

# ネットバトルだより 80号

平成28年10月5日 相模原市立総合学習センター 学習情報班 発行

## 1 自分のインターネット利用の仕方について振り返りましょう

2学期が始まって1か月がたちました。1学期に比べて、生活習慣が明らかに乱れている様子が認められる児童生徒はいないでしょうか。もしかしたら「ネット依存症」が原因でないかと、疑ってみることも必要です。

そこで次のチェック表を参考に、インターネットの利用の仕方について振り返ってみましょう。



### ネット依存的傾向チェック表

次の設問について1問5点（いつもある：5点、よくある：4点、ときどきある：3点、まれにある：2点、まったくない：1点）で点数をつけ合計点を出しましょう。

1. 気がつくとき、思っていたより長い時間ネットをしていることがありますか	点
2. ネットを長く利用していたために、家庭での役割や家事（炊事、掃除、洗濯など）をおろそかにすることがありますか	点
3. 配偶者や友だちと過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがありますか	点
4. ネットで新しく知り合いを作ることがありますか	点
5. 周りの人から、ネットを利用する時間や頻度について文句を言われたことがありますか	点
6. ネットをしている時間が長くて、学校の成績や学業に支障をきたすことがありますか	点
7. 他にやらなければならないことがあっても、まず先に電子メールやSNSなどをチェックすることがありますか	点
8. ネットが原因で、仕事の能率や成果に悪影響が出ることがありますか	点
9. 人にネットで何をしているのか聞かれたとき、いいわけをしたり、隠そうとしたりすることがありますか	点
10. 日々の生活の問題から気をそらすために、ネットで時間を過ごすことがありますか	点
11. 気がつけば、また次のネット利用を楽しみにしていることがありますか	点
12. ネットのない生活は、退屈で、むなしく、わびしいだろうと不安に思うことがありますか	点
13. ネットをしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、言い返したりすることがありますか	点
14. 夜遅くまでネットをすることが原因で、睡眠時間が短くなっていますか	点
15. ネットをしていないときでも、ネットのことを考えてぼんやりしたり、ネットをしているところを空想したりすることがありますか	点
16. ネットをしているとき「あと数分だけ」と自分で言い訳していることがありますか	点
17. ネットをする時間や頻度を減らそうとしても、できないことがありますか	点
18. ネットをしている時間や頻度を、人に隠そうとすることがありますか	点
19. 誰かと外出するより、ネットを利用することを選ぶことがありますか	点
20. ネットをしていないと憂うつになったり、いらいらしたりしても、再開すると嫌な気持ちが消えてしまうことがありますか	点
出展:ICTの進化がもたらす社会へのインパクトに関する調査研究(ネット依存調査におけるYoung20判定手法) 総務省 平成26年度版情報通信白書( <a href="http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h26/html/nd2b0000.html">http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h26/html/nd2b0000.html</a> )	計
	点

合計点を基に、自分のネット依存的傾向を測ってみましょう。

**20～39点＝ネット依存的傾向低、40～69点＝ネット依存的傾向中、70～100点＝ネット依存的傾向高**

点数が高かった人は、自分のインターネットの利用の仕方を見直し、健康的なインターネットの利用を心がけましょう。

## 2 携帯安全教室を行いました（まちかど講座報告）

### 情報発信の特性を光と影から理解する学習活動の例



#### ①映像教材を視聴

（＊画像は広教 事例で学ぶ Net モラル 2016 版 より）

映像に登場した情報機器のプラスの影響とマイナスの影響を書き出しましょう。

プラスの影響	マイナスの影響

#### ②映像教材に登場した情報機器のプラスの影響とマイナスの影響を考える



#### ③トラブルが起きた原因や今後の情報機器の使い方について個人やグループで考える

（「21 世紀を生き抜く児童生徒の情報活用能力育成のために」（文部科学省）を参考に作成）

9月25日（日）、橋本公民館で成人を対象に携帯安全教室を行いました。

大人が携帯電話やスマホ、インターネットを使っていく上で、どのようなことに気を付けて使っていけばよいかについて考えました。

参加した方々は熱心に話を聞き、また、グループ討議を行い、情報機器の仕組みを踏まえ、発信の影響を予想した利用が大事であることを学びました。

また、最後には、自分たちなりのスマホ5つのルールを、グループで話し合いつくりました。

### 情報発信の特性を光と影から理解しよう

ネットパトロールだより78号にも掲載しましたが、情報端末やインターネットを利用する際は、その仕組みや影響を踏まえた上で、発信する情報を考えることがポイントです。

例えば、今回の講座では、トークアプリによるトラブル事例の映像教材を見た後に、その映像で登場したアプリケーションの便利なところ（プラス面）と起きてしまい困ったところ（マイナス面）を受講者同士で考えました。その上で、影響をもとに事例が起きた原因を考えました。

情報機器そのものは利便性を考えて開発されているものですが、その光と影を見極めて、原因や対処法を考えることは、インターネット上の情報発信の特性を理解する上でとても大事なことです。

ぜひ、各学校でも例のような学習活動を取り入れた情報モラルの授業に取り組んでみてください。

## 今月のネットパトロール状況

### 学校非公式サイト

（8/31 現在：337 サイト、前月比-2）

●個人情報に掲載されているサイト数	19件
●飲酒・喫煙などの不法行為が掲載されているサイト数	0件
●誹謗中傷が書き込まれているサイト数	42件
●トラブルについて書き込まれているサイト数	0件
●その他（不適切な内容の書き込みがあるサイト数）	46件

### 個人SNSサイト

（8/31 現在：1867 サイト、前月比+127）

●個人情報に掲載されているサイト数	1803件
●飲酒・喫煙などの不法行為が掲載されているサイト数	82件
●誹謗中傷が書き込まれているサイト数	99件
●トラブルについて書き込まれているサイト数	43件
●その他（不適切な内容の書き込みがあるサイト数）	350件