

わんこ情報室



～これからの時代を生きるみんなへ～

令和7年度【No.3】

岩手県教育委員会事務局
学校教育室生徒指導担当

【事例】ついついスマホを使いすぎちゃって



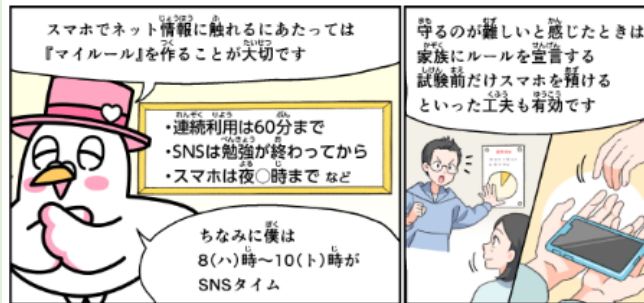
【サイトリンク】

https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/



総務省
「インターネット
トラブル事例集」
(2025年版)より

寝不足で授業に集中できていないようです。



動画やSNS、ゲームなど、ついつい夢中になるのはわかりますが…使いすぎると健康や学習に影響をおよぼしてしまいますよね。

総務省
「インターネット
トラブル事例集」
(2025年版)より

スマホやネットを適切に利用するための「マイルール」を決めてみよう!

ネットトラブルに巻き込まれたら相談しよう

- ★いじめ問題などの相談窓口（児童生徒/保護者対象）
文部科学省 24時間子供SOSダイヤル…0120-0-78310
- ★インターネット上の悪口、無断掲載などの相談窓口
法務局・地方法務局
こどもの人権110番…0120-007-110（受付時間：平日 AM8:30~PM5:15）
- ★少年サポートセンターによる少年相談窓口
・ヤング・テレフォン・コーナー（平日9時~17時受付）
019-651-7867・0800-000-7867（フリーダイヤル）