

「おかしいな…。」と思ったら

### ネットトラブルの相談窓口

- あすなろダイヤル 0744-34-5560
- 警察総合相談 #9110
- ヤング・いじめ110番 0742-22-0110
- 消費生活センター 0742-26-0931
- 子どもの人権110番 0120-007-110
- 違法・有害情報相談センター

<http://www.ihaho.jp>

※政府の保護者向けパンフレット  
などをもとに作成

「おかしいな？」  
と思ったら、まず  
は、大人に相談  
しよう！



### 平成26年度 奈良県高等学校生徒会連絡会 インターネット利用ルールブックづくりプロジェクトチーム

委員長	県立青翔高等学校	2年	野口 輝
副委員長	県立添上高等学校	3年	稲本華歩
〃	奈良育英高等学校	2年	柏木遼介
委員	県立五條高等学校	3年	中村芽萌
〃	県立奈良養護学校	3年	澤田久美
〃	県立奈良高等学校	2年	角張 凜
〃	県立西の京高等学校	2年	森本虎之介
〃	県立郡山高等学校	2年	中谷 仁
〃	西大和学園高等学校	2年	藤本健太郎



問い合わせ先 奈良県教育委員会事務局 生徒指導支援室  
【青少年を有害環境から守る奈良コンソーシアム構成団体】  
(TEL 0742-27-5435)

## 小・中・高校生が考えた！

# インターネット セルフルールブック

インターネットと私たち インターネットというつながりの中で  
知って得する！ネットマナーセルフルールブック☆ これで安心☆ネット100の基礎知識！

ネットの危険・安全・楽しみ方事典！ かしく使うインターネット インターネットという世界

なあ、インターネット使ってる？ 私とあなたとインターネット インターネットの光と闇～自分の身を守る  
身近に迫るインターネットの脅威 インターネットとの付き合い～あなたは大丈夫？携帯電話のいろは



携帯電話と向かい合おう！ 携帯電話の説明書 携帯と自分の付き合いかた  
あなたのスマホ大丈夫？ スマートフォンの脅威 近代ならではの危険

あなたは知っている？スマホのあんなこと、こんなこと まもっちブック MMYSブック（みんなでまもってよい社会）

## 奈良県高等学校生徒会連絡会

青少年を有害環境から守る奈良コンソーシアム

（平成26年度 文部科学省委託事業）



も

く

じ



## 委員長メッセージ

..... 1

## 代表的なトラブル事例

..... 2

## 今どき小・中・高校生の スマホ・ケータイ事情

..... 4

## SNS事件簿

..... 5

## スマホ・ケータイ 依存診断するところ

..... 6

## 高校生から各世代への メッセージ

..... 10

## ネットトラブル Q & A

..... 12

## セルフルールを作ろう!

..... 13

小学生のみんなは、保護者と一緒に読んでね!

### 平成26年度 奈良県高等学校生徒会連絡会 インターネット利用ルールブックづくり プロジェクトチームからのメッセージ

最近では、スマホ・ケータイを持つ小・中・高校生が増え、それにもなつてこわい思いをしたり、事件に巻き込まれたりすることが増えています。私たちプロジェクトチームも多くのメンバーが、スマホ・ケータイやパソコンを持っていますし、インターネットもよく利用します。その中で感じることは、『インターネットは便利なものでもあり、危ないものもある』ということです。インターネットは、使い方を間違えば大変な事になりますが、正しく使えばとても便利なものです。ですから、私たちにはインターネットについて必要な知識や危ないことには近寄らず、ウソをウソと見抜ける力を身に付けること、また、ルールを決めて使うことが必要です。このルールブックがそのきっかけになればと思い、メンバー全員で力を合わせて取り組みました。

みなさんには、このセルフルールブックを読んで、インターネットを安全・有効に利用してもらいたいと思います。

平成27年3月

平成26年度奈良県高等学校生徒会連絡会

インターネット利用ルールブックづくりプロジェクトチーム委員長

県立青翔高等学校2年 野口 輝





# 乗っ取り被害に？



**IDやパスワードは他人に知られないように  
しっかり管理しましょう！**

**ID→コンピュータなどの利用者を見分けるために  
使われる文字や数字など**



# 高額請求が!!



**アプリやアプリ内でアイテムを購入するときは、  
保護者に必ず相談しましょう！**

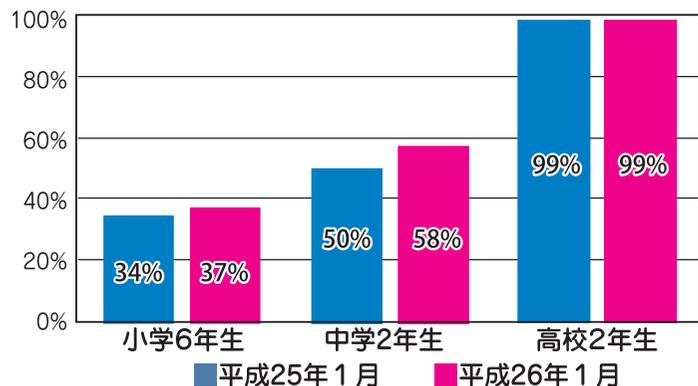
# 今どき小・中・高校生の スマホ・ケータイ事情

わからないことは、大人に聞いたり、  
自分で調べたりして解決しよう!

## SNS事件簿

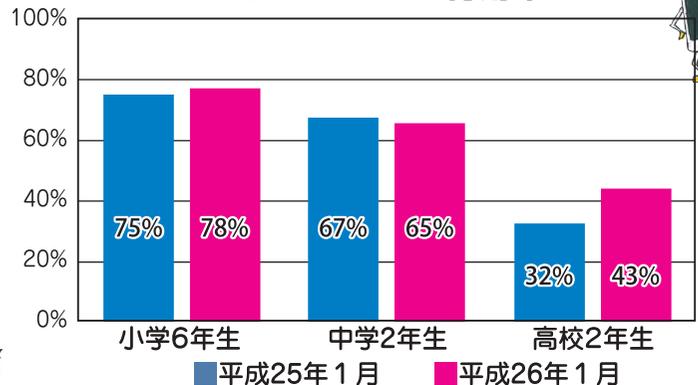


スマホ・ケータイの所有率



青少年が利用する携帯電話のフィルタリング利用実態調査(平成26年1月 奈良県青少年・生涯学習課)より

フィルタリング利用率



青少年が利用する携帯電話のフィルタリング利用実態調査(平成26年1月 奈良県青少年・生涯学習課)より

### フィルタリングとは?

子どもにとって有害なサイトやアプリへのアクセスを制限するサービスのことだよ!

**フィルタリングは、私たちを守る武器になります!**

**フィルタリングをしてトラブルに巻き込まれないようにしましょう!**

### 軽はずみな書き込みから人生が台無しに...

A子さんは、アルバイト先のレストランに来た有名人の写真を撮影して、SNSに書き込みました。名前や住所、アルバイト先について、詳しいことは書かなかったのに、アルバイト先に、Aさんが書き込んだことがわかってしまいました。

- インターネット上に、一度でも書き込みをすると、記録は消えることなく残り続けます。よって、将来、就職や結婚も台無しになることもあります。
- 名前や住所を書き込まなくても、発信元を特定することができる場合があります。インターネット上に発信する際は、現実社会と同様に、思いやりと責任をもちましょう。
- 他人や組織が被害にあった場合、損害賠償を求められることもあります。

### 写真を公開して居場所が特定されてしまった...

B子さんは、SNS上に、スマホで撮影したホームパーティーの写真をアップしました。すると、住所を知らないはずの元交際相手から、「今、お前の家の前にいる」というメールが送信されてくるなど、ストーカー被害を受けるようになりました。

- スマホ・ケータイで撮影した写真データには、GPS機能により、撮影した場所の位置情報が含まれている場合があります。写真データに位置情報を記録する設定は、普段スマホ・ケータイを利用する際には、OFFにしておきましょう。
- SNSの初期設定では、「すべての情報を公開する」となっていることが多いので、設定の際には、簡単に情報を公開しないようにしましょう。

GPS・・・現在位置を正確に割り出すシステムのこと

SNSとは?登録された利用者同士が交流できるインターネット上の会員制サービスのことだよ!  
LINE、ツイッター、フェイスブックなんかもSNSの一種だよ。

アプリ連携によるトラブルやフィッシング詐欺(サギ)などにも気をつけましょう!

# スマホ・ケータイ依存診断すごろく

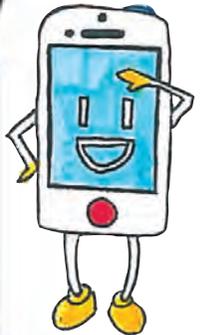


スタート

<p>一日にどれぐらい スマホ・ケータイを使う？</p> <p>スマホ・ケータイ を持ってない → 右に3進む</p> <p>～2時間 → 右に1進む</p> <p>2時間～ → 下に1進む</p>	<p>スマホ・ケータイを 使い過ぎて行うべ きことができない</p> <p>はい → 1進む</p> <p>いいえ → 階段を 下りる</p>	<p>2進む</p>	<p>診断結果 1へ</p>	<p>スマホ・ケータイのこと でよくけんかする</p> <p>はい → すべり台 を降りる</p> <p>いいえ → 1進む</p>	<p>診断結果 3へ</p>
<p>スマホ・ケータイを 5分以上手放せない</p> <p>はい → 6進む</p> <p>いいえ → 3進む</p>					
<p>5進む</p>	<p>「1日使うな」と 言われても大丈夫</p> <p>はい → 2進む</p> <p>いいえ → 1進む</p>	<p>スマホ・ケータイが ないと落ち着かない</p> <p>はい → 2戻る</p> <p>いいえ → はしご を上る</p>	<p>診断結果 2へ</p>	<p>診断結果 4へ</p>	<p>何よりもスマホ・ ケータイが優先だ</p> <p>はい → 1戻る</p> <p>いいえ → はしご を上る</p>



依存(いぞん)…頼って生活すること



診断結果は次のページへ



# 診断結果



スマホ・ケータイに、依存しすぎていませんか？

## 診断結果1

スマホ・ケータイを持っていないあなたも、いつか手にするときがくると思います。そのときは、家族と話し合ったり、自分でルールを決めたりして、上手に利用できるようにしましょう。

## 診断結果2

あなたは、スマホ・ケータイに依存し過ぎず、うまく利用できています。これからも、自分の行うべきことを優先し、スマホ・ケータイを有効活用できるようにしましょう。

## 診断結果3

あなたは、少しスマホ・ケータイに依存してしまう傾向があるでしょう。自分の行うべきことをしっかり考え、その上でスマホ・ケータイの便利さをいかせるようにしましょう。

## 診断結果4

あなたは、スマホ・ケータイに依存し過ぎてしまっているでしょう。一度、自分なりにスマホ・ケータイを使用する上でのルールを決め、生活習慣を見直しましょう。

依存(いぞん)・・・頼って生活すること



## 小学生のみなさんへ



小学生のみなさんは、もうスマホ・ケータイを持っていますか？それとも、今はまだみなさんもスマホ・ケータイを持つことにあこがれているところかな？

スマホ・ケータイは、とても便利です。でも、みなさんが考えているよりも、ずっとたくさんの危険がひそんでいるよ。

これから、**スマホ・ケータイを使うときは、保護者と決めたルールをしっかりと守ってね。困ったことがあれば、必ずまわりの大人(家族や先生)に相談してね。や・く・そ・く・だよ。**



## 中学生のみなさんへ

もう、みなさんはスマホ・ケータイを使っていますか？

ほとんどの人は、スマホ・ケータイを便利で楽しい道具の一つとして、使っているんじゃないかな。

でも、その考えはとても危険だよ。**インターネットだって、使い方を間違えれば、トラブルに巻き込まれたりするから。みなさんは、もう中学生。自分でしっかりと考えて、かしこくスマホ・ケータイを使ってください。**



## 高校生のみなさんへ

スマホ世代真っただ中の高校生のみなさん。

**インターネット上に、何かを発信する前には、必ず一度立ち止まって考えてください。**その情報は、本当に発信しても大丈夫かと…。油断していると、気付かないうちに取り返しのつかないことになっているかもしれません。場の雰囲気や気分によって流されて行動してしまうと必ず後で後悔することになります。軽はずみな迷惑行為をしてしまうことがないようにしましょう。

## 親の気持ち

～親世代へのインタビューから～



インターネットを使う時は、**家族で決めたルールをしっかりと守り、トラブルに巻き込まれた場合は、必ず大人に相談してほしいです。**最近では、インターネットを通じて、子どもが知らない人と知り合うことや、トラブルに巻き込まれるケースもたくさんあります。親として、現実社会でもインターネット上でも、『誰も見ていないところで、知らない人と知り合える』という場面は、できるだけ減らしてほしいと考えています。

## 知ってる？インターネットのあんなこと、こんなこと ネットトラブルQ&A

### Q. ネットトラブルを防ぐ方法がありますか？

- インターネット上に個人情報（名前、住所、電話番号など）を書き込まない。
- インターネットで知り合った人には会わない。
- インターネット上でメールアドレスやパスワードを要求されてもむやみに入力しない。
- パスワードを設定するときは、ローマ字、数字、記号（!、,、?、\$、%、~、&など）を使ってすぐにみやぶられないパスワードを作る。
- パスワードは定期的に変更する。



### Q. LINEのIDが乗っ取られた場合、どんなことが起こりますか？

- 知らない人からLINEメッセージが送られてくる。
- LINEのIDに加えて、パスワードやメールアドレスも盗まれた場合、アカウント本体が乗っ取られる可能性がある。
- アカウントが乗っ取られると、自分のスマホやケータイからLINEができなくなり、友だちや家族に向けて、自分になりすましたメッセージが送られてくる可能性がある。
- 最近では、不正に手に入れたIDで、友だちや家族になりすまし、コンビニで売っている電子マネーをだまし取るという手口の詐欺（サギ）が発生している。



#### アカウントとは？

インターネット上の様々なサービスやコンピュータそのものに接続するための権利のことだよ！



インターネットの危険性について、考えてみよう！

## のルール！

オリジナルのセルフルールを作ってみよう！

その1

その2

その3

その4

その5

その6

その7

例) 食事中は使わない、家ではリビングで使う  
夜〇時を過ぎたら利用しない  
自分の個人情報は書かない、悪口を書き込まない  
料金が〇〇円を超えた分はおこづかいで払う など

#### セルフルールとは？

自分のために、自分が決めて守る約束のことだよ！

