

# インターネット・スマホなどの 安全な利用のために

(家庭・子ども編)



多摩市の学校ではインターネットの安全な利用のために、SNS 学校ルールを作り、市内全域に広げています。それに加えて、家庭でのルール作りも大切になります。

スマホなどを持ち始めるときには、このシートを使って、保護者と子どもが一緒になって「家庭の SNS ルール」を作りましょう。

※SNS ルール:いじめ等のトラブルや犯罪に巻き込まれないようにするとともに、学習への悪影響を防ぐため、メールや無料通信アプリを利用する際のルール

中学生による生徒会サミットに、多摩市内全ての公立中学校が参加し、「3つの SNS ルール」を守るように決めました。さらに各ご家庭でもお子さんと一緒に、左下にあるような「学校の SNS ルール」をもとに「家庭の SNS ルール」を決めましょう。

学校の SNS ルール

記入日 年 月 日( )

---



---



---



---

家庭の SNS ルール

記入日 年 月 日( )

---



---



---



---

**多摩市立中学校生徒会サミットで決定した「SNS ルール」**

- 1 時間に注意する ※原則 22 時までとする
- 2 個人情報扱う際は責任を負い、相手から許可を得る
- 3 相手のことを考えて、言葉を選び、悪口は書かない

**家庭内で SNS ルールを決めよう**

子どもと一緒によく相談して納得いくルールを作りましょう

1 年後に、上のルールが守れたか  
振り返ります  
守れたこと・今後さらに取り組んでいくことを確認します

記入日 年 月 日( )

---



---



---



# 一人で悩まず、 困ったら相談しよう！

## 困ったときには専門機関へ相談しましょう

学校での悩みやいじめに関する相談やインターネット・携帯電話に関する悩み事・トラブルに関する相談（多摩市立教育センター）

学校での悩みやいじめの相談 ☎042-372-1030

インターネットなどのトラブル相談 ☎042-372-1038

いじめで困ったり、自分や友人の安全に不安な時は（文部科学省）

24時間子供 SOS ダイアル ☎0120-0-78310

いじめに関する相談24時間対応（東京都）

東京都いじめ相談ホットライン ☎0120-53-8288

こどものネット・ケータイのトラブル相談（東京都）

こたエール ☎0570-783-184

迷惑メール（迷惑メール相談センター）

<http://www.dekyo.or.jp/soudan/>

ウイルス・不正アクセス（IPA 情報セキュリティ安心相談窓口）

<https://www.ipa.go.jp/security/anshin/>

ネット上での詐欺・悪徳商法（警視庁サイバー犯罪相談窓口）

<https://www.npa.go.jp/cybersafety/>

架空請求・不当請求、消費トラブルの相談（多摩市消費生活センター）

消費者相談室 ☎042-374-9595

消費者ホットライン ☎局番無しの188

## 通信事業者や販売店には、スマホやネットに関する情報がいっぱい

ドコモ お客様相談窓口 ☎0120-800-000（無料）受付時間：9時～20時

au（KDDI）お客様相談窓口 ☎0077-7-111（無料） // :9時～20時

ソフトバンクお客様相談窓口 ☎0800-919-0157（無料） // :9時～20時