

生活だより

7・8月の帰宅時刻
午後6時00分

安全で楽しく元気に夏休みをお過ごしください！

明日から夏休みが始まります。色々な予定を立てていることと思いますが、安全で楽しい夏休みにするためにも、交通ルールや公共施設利用のマナーなどを守りましょう。また、健康的な生活リズムを維持し、毎日を元気に過ごしましょう(5月に配付しました「夏を楽しく」も参考に)。休み明けにはたくさんの思い出話を聞かせてくれることを楽しみにしています。

【規則正しい生活をしましょう】

生活リズムを整えることは、免疫力や集中力、やる気の向上にも繋がるといってデータも示されています。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけることで毎日を元気に過ごすだけでなく、集中して課題に取り組むことで夏休み明けからの学習に備えましょう。メディア利用の時間についても家庭で決めておきましょう。

【交通安全を心がけましょう】

北海道の小学生の交通事故には、「下校中や帰宅中(14～17時台)に多い」「低学年が全体の約7割を占める」「歩行者側の飛び出しや横断違反、信号無視といった法令違反が全体の4割を占める」といった特徴があります。よく利用する道路だからと油断せず、交通ルールを守って生活をしましょう。

【楽しく安全に遊びましょう】

公園の施設や遊具は正しく使いましょう。また、他の利用者も安心して遊べるように、状況に合わせた遊び方も工夫しましょう。花火は決められた場所で保護者と一緒に楽しむようにし、後始末も忘れずに行いましょう。お祭りや買い物、大型ゲームコーナーも保護者同伴とし、子どもだけで行くことはできません。大人がいない家への出入りもやめましょう。

【事件や事故から身を守りましょう】

自由になる時間が多い分、夏休みは行動範囲が広がる傾向にあるので、「いつ・どこで・だれと・何をするか」を伝える」「子どもだけで海や川など危険な場所に近づかない」「他人には自宅の鍵を見せない」といったことに気をつけましょう。保護者の目が行き届きにくい長期休みだからこそ、我が家の守るべきルールを決めておきましょう。

【ネットと正しく付き合いましょう】

7月までに全学年で「ネットモラル教室」を実施しました。その中で「人の悪口や個人情報を書き込まない」「知らない人に写真を送らない」「会おうと言われてもすぐ会いに行かない」といったことを学習しています。お子さんのネット利用の様子を定期的を確認し、トラブルに巻き込まれないように注意しましょう。※詳細は裏面

【金銭トラブルには注意しましょう】

「友だち同士で奢る、奢られる」「金銭の貸し借りや要求」「ゲーム課金」「無計画な出費」など、金銭に関するトラブルは様々な場面で起こり得ます。必要の無い金銭は持ち歩かないことを心がけるとともに、お金の使い方についてもご家庭で話し合っておくようにしましょう。金銭だけでなく、携帯ゲーム機などの貴重品の扱いも同様に気をつけましょう。

様々なネットトラブル

我々大人の知らない機能を活用している子どもにとっての「普通」は、大人の「普通」とは別物と言えそうです。安易に「大丈夫だろう」と考える前に、インターネットの特性や危険性を正しく知り、子どもたちがどのような環境でどのような機能を使っているかを把握することが大切です。

① ネット・ゲーム依存

ゲームやインターネット上のコンテンツの閲覧、SNS等でのやり取りに、やめられなくなるほど依存してしまい、日常生活に支障をきたしてしまうことがあります。

⇒親子のコミュニケーションやスポーツ、体験活動の機会も大切にしましょう。

② ネット被害

悪質なウェブサイトやアプリによって個人情報取得され、迷惑メールが届いたり、不正請求をされたりすることがあります。

⇒個人情報の入力、ウェブサイトやアプリが信用できるかよく確かめ、保護者の管理下でさせましょう。

③ SNS等のトラブル

言葉の行き違いや冗談、軽い気持ちの書き込みから誤解が生じ、友人関係が悪化したり、いじめにつながったりすることがあります。

⇒相手の気持ちを考えてコミュニケーションをとるよう、気をつけさせましょう。

④ 見知らぬ人との出会い

インターネット上には、性別や年齢を偽って近づいてくる人もいます。

⇒インターネットで知り合った人に個人情報を教えたり、直接会ったりすることの危険性を伝えましょう。

※参考資料：「話し合っていますか？家庭のルール ～安全で安心なインターネット利用のために～」(文部科学省)

【青葉小学校の課題は「ネット・ゲーム依存」と「SNSトラブル」です】

青葉小学校では「生活リズムチェックシート」の結果から、メディア利用時間の長さと共に伴う睡眠時間の減少が課題となっています。また、SNSへの書き込みに端を発するトラブルも複数確認されています。現実世界のコミュニケーションを充実させることもネットトラブルを防ぐ手立ての一つですので、メディア利用時間のルールを作るなどして人と関わる時間を増やしてみるのも良いと思います。

『ネット依存』と『SNSトラブル』

【ネット依存】

ゲームやインターネットに没頭してしまうあまり、メディアが使えないとイライラしたり、日常生活に影響が生じているにも関わらず、利用をやめられない状態を「ネット依存・ゲーム依存」と呼び、青葉小学校でも「夜遅くまで動画視聴をしていいため、学校に遅刻してしまう。集中力が保てず学習内容が定着しない」という児童が見受けられます。

メディアの利用状況が気になる場合は、これまでの使い方を振り返り、親子で使い方のルールを作り、守っていくことが重要です。

※参考資料：「学校現場におけるネット・ゲーム依存予防対策マニュアル」(香川県教育委員会)

【SNSトラブル】

SNSのグループでは、周りの雰囲気にならされ、特定の人物のありもしない不正確な書き込みに同調したり、傷つけたり、仲間はずれにしたりするトラブルが起こることがあり、青葉小学校でもそのような事例が確認されています。

そのようなトラブルに巻き込まれていると感じた場合には、すぐに周りの大人に相談するようにしましょう。たとえ軽い気持ちや冗談のつもりであっても、メッセージを送信する前に必ず読み返し、相手がその言葉をどう受け止めるか、どのような気持ちになるかを考えるようにしましょう。

※参考資料：「インターネットの安全・安心ハンドブックVer5.00」(内閣サイバーセキュリティセンター)

子どもを守る「家庭のルール」

実際に子どもたちがインターネットを利用する場面は、家庭が最も多いと考えられます。そのため、保護者が適切に見守り、ルールを作って守らせることは、被害から子どもたちを守るために必要なことであり、保護者の責務でもあります。

【ルールを作る時のポイント】

- ①「ルールがトラブルから自分自身を守ってくれる」ことを伝える。
- ②お互いに納得できるよう、話し合っで作る。
- ③子どもが守れる具体的なルールを作る。
- ④トラブルがあったら保護者に相談するよう決めておく。

ルールを作ったあとも…

- ・子どもの成長や生活リズムの変化に合わせてルールを見直しましょう。

※参考資料：「話し合っていますか？家庭のルール ～安全で安心なインターネット利用のために～」(文部科学省)