

学校でホントにあった

# トラブル事件簿

学校や私生活で実際にあったトラブルをご紹介します。  
皆さんもこんな出来事聞いたことないかな？

スマホの正しい  
使い方をみんな  
と一緒に考える  
**サイモン**  
だよ！よろしくね！

## CASE 01



何気ないその行動が、お友だちを  
すぐく傷つけているかも……

## CASE 02



ネットでの出会いがトラブルにつな  
がるケースは、10代が高くなっている

## CASE 03



SNSに掲載した写真や動画から個人  
や場所を特定してくる人に要注意！

SNSや  
ネットの使い方

# ○×クイズ

皆さんが日頃使っている SNS。使っている  
中で、「どうすればいいだろう？」と迷うこと  
はありませんか。また、「これくらいなら大丈  
夫だね」と思ってしまうことはないでしょ  
うか。今回はそんな身近なインターネットある  
あるを、5問の○×クイズにしてみました。皆  
さんは何問正解できる？

### QUIZ 01



#### 信頼できる？その人は

SNSで仲良くなった A  
さんに詳しいプロフィール  
を送ってと言われた。送っ  
ても大丈夫？

### QUIZ 02



#### ネットで見つけた画像は

SNSで使うため、かわ  
い画像をネットで見つけ  
た。勝手に使っても良いよ  
ね!?

### QUIZ 03



#### その情報、真実ですか？

SNSで流れてた情報で  
明日からダイエット始めま  
す。この情報ですぐに瘦  
せられそう！

### QUIZ 04



#### 知らぬ間に、加害者に

学校で Bさんとケンカし  
た。イラついたから、Bさ  
んの写真とケンカの内容を  
ネットで流しちゃおう。

### QUIZ 05



#### 大丈夫？しっかりかけて セキュリティ

いろいろなアプリで遊び  
たいから、情報登録しちや  
おう！問題ないよね？

迷ったときや困った  
ときの正しい行動  
や対処法をしっかり  
と身につけようね！

## あなたは大丈夫!? 依存度 CHECK

### START

スマホをお風呂に  
持って入ってる

Yes

財布よりスマホを  
失くすほうがイヤ

No

目的がなくてもス  
マホをさわってし  
まう

スマホをさわって  
いないとイライラ  
する

#### 診断タイプ A へ

スマホを使ってい  
ると時間があとい  
う間に過ぎている

起きてすぐスマホ  
をチェックする

#### 診断タイプ B へ

スマホがないと、  
1日過ごせない  
と思う

着信等ないのに、  
スマホの振動や光  
りがある気がする

#### 診断タイプ C へ

購入時よりスマホの  
使用時間が増えて  
いる

友人と直接遊ぶよ  
り、インターネット  
を選ぶことがある

### 診断 A

もう、自覚してるでしょ  
う  
依存度 **90%**以上  
スマホを手放せず、ス  
マホがないと不安になっ  
ているようです。  
一度スクリーンタイムな  
どを設定して使用頻度  
を振り返って  
みよう。



### 診断 B

スマホ依存症まであと一  
歩  
依存度 **60%**以上  
スマホ依存症の予備軍  
です。このままでは、  
スマホ依存度はどんど  
ん高まる危険性が……。  
スマホとの接触回数を  
減らすこと  
が必要  
です。



### 診断 C

手段であって目的では  
ない  
依存度 **30%**以下  
あなたにとってスマホは  
ツール(手段)。必要な  
ときに利用するものとな  
っています。上手にスマ  
ホを活用できているの  
で、この状態を  
維持しま  
しょう。



※この診断はあくまで目安です。これを機にスマホの使い方を考えてみましょう。