやってしまいそうなトラブルは	95
まとめ	97
保護者の方へ	98
ケータイ・スマホトラブル分類表	99
家庭のルールを考えよう	100
フィルタリングやアプリの設定	103
インターネットにおけるコミュニケーションの特性	105
デジいく(デジタル活用能力育成プロジェクト)について	106

## 「GIGAワークブック」であつかう用語について

スマホ・・・スマートフォン	アップ・・・アップロード
ケータイ・・・携帯電話	ネット・・・インターネット

※ この教材は、ネットやスマホ・ケータイとの上手な付き合い方を「自ら考える」ことを目的としています。スマホ・ケータイの購入を推奨するものではありません。

活用型情報モラル教材



な が さ き

## はじめに

ネットがせかい中に広がり、1990年代には、ケータイ等のモバイルたんまつを持つようになりました。現在、大人たちはしこうさくごをくり返しながただ正しい使い方を考え、しばいもたくさんしています。みなさんが生きていくこれからの時代は、全く予想がつかない時代です。

みなさんにも学習の道具として1人1台たんまつが配ふされています。たんまつを上手に活用するために、学校やおうちでのやくそくやたんまつのかたについて「GIGAワークブック」を通して学んでいきましょう。

また、長時間使用によるし力のてい下等、けんこう上のかん点からも、たんまつを使用する前にやくそくを決めて、日ごろからけんこうチェックをすることを大切です。

これからの社会でもみなさんが学んだことを上手に活用してください。

近年、情報社会の進展により「いつでも」、「どこでも」、「だれでも」インターネットやSNS等を使って、情報を検索したり、発信したり、コミュニケーションをとったりできるようになりました。

学校現場では1人1台端末が整備され、学習など様々な場面で活用されています。

その一方で、令和5年度に長崎県が実施した調査では、子どもたちの携帯電話（スマートフォンを含む）の所持率は、小学校高学年で50%を超え、中学生では70～80%、高校生はほぼ全てが所持しているという結果となりました。それに伴うSNSやゲームの使いすぎ等による心身への悪影響、また、誹謗中傷などの不適切な情報の発信や出会い系サイトの利用、著作権の侵害など、インターネットをめぐる問題の多様化、低年齢化が加速しており、トラブルや犯罪に巻き込まれる事例も発生しています。

本来、情報機器やSNS等は、私たちの生活を豊かで便利にするために開発されたものです。安全で快適に活用するためには、私たちの情報モラルを含む情報活用能力が重要な鍵となります。

このような中、本県では、これまで学校での情報モラル教育の充実に向け、「SNSノート・ながさき」を活用してきましたが、1人1台端末の整備やスマートフォンの所持率の増加など、近年の子どもたちを取り巻く環境の変化に対応していくため、このたび、「SNSノートながさき」をアップデートし、活用型情報モラル教育教材「GIGAワークブックながさき」を作成しました。

本教材は、情報モラルに関する内容に加え、情報活用能力の育成や、「デジタル・シティズンシップ」の視点も取り入れており、これまで以上に様々な場面で活用いただける内容となっています。

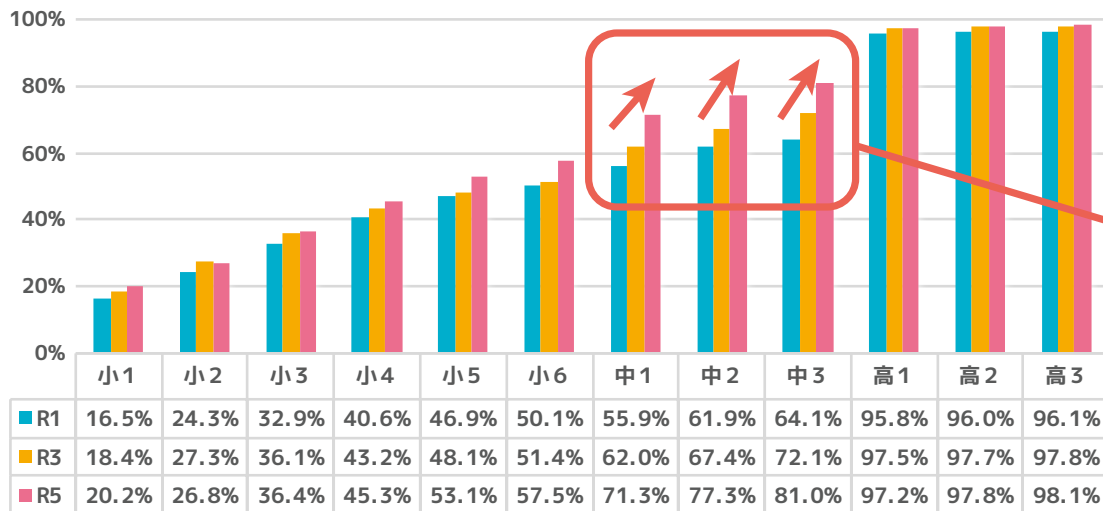
本教材の活用をおし、長崎県の全ての子どもたちが、「情報を上手に活用する力」や「情報のリスクに対応する力」を高め、これからの情報社会をよりよく生きていくために必要な資質・能力を身に付けることができるよう願っています。



1人1台端末を使った個別学習や調べ学習、カメラ機能の活用、意見の共有や発表、リモートによる交流、プログラミング学習など、学びの手段が大きく広がりました。

# 長崎県の子どもたちの現状について

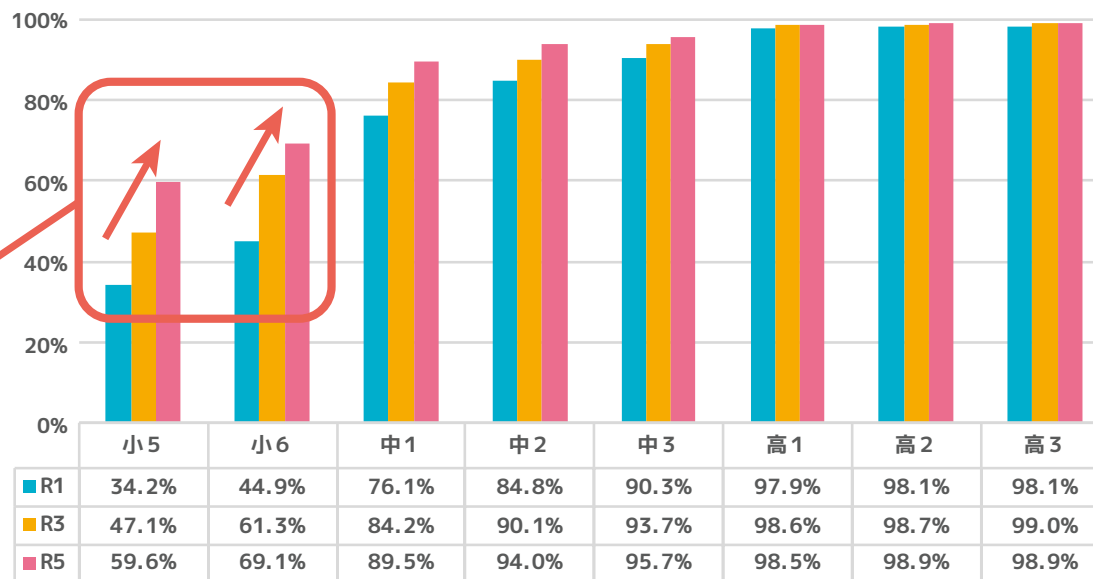
## 長崎県内の携帯電話（スマホを含む）所持率



てんしここぼん

長崎県では、小・中学生の携帯電話等の所持率が年々増加しています。特に中学生の所持率が大きく増加しています。

## 長崎県内のSNS（LINE等）利用率



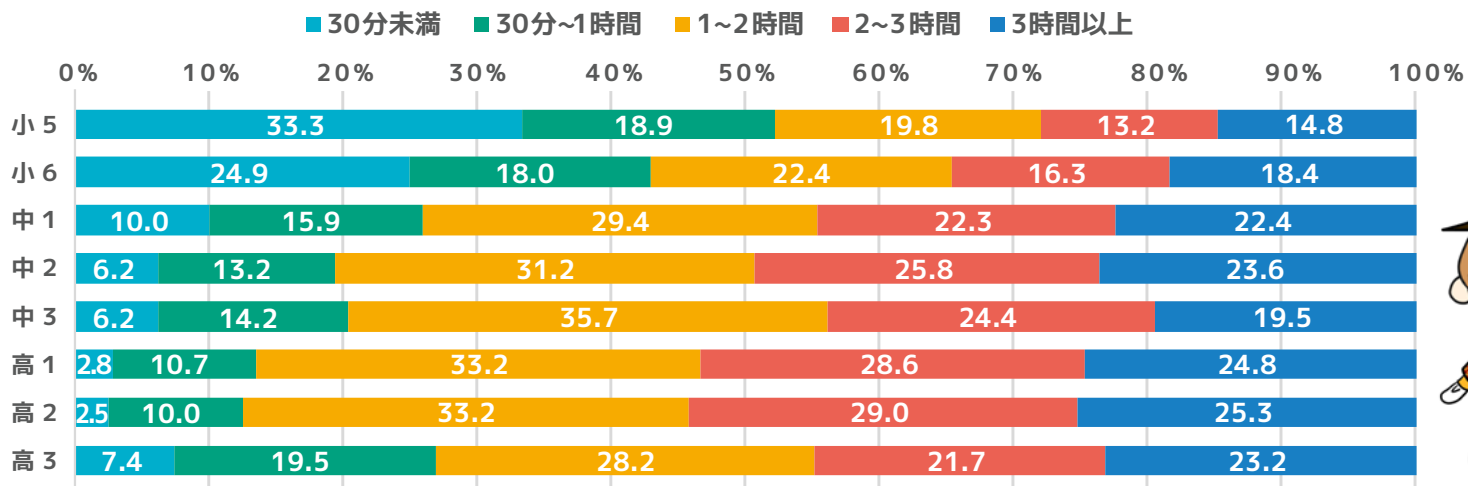
SNS等については、小・中学生の利用率が増加しています。特に小学生のSNS等の利用率が大きく増加しています。



ちやいなここぼん

# 長崎県の子どもたちの現状について

## 長崎県内の携帯電話（スマホ含む）使用時間割合



携帯電話等の使用時間は、学年が上がるにつれて増える傾向にあります。

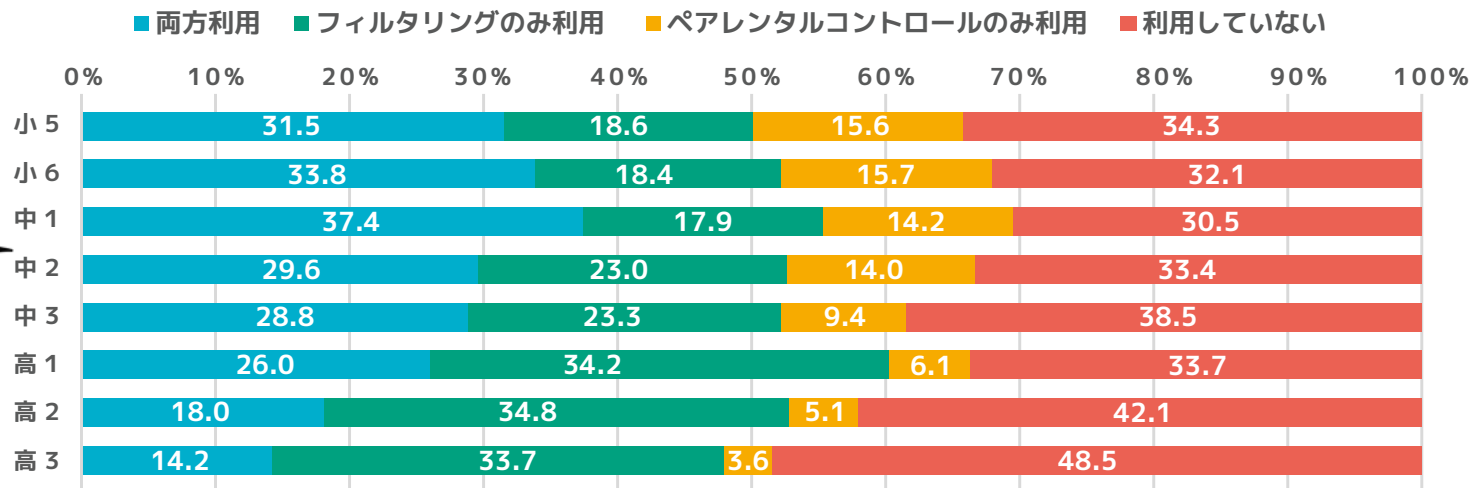


なんばんこぼん

携帯電話等の使用に関して、「チェーンメールを送られた」、「SNS等で悪口を書かれた」、「自分の写真などを無断で流された」等のトラブルを経験した子どもたちがいます。そのようなトラブルの防止には、「フィルタリング」や「ペアレンタルコントロール」の利用が有効です。



## 「フィルタリング」「ペアレンタルコントロール」の利用率

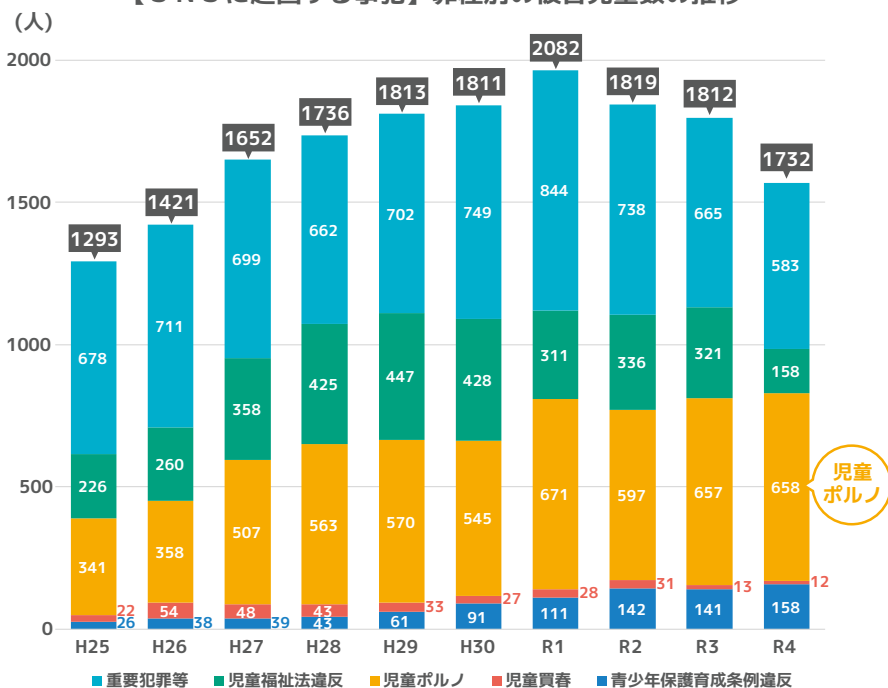


令和元・3・5年度「児童生徒の携帯電話の利用状況調査」(長崎県教育委員会)より

## ① SNSに起因した子どもの被害状況

令和4年 全国:1,732人 長崎県:20人

【SNSに起因する事犯】罪種別の被害児童数の推移



長崎県の被害状況は、小学生2人、中学生12人、高校生6人でした。20人の内、**フィルタリングの設定をしていた人は1人のみ**でした。

「自撮り被害」等の児童ポルノ被害は増加傾向です。

「少年非行白書（長崎県）」より

## 【対策①】フィルタリングなど機能制限の活用

スマートフォン等でインターネットを利用させる場合は、必ず有害な情報をブロックする「**フィルタリング**」を利用しましょう。

利用時間の制限・課金管理等の機能制限も積極的に活用しましょう。

### 小学生

リテラシーが不十分。必ずフィルタリングと機能制限で子どもを守る。



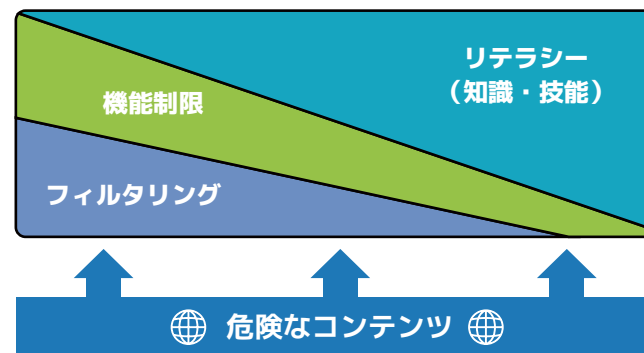
### 中学生

リテラシーを身につかせながら、親の管理のもとで、サイトやアプリを利用させる。



### 高校生

最終的にはフィルタリングや機能制限を使わずとも、自分で危険を回避できるように育てる。



成長に合わせて活用しよう！

あんしんフィルター

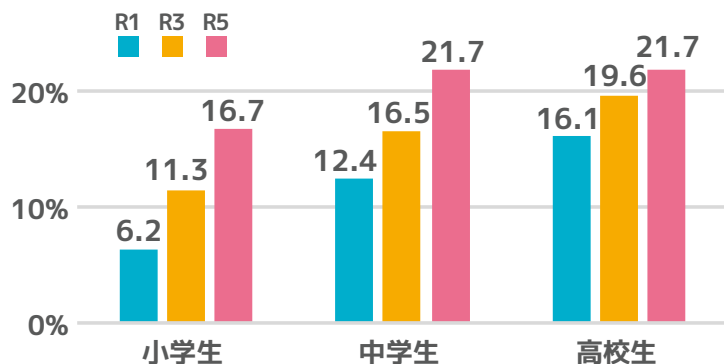
検索

携帯大手3社による、無料フィルタリングサービス



## ② インターネットやゲームの長時間利用

携帯電話の使用時間「3時間以上」の児童生徒の割合（長崎県）



【参考】長崎県教育庁児童生徒支援課調査結果

長時間利用により依存症等の問題が起きています。  
長崎県の調査結果を見ても、1日の平均使用時間が3時間以上と答えた人の割合が、年々増加しています。

## 【対策②】話し合いによるルールづくり

スマートフォン等の不適切な利用によるリスクについて家庭で話し合い、インターネットを賢く利用するための家庭内のルールをつくりましょう。

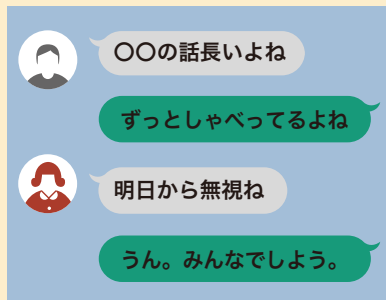
終わりの時間を必ず設定し、長時間の利用を防ぎましょう。ルールは子どもの納得が得られるように、子どもの意見を聴きながら、大人も一緒に決めていきましょう。



ながさき  
基準を  
参考に！

## ③ 友人・知人とのトラブル

1人の子を多数で追い詰める、発言を無視する、いじめ・嫌がらせのネタとなる写真や動画の拡散、グループトークから外す、ステータスメッセージを悪用した嫌がらせ等が全国で増加しています。



【参考】総務省インターネットトラブル事例集

## 【対策③】人とのコミュニケーションを大切に

子どもに様々な体験をさせ、人とのリアルなコミュニケーションの中で、マナーやモラル、思いやりの心などを育てましょう。



適切なメディア  
利用について大人も  
一緒に考えよう。





がっこう せんげん  
**学校メディア宣言**  
がっこうめい せんげん  
 ※学校名を書きましょう



がっこう せんげん じぶん かんが 学校メディア宣言で自分が頑張ること		
ねんせい 年生		たんじんいん 担任印
ほごしゃ 保護者より		
ねんせい 年生		たんじんいん 担任印
ほごしゃ 保護者より		
ねんせい 年生		たんじんいん 担任印
ほごしゃ 保護者より		

ゲーム・スマホ・テレビを使うときのおやくそく

**1** がっこう せんげん  
学校メディア宣言を  
まもります。



**2** おうちで使う  
ばしょをきめます。

**3** おうちで使う  
じかんをきめます。

分/時間

**4** ひと ぐち  
人のわる口やいや  
がることをかきません。



**5** 自分のことはのせま  
せん。おくりません。



**6** べんぎょうのとき  
しょくじのときは  
つか  
使いません。



**7** ほごしゃ  
保護者は  
フィルタリング等を  
とう  
設定したら  
○をつけてね






がくしゅうしゃようたんまつ  
**学習者用端末**  
 つか  
**を使ってどんな**  
 がくしゅう  
**学習をしたい?**

がくしゅうようたんまつ  
**学習用端末でやってみたいこと**



がっこう せんげん  
**学校メディア宣言**  
がっこうめい せんげん  
 ※学校名を書きましょう



がっこう せんげん じぶん かんが 学校メディア宣言で自分が頑張ること		
ねんせい 年生		たんじんいん 担任印
ほごしゃ 保護者より		
ねんせい 年生		たんじんいん 担任印
ほごしゃ 保護者より		
ねんせい 年生		たんじんいん 担任印
ほごしゃ 保護者より		

ゲーム・スマホ・テレビを使うときのおやくそく

**1** がっこう せんげん  
学校メディア宣言を  
まもります。



**2** おうちで使う  
ばしょをきめます。

**3** おうちで使う  
じかんをきめます。

分 / 時間

**4** ひと ぐち  
人のわる口やいや  
がることをかきません。



**5** 自分のことはのせま  
せん。おくりません。



**6** べんぎょうのとき  
しょくじのときは  
つか  
使いません。



**7** ほごしゃ  
保護者は  
フィルタリング等を  
とう  
設定したら  
○をつけてね






がくしゅうしゃようたんまつ  
**学習者用端末**  
 つか  
**を使ってどんな**  
 がくしゅう  
**学習をしたい？**

がくしゅうようたんまつ  
**学習用端末でやってみたいこと**

# こま 困ったことや不安なことがあったら・・・ ふあん

SNSトラブルなどで困ったことや不安なことがあったら、1人で抱え込まず、おうちの人や学校の先生など、周りの大人に相談しましょう。  
相談しづらいときは、下の相談窓口を利用してください。SNSトラブル以外のいじめや不登校などの悩みも相談できます。



## 長崎県教育委員会が設置している相談窓口

24時間子供SOSダイヤル  
(親子ホットライン)

なやみいおう  
☎ 0120-0-78310

メール相談窓口

soudan@news.ed.jp

スクールネット@伝えんば長崎

[https://www.tsunasou.net/notice\\_report\\_form/nagasaki/index](https://www.tsunasou.net/notice_report_form/nagasaki/index)

※中学生(中学部)及び高校生(高等部)対象



LINE登録



WEBアクセス

相談窓口名称	所管等	電話番号	受付日時
長崎県子ども・若者総合相談センター (愛称:ゆめおす)	長崎県子ども政策局	095-824-6325	10:00~18:00(月~水、金・土) ※電話対応は22:00まで(但し、土曜日は18:00まで)
児童相談所虐待対応ダイヤル	こども家庭庁 児童相談所	189(いちはやく)	24時間対応
こころの健康相談	長崎県子ども・女性・障害者支援センター	095-846-5115	9:00~17:45(月~金)
ヤングテレホン	長崎県警察	0120-786714	9:00~17:45(月~金)
こどもの人権110番	法務省	0120-007-110	8:30~17:15(月~金)
長崎いのちの電話	社会福祉法人 長崎いのちの電話	095-842-4343	9:00~22:00(毎日) ※第1・第3土曜日は24時間対応

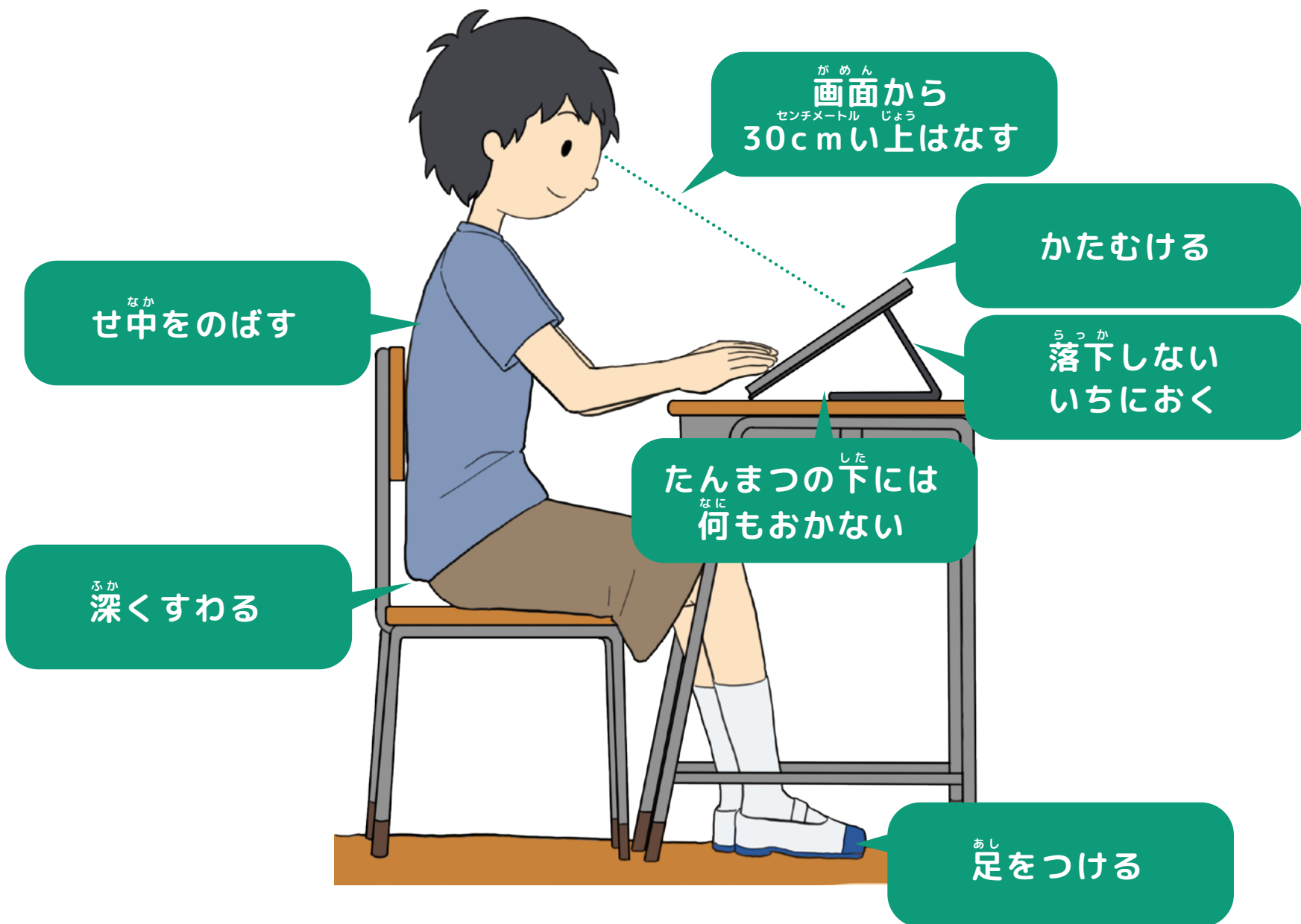


相談窓口については、長崎県教育委員会のホームページでも紹介しています。

【長崎県教育庁児童生徒支援課ホームページ】

<https://www.pref.nagasaki.jp/bunrui/kanko-kyoiku-bunka/gakkokyoiku/https-www-pref-nagasaki-jp-section-edu-zidouseitei-index-html/>

# つか たんまつを使うときのしせい



		けんこうチェック表 <small>ひょう</small>				
		チェックこう目 <small>もく</small>	あてはまるものをえらびましょう			「いつも」や「ときどき」をえらんだ人へ <small>ひと</small>
目の じょうたい	1	めがつかれる。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ときどき目をとじて、目を休ませましょう。</li> <li>・まばたきをするようにしましょう。</li> <li>・し力が落ちた（前より見にくい）と感じたら、ほけんの先生やおうちの人にそう だんしましょう。</li> </ul> 
	2	めがチカチカする。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	
	3	みつめていると文字や絵がだぶったり、ぼやけてくる。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	
きん肉や かんせつの じょうたい	4	すわっているときに、せ中がいたい。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体をほぐすストレッチをしましょう。（かたを回す・くっしんをする・せのびをする）</li> <li>・よいしせいで学習しましょう。</li> <li>・しょうじょうがづらい時には、ほけんの先生やおうちの人にそう だんしましょう。</li> </ul> 
	5	すわっているときに、こしがいたい。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	
	6	かたがこる。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	
	7	うでがつかれる、いたみがある。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	
ストレスの じょうたい	8	ねむれない。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ねる前には、強い光を出す電子きき（ケータイ・スマホ・タブレット・パソコンなど）を使わないようにしましょう。</li> <li>・電子きき（ケータイ・スマホ・タブレット・パソコンなど）を使う時間を少なくしましょう。</li> <li>・しょうじょうがづらい時には、ほけんの先生やおうちの人にそうだんしましょう。</li> </ul>
	9	イライラする。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	
	10	しゅうちゅう集中できない。	<input type="checkbox"/> いつも	<input type="checkbox"/> ときどき	<input type="checkbox"/> ない	

# たんまつそうさ じょうたつチェックひょう (1ねんせい)

たんまつそうさ じょうたつチェックひょう (1ねんせい)		できたら ○
No	こうもく	
1	じかんをまもってつかうことができる。	
2	たんまつをつかうときのしせいにきをつけて、つかうことができる。	
3	たんまつのでんげんをいれたり、きったりすることができる。	
4	ホームがめんにもどることができる。	
5	Wi-Fi(ワイファイ)をきったり、つないだりすることができる。	
6	おわるときに、ひらいているアプリなどをしゅうりょうすることができる。	
7	ファイルやデータをけして、せいりすることができる。	
8	アプリなどをつかって、おえかきをすることができる。	
9	てがきで、なまえをかくことができる。	
10	キーボードで、なまえをにゅうりよくすることができる。	
11	おんせいにゅうりよくで、ことばやぶんしょうをにゅうりよくすることができる。	
12	たんまつで、せんせいにかだいをていしゅつすることができる。	
13	カメラでしゃしんをとることができる。	
14	QR(キューアール)コードをよみとることができる。	

# たんまつそう作 さ じょう 上たつチェック表 ひょう ねんせい (2年生)

たんまつそう作 <small>さ じょう</small> 上たつチェック表 <small>ひょう ねんせい</small> (2年生)		できたら ○
No	こうもく	
1	<small>じかん</small> 時間をまもってつかうことができる。	
2	たんまつをつかうときのしせいに <small>き</small> 気をつけて、つかうことができる。	
3	<small>じぶん</small> 自分のIDやパスワードをおぼえている。	
4	<small>が</small> 画めんの <small>あか</small> 明るさをちょうせいすることができる。	
5	<small>おん</small> 音りょうをちょうせいすることができる。	
6	<small>とけい</small> 時計で、アラームをつかうことができる。	
7	ひつようのないデータをけして、せい理 <small>り</small> することができる。	
8	キーボードをつかって、 <small>ぶん</small> 文しょうを <small>にゅうりよく</small> 入力することができる。	
9	メモをつかうことができる。	
10	たんまつで、 <small>せんせい</small> 先生にかだいやてんぷファイルを <small>しゅつ</small> てい出することができる。	
11	カメラで、どう <small>が</small> 画をとることができる。	
12	スクリーンショットをつかうことができる。	
13	カメラでとったしゃしんやどう <small>が</small> 画をへんしゅうすることができる。	

さ じょう ひょう ねんせい  
たんまつそう作 上たつチェック表 (3年生)

たんまつそう作 上たつチェック表 (3年生)		あてはまるものに○ ◎…よくできた ○…できた △…あまりできなかった ×…できなかった
No	こく 目	
1	じかん まも つか 時間を守って使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
2	たんまつを つか 使うときのしせいに ぎ をつけて、 つか 使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
3	じぶん アイディー 自分のIDやパスワードをおぼえている。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
4	べんきょう 勉強のためにアプリを つか 使うことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
5	マップ(地図)を つか 使って、ひつようなことを しら 調べることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
6	ネットでけんさくをして、ひつようなことを しら 調べることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
7	ひつようなしりょうをいんさつすることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
8	メモを つか 使って、しりょうを づく 作ることができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
9	つき 1 度、データを整り せいり 理することができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
10	ローマ字入力で、ぶんしょう う 文章を打つことができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×
11	カメラを つか 使うときのマナーを し 知っている。また、じっせん することができる。	◎ ・ ○ ・ △ ・ ×



活用型情報モラル教材



な が さ き



## じょうほうモラルについて学ぼう (45分 じゅぎょう)

これから、たんまつを上手に活用するために、まずはき本となるじょうほうモラルを身につけましょう。

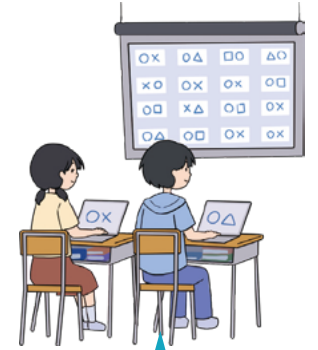
あいて相手をきずついたり、自分がトラブルにあってたりすることがないように、ともだちと話し合いながら、じょうほうモラルについて学びます。

アイシーティー  
ICT(パソコン・タブレットやスマホなど) でゆたかになるわたしたちの暮らし



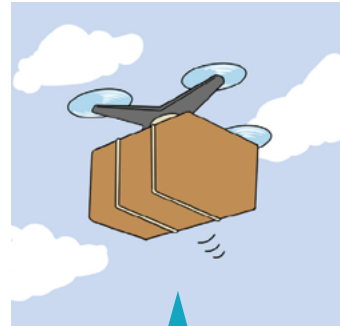
遠くにいる家族や  
友だちとお話できるよ

調べたいことをすぐに  
調べられるよ



みんなの考え方や答え  
をかんたんにくらべ  
ることができるよ

おうちでもわからないこと  
を先生に聞くことが  
できるよ



ドローン(空とぶ自動  
ロボット)が荷物を配  
たつしてくれるよ



うんてんしなくても  
自動で目つき地まで  
行けるよ

いろいろな家電が  
かしくなるよ



かんが  
考えてみよう

みなさんが大人になるころ、べんりになっているといいなと思うことを話し合ってみましょう。

## たんまつ等の活用が進むことで学びはどう変わるの？

### がっこう ぎょう 学校のじゅ業では

- ・ 自分のかいた絵や、作文を写真にとってほぞんする
- ・ QRコードを読みとって動画や写真を見る
- ・ 遠くにいる人にメッセージを送る
- ・ 考えたことをカードに書いてクラスの人に送る
- ・ 友だちの考えを送ってもらって自分の考えとくらべる
- ・ 自分の調べたいことを自分のペースで調べる



### かてい 家庭では

- ・ 学校で勉強したことをもう一度ネットで調べる
- ・ 学校に行けなくなったときに先生や友だちと話したり勉強したりできる
- ・ きょう味を持っていることをすきなときに調べる



1 この絵の中で、<sup>え</sup> <sup>なか</sup> <sup>き</sup> 気になるところに○をつけましょう。



2 ○をつけた理由<sup>りゆう</sup>をせつ明<sup>めい</sup>しましょう。

3 じょうず つか  
上手<sup>じょうず</sup>に使うためのルール<sup>か</sup>を考え<sup>かんが</sup>ましょう。

① せんせい はな  
先生<sup>せんせい</sup>が話<sup>はな</sup>しているときは

② はこ  
もち運<sup>はこ</sup>ぶときは



③ <sup>じぶん</sup>自分のパスワードは

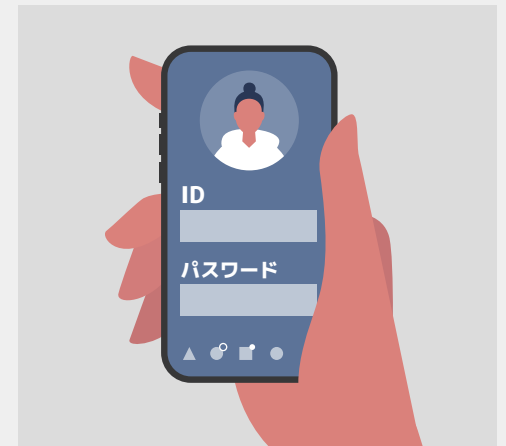
④ つくえの<sup>うえ</sup>上は

! ネットのとくせい

アイディー  
IDとパスワード

みなさんが使っている<sup>つか</sup>IDと<sup>アイディー</sup>パスワードは、とても<sup>たいせつ</sup>大切なものです。ほかの<sup>ひと</sup>人に<sup>おし</sup>教えることはせず、きちんと<sup>かんり</sup>しましょう。

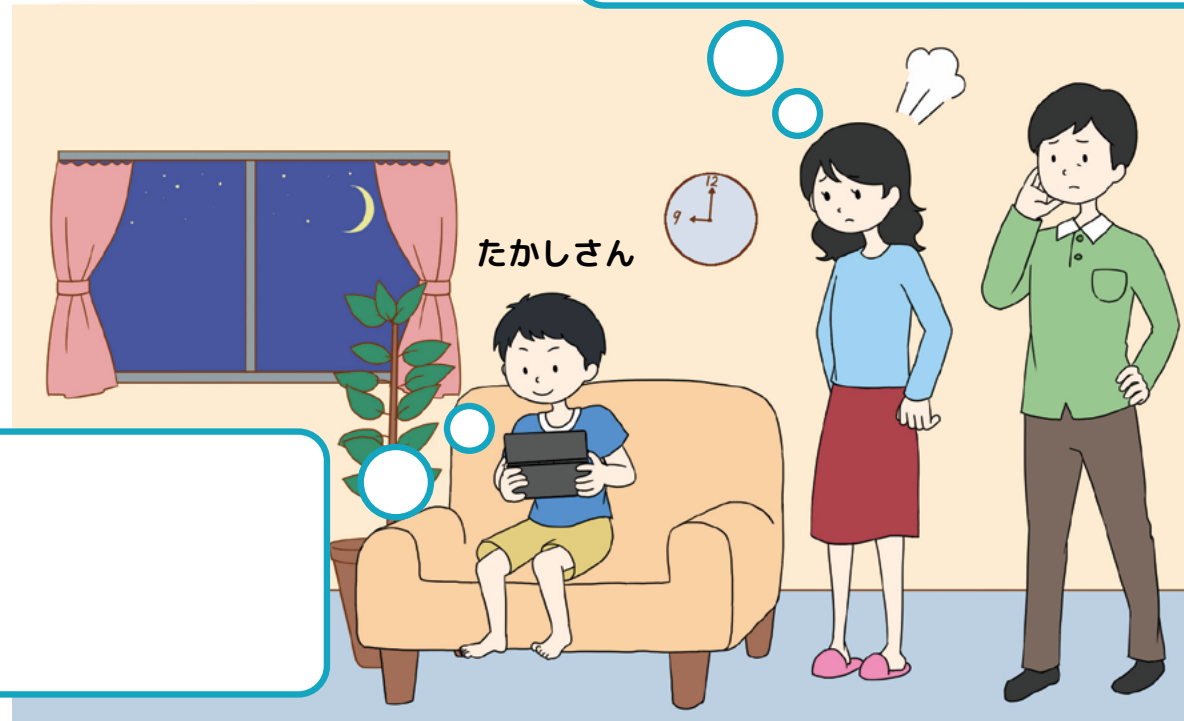
また、たんまつを使う<sup>つか</sup>時は、目を<sup>め</sup>近づけ<sup>ちか</sup>すぎずに、休けい<sup>きゅう</sup>をとりながら<sup>つか</sup>使うように<sup>かんり</sup>しましょう。





たかしさんのおうちの様子です。

① ふきだしに入る言葉を書きましょう。



② どこを直したらよいでしょうか。あなたの考えを書きましょう。



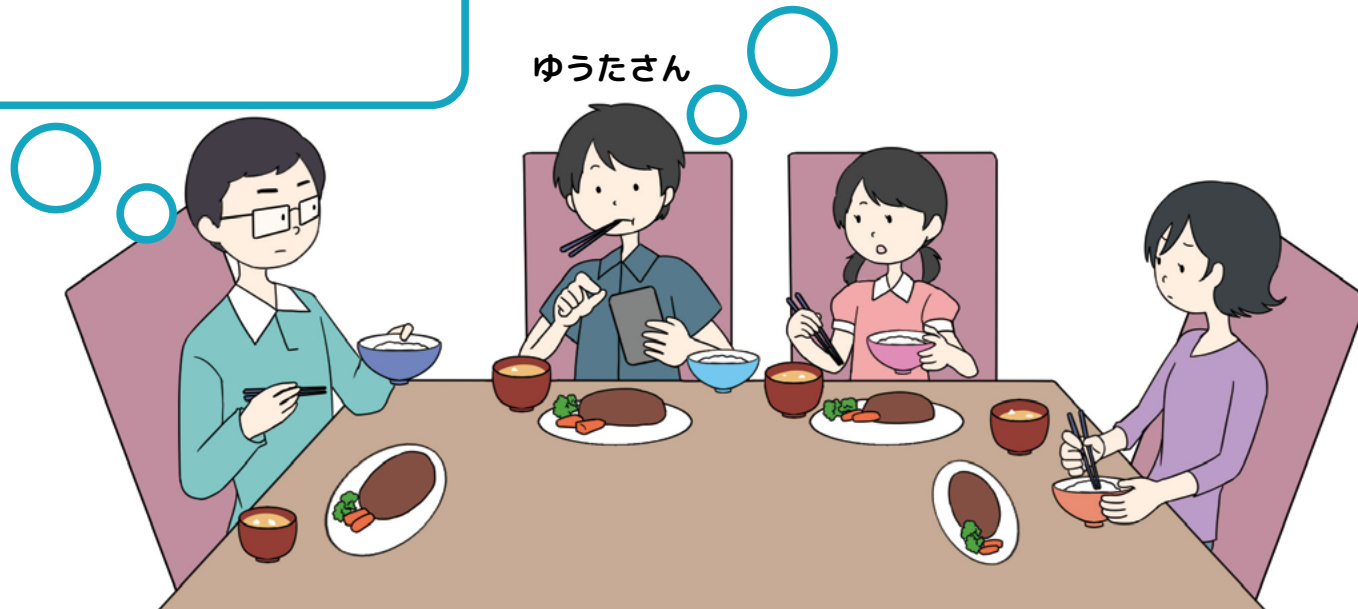
- ① <sup>へいじつ</sup>平日、ゲームやネットを<sup>なんじかんつか</sup>何時間使っていたら「<sup>つか</sup>使いすぎ」だと思<sup>おも</sup>いますか。  
1つえらんで、<sup>りゆう</sup>理由を<sup>めい</sup>せつ明してみましよう。



- ② どん<sup>き</sup>なに気がつきましたか。

ゆうたさんのおうちの様子です。

① ふきだしに入る<sup>はい</sup>言葉<sup>ことば</sup>を書きましょう。



② どこを直したらよいでしょうか。あなたの<sup>かんが</sup>考<sup>か</sup>えを書きましょう。

① <sup>いちばん</sup>一番「<sup>つか</sup>使いすぎ」だと思<sup>おも</sup>うカードを1つえらんで、<sup>りゆう</sup>理由をせつ<sup>めい</sup>明してみましよう。

① <sup>かぞく</sup>家族と<sup>あそ</sup>遊びに<sup>い</sup>行く  
ときにいつも  
マホやゲームきを  
<sup>も</sup>持っていく

② おこづかいは、  
ほとんどゲームに  
<sup>つか</sup>使っている

③ いつもネットや  
ゲームの<sup>はなし</sup>話ばかり  
する

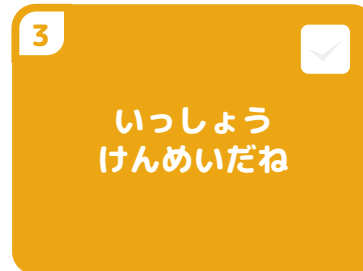
② どん<sup>き</sup>なに気がつきましたか。

きょうしつ ようす  
教室での様子です。

① ふきだしに入る言葉を書き、感じたことを話し合しましょう。



- ① あなたが、クラスの友だちから言われて「あまりうれしくない。」と感じる言葉を1つえらんで理由をせつ明してみましょう。



- ② 友だちのえらんだカードと見くらべて、どんなことに気がつきましたか。

! ネットのとくせい

もし文字だけでつたえると、そのときの「かんじょう」がつたわりにくいので、相手をきずつけてしまうこともあります。



たかしさんの<sup>とも</sup>友だちのおうちでの<sup>ようす</sup>様子です。



1 あなたがたかしさんならどうしますか。



! つか  
使いすぎないためには

① ネットやゲームを<sup>つか</sup>使いすぎないためには、どのようなルールがあるとよいでしょうか。

② ルールが<sup>まも</sup>守れないのは、どんなときでしょうか。