

# インターネットと上手に付き合うために ～家庭のルールで安全・安心に～

インターネットは、お子さんにとっても、日常生活には欠かせない便利なものです。

- 場所や時間を問わず、自ら様々なことを調べることができます。
- 世界中の様々な情報を得ることができます。
- 学習に関わる動画やコンテンツ等が豊富であり、自分のペースで学習することができます。
- メール、SNS等を通じて、様々な人と関わることができます。



インターネットに ふれる時間が 増えると・・・

お子さんへの影響が心配です

令和6年度 全国学力・学習状況調査より  
(福島市立小・中学校 児童生徒)

生活面で



「ネット依存」により、生活のリズムが乱れたり、気持ちが不安定になったりする可能性があります。

- 睡眠不足となり、次の日の学校生活等に支障が生じます。
- イライラしやすくなったり、他のことに対して無気力になったりします。

様々なトラブル等に巻き込まれる可能性が増え、心の不安が増します。

- SNSによる人間関係のトラブル
- 詐欺・なりすましメール等の被害
- オンラインゲーム等への課金
- フェイクニュースからの悪影響
- 有害サイトへのアクセスによるトラブル



視力が低下しやすくなります。

- スマートフォン等の画面からの距離
- 画面の明るさの調整

『普段(月曜日から金曜日)、1日当たり2時間以上、携帯電話やスマートフォンでSNSや動画視聴している』児童生徒の割合は、

小学6年生が33.6%、中学3年生が48.2%となっています。

『スマートフォンやコンピューターの使い方について、家の人との約束を守っているか』の質問に対して「守っている」「だいたい守っている」と回答した児童生徒の割合は、

小学6年生が69.8%、中学3年生が73.2%

『約束はない』と回答した児童生徒の割合は、

小学6年生が10.1%、中学3年生が16.5%

であることが明らかになっています。

インターネットに関わる調査結果はこちらから



学習面で

1日当たりのSNSや動画視聴時間が長い児童生徒ほど、全国学力・学習状況調査において、国語科、算数・数学科の平均正答率が低い結果となっています。

## インターネットと上手に付き合うために



### ① 子どもと一緒にルールを決めましょう

時間と場所を決める

- 使用時間と終了時刻を設定する。
- 使ってはいけない状況を明確にする。
- 家族の目の届くリビングなどで使用する。

生活リズム等の変化に合わせて定期的にルールを見直しましょう

ネットにふれない時間をつくる  
～ノーメディアデー～

- スポーツや外遊びを楽しむ。
- 家族団らんの時間をつくる。
- 読書をする。 など

メールやSNSのマナーを確かめる

- 個人情報は書き込まないようにする。
- 許可なく、写真をネットにあげないようにする。
- 相手のことを考えて、言葉を選ぶようにする。

もし、ルールを守れなかった時にはどうするか、確認しておきましょう

機器を使用する目的や機器の機能を確認する

- その機器でどのようなことができるのか確かめる。
- 有害サイト・使用時間等についてのフィルタリング機能を活用する。



### ② 家族で一緒にルールを守りましょう

福島市から配付しているタブレットは、**学習用**です。

お子さんが、インターネットのメリット・デメリットを理解し、よりよい使い方を自分で考え、自分で判断できるようになるために、家庭で話し合い、見守ってください。

# 小児科 年末年始の診療体制のお知らせ

## 対面診療(休日当番医)



受付時間

9:00~16:30



年末年始の休日当番医は例年、**大変混雑**します。

12/29~1/3の6日間は、下記のとおり福島市専用「**オンライン診療**」を開設します。ご利用ください。

12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3
もり皮膚科 小児科医院	小関小児科 医 院	おだニコニコ こども クリニック	い ち か わ ク リ ニ ッ ク	いそめこども ク リ ニ ッ ク	ふ く し ま 木 も れ 日 ク リ ニ ッ ク
545-3268	522-2908	557-0415	554-2828	545-2757	563-1860

※当番医が変更になる場合があります。受診する際には、医療機関に事前に確認してください。

## オンライン診療



受付時間

8:30~16:30

受付フォーム→



- 発熱、おう吐、頭痛、せき、下痢、湿疹などに対応。
- お薬は、当日に市内の薬局で受取りできます。
- 診療費は、**クレジットカードまたはコンビニ払い**でお支払い。(一時負担の上、還付申請が必要です。)

12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3
ファストドクター(新宿ホームクリニック)					
○	○	○	○	○	○

翌月以降に子ども医療費助成も申請を  
すると、診療費が還付されます。

- 子ども医療費助成申請先  
共生社会推進課(市役所2階)・各支所・出張所
- 申請に関するお問い合わせ  
共生社会推進課 ☎024-525-3747



【担当】保健総務課 地域医療係 ☎024-572-7602

# Jヴィレッジ チャレンジ 2024

powered by シント＝トロイデンVV



Jヴィレッジから世界へ

挑戦者  
求む!!

PUNCH YOUR  
TICKET TO BELGIUM

2025.1.11(土)～13(月・祝)

申込期限：2024.12.23(月)

開催場所：Jヴィレッジ 〒979-0513 福島県双葉郡楢葉町山田岡字美シ森8

開催日

2025年1月11日(土)～  
1月13日(月・祝) [2泊3日]

イベント内容

- ① チーム別のサッカー交流戦(試合形式)
  - ② 能力測定
  - ③ サッカー関連の講座2種
- ※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。

イベント  
参加対象

U14(中学1年生以上中学2年生以下対象)  
※上限160人

費用

参加費無料

※交通費・宿泊費は自費となります。  
※2泊3日全日での参加となります。

Jヴィレッジチャレンジ2024

特設サイトから応募しよう!

160名

U14

中学1年生以上中学2年生以下対象



<https://2024.j-village-challenge.com/>

主催 福島県エネルギー課 運営 合同会社DMM.com 協力 (株)Jヴィレッジ、シント＝トロイデンVV

この事業は、国内外からお寄せいただいた寄付金をもとに造成された  
「福島県東日本大震災子ども支援基金」により実施しています。



# 「罰がダメというなら、 どうしつけを変えたらいいの？」の コタエを探すプログラム



0歳～18歳までの  
お子さんを育てる方、  
祖父母、里親さんは  
どなたでも参加  
できます。

## ポジティブ・ディシプリン® プログラム

ポジティブ・ディシプリンはNPO法人きづくの登録商標です。

### ポジティブ・ディシプリン® とは？

手をあげたり怒鳴ったりではなく、だからといって、したい放題にさせるわけでもなく。  
日々の課題に子どもと同じ目線で向き合い **親子の自信と力を伸ばしていく子育て**です。

私（俺）の  
かわり、  
これで大丈夫？

何回言ったら  
わかるのー！



子育てに向き合う者同士で、  
お話をしたり、考えたり、書いたり  
しながら、自分の考えを整理したり、  
他の人の考えを聞いたりして、  
自分なりの育児の仕方を探していきます。



日時 時間 10:00～12:00  
託児受付 9:45

1/14(火) 1/21(火) 1/28(火)  
2/4(火) 2/18(火) 2/25(火)  
3/4(火) 3/11(火) 3/25(火)  
全9回連続講座

場所 東部勤労者研修センター  
福島市岡島字段橋 10-4

定員 16名

参加費 3000円  
テキスト・資料代 全日分

託児費 500円  
1回ごと

きょうだい預かり+1人につき300円  
託児定員は6名になります。  
希望の方は早めにご予約ください。  
お支払いに不安のある方はご相談ください。

QRコードを読み取ってください



ご予約はQRコードから

お問い合わせは下記より  
mothertree2020@gmail.com

主催 一般社団法人MotherTree  
共催 NPO法人きづく/ポジティブ・ディシプリン日本事務局  
後援 福島市教育委員会  
この事業は休眠預金を活用して実施いたします。

