

SNS利用チェックリスト

1 相手のことを考える

- ☐ 相手の「気持ち」や「状況」を考えてコミュニケーションできる
- ☐ 他者や社会への影響を考えて情報を発信することができる

2 役に立つ使い方

- ☐ 自分の勉強や生活に役に立つ使い方ができる
- ☐ だれもが良かったと笑顔になれる使い方ができる

3 使い方を振り返る

- ☐ 利用時間や使い方を振り返ることができる
- ☐ 自分の使い方を堂々と説明できる

4 ルールを考える

- ☐ 使い方のルールを考え、保護者の方と話し合い守ることができる
- ☐ 相手のことを考えて友だち同士でルールを考え守ることができる

5 困ったときは直ぐ相談

- ☐ 困ったときは保護者の方や先生、友だちに相談することができる
- ☐ 困ったときの相談窓口を知っている
- ☐ 友だちが困っていたら保護者や先生に相談することができる

保護者の方と先生方へ

このガイドラインは、未成年の子どもたちがSNSを利用するうえで必要と
なってくる考え方や態度のもとになっているものです。もちろん、これ以外にも
安全教育として必要となってくる禁止事項や法律的なルールも必要です。ここで
は、多くのトラブル事例だけでなくよい使い方の事例などをもとに、いずれ利用
することが必要となった場合や、新しい機種やサービスが登場した時の判断の基
礎となる不易の内容を提示しています。使うことを禁止するだけでなく、これか
ら使う子どもたちが、思いやりや共感などを大切に、自身で判断して適切な使
い方ができるように一緒に考え、取り組んでいただけるようお願いいたします。



中学生が安心してインターネットを利用するための

SNSガイドライン

SNSとは、人と人とが交流することのできるインターネットのサービスのことです。

中学生のみなさんへ（ガイドライン作成の目的）

スマートフォン等を利用したSNSは、みなさんの生活や学習、お友だちとの交流に欠かすことが
できない道具となってきています。すでに使っている人や、これから使ってみようと考えている人も、
正しく使うためには自分自身で考えて判断することや、保護者の方との約束事を守ること、社会の仕
組みを理解しておくことなどが必要です。今から使い方について理解し、モラルを身につけておきま
しょう。

あ
や
つ
る
こ

相手のことを考える

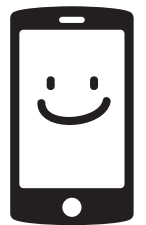
役に立つ使い方

使い方を振り返る

ルールを考える

困ったときは直ぐ相談





SNS ガイドライン 「あやつるこ」



相手のことを考える

あなたのことを大切に考えたメッセージを受け取るとうれしくなりませんか。
文章を送る前に、もう一度読み返して相手の気持ちを考えることを忘れないようにしましょう。
また、相手の場所や状況を想像して返事を待ってあげる余裕も必要です。
あなたが書いたことや送信した情報が相手や周りの人に与える影響を考えて使いましょう。



役に立つ使い方

自分の役に立つ使い方とは、どんな使い方なのでしょう。
勉強のために何かを調べることや、家族と連絡をとるために使うのは役に立つ使い方ですね。
また、遠くに住んでいる祖父母や友だちにメッセージや写真などを送って喜んでもらえたらうれしいですね。
まわりの人を笑顔にできるような情報発信ができれば社会の役に立つことができるかもしれませんね。



使い方を振り返る

メールや電話、SNS への情報発信などをするとともに、使った時間や相手、発信した内容を把握していますか？
普段の利用状況を、保護者の方や先生に聞かれた際に、堂々と答える事が出来ますか？
何をどのように使っているかを説明できるように、自分の使い方を振り返ってみましょう。



ルールを考える

節度ある使い方をするために、自分でルールを考えて、守ることができますか。
一緒に使う友だち同士でも、ルールを考えて、守ることができますか。
SNS の使い方や時間帯、場面、メッセージを見た、返事の対応などについて保護者の方や友だちと一緒にルールを考えてみましょう。
そして、もしルールが守れなかった場合の約束も保護者の方と一緒に考えておきましょう！



困ったときは直ぐ相談

“勝手に自分や友達の名前、顔写真・画像が掲載されていた！”
“悪口が書かれている！” “心当たりのないお金を、払えと要求された！”
そんな時は、自分で判断、解決しようと思わずに、直ぐに保護者の方や先生、友だちに話してみましょう。
また、普段と様子が違う、顔色が悪い、ネットを避けているように感じる友だちはいないかな？
声をかけてみよう！ 相談にのってあげよう！
友だちのことが心配になったら、保護者の方や先生に話してみる勇気をだそう！

身近に相談できる人がいなければこちらに。
・24 時間いじめ相談ダイヤル：0570-0-78310（なやみ言おう）