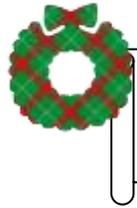


# ほけんだより



赤阪小学校  
保健室  
R7.12.22 No.8

裏面:保護者の方へ 特集「インターネット・スマホ時代を生きる子どもたち」



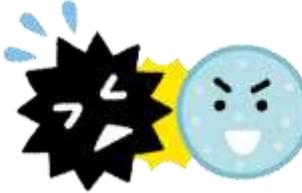
## ふゆやす そと げんき 冬休みも外で元気にあそぼう



もうすぐ冬休みです。寒い日が増えてきますが、みなさんは元気に外で遊んでいますか？寒くても外で遊ぶことは、体や心の成長にとっても大切なことです。寒いからと言って、室内遊びやテレビ・スマホ・ゲームばかりになると運動不足になり、体力が落ちて、ウイルスや細菌とたたかう力（ていこう力）が弱くなってしまいます。

冬は、虫さされや熱中症の心配がなく、夏よりも外遊びに向いている季節です。上着や手袋で体温を上手に調節しながら、楽しく外遊びをしましょう。

### そとあそ 外遊びをすると・・・

<p>びょうき つよ からだ 病気に強い体になる</p> 	<p>ほね きんにく せいちょう 骨や筋肉の成長を助けてくれる</p> 	<p>からだ 体のつかれがとれやすくなる</p> 
<p>かいしょう ストレス解消になる</p> 	<p>せいかつしゅうかんびょう ふせ 生活習慣病を防ぐ</p> 	<p>きけん よそく ちから 危険を予測する力がつく</p> 

## 冬の暖房器具

使うときに気をつけたいこと



エアコンの温度は20℃くらいに

1時間に1回は換気しよう!



電気毛布やホットカーベットは低温やけどに注意!



ファンヒーターのふきだし口に手を入れない!



ライターやマッチで遊ばない!



ストーブのまわりではふざけない!





## まちがいさがし7

まちがいさがし7つあります。すべて見つけれられるかな?



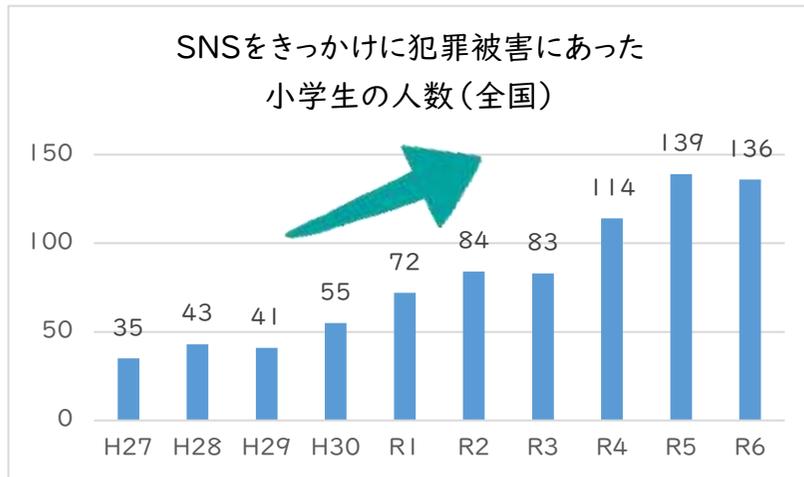
裏面: 特集 第2回 「インターネット・スマホ時代を生きる子どもたち」

## 特集 第2回 インターネット・スマホ時代を生きる子どもたち

### SNS きっかけの犯罪、小学生の被害児童数は10年で3倍に

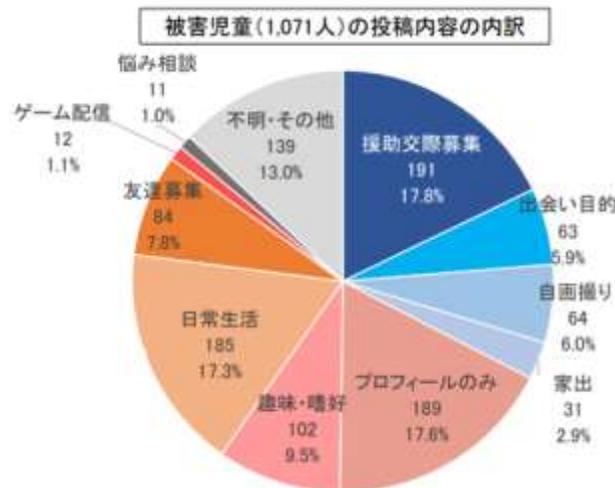
令和6年度 警察庁発表資料より

インターネットを悪用した犯罪に巻き込まれる子どもが後を絶ちません。スマホの普及とともに、不特定多数の人とコミュニケーションがとれる Web サイトや通信ゲーム等の SNS を通じて、面識のない相手と子どもがつながることが簡単になっています。警察庁の統計では、SNS がきっかけの被害児童数(高校生以下)は高推移ですが、全体的に下がってきています。しかし、小学生の被害は年々増えており、被害児童数は10年で3倍になっています。



#### やりとりのきっかけは、「普通の投稿」

被害児童の SNS の投稿を見ると「プロフィール(17.6%)」、「日常生活(17.3%)」、「趣味・嗜好(9.5%)」といった、いわゆる「普通の投稿」が約半数です。被害児童の多くが加害者を引き寄せるような投稿をしていたわけではありません。「誰かに聞いてほしい」「共感してほしい」という「普通の投稿」でも、加害者にとっては接触のきっかけになる可能性があります。



### SNS を安全に利用するために保護者ができること

被害児童の約9割のスマホには、フィルタリングが設定されていなかったというデータがあります。子どもがスマホを使って SNS を利用するならフィルタリングは必須です。家庭で端末のフィルタリング設定を確認しましょう。

#### 【携帯電話事業者などのフィルタリングサービス】\*事業者によって利用可能な機能は異なります

携帯大手三社は、「あんしんフィルター」という統一名称のサービスを実施しています



(NTTドコモ)



(au)



(SoftBank)

- 有害情報や使わせたくないアプリをブロック
- 子どもの利用状況を確認できる
- 夜間は使用できないように制限できる
- 位置情報の確認ができる

#### 【OS 事業者の主なペアレンタルコントロール機能】\*事業者によって利用可能な機能は異なります

◇Apple(iPhone)  
スクリーンタイム



◇Google(Android)  
ファミリーリンク



- アプリやウェブの利用状況の確認
- アプリ利用可能な時間帯の設定
- アプリの利用制限
- ウェブの閲覧制限

#### 【ゲーム会社のペアレンタルコントロール機能】\*事業者によって利用可能な機能は異なります

◇任天堂(株)  
NINTENDO  
みまもり SWICH



◇ソニー・インタラクティブ  
エンターテイメント  
PlayStation®Safety(保護者向け)



- プレイ時間の設定
- ほかの人とのコミュニケーションの設定
- 年齢にふさわしくないゲームの起動制限
- オンラインでのゲームソフトなどの購入制限

まずは、保護者が子どもの SNS 利用に関心を持つことが何より大切です。「どんなアプリを使っているの?」「最近どんな投稿を見た?」など、普段から話題にしてみましょう。関心が伝わることで、注意が受け入れやすくなり、SNS 利用における警戒心や慎重さを持つ必要性を理解してもらいやすくなります。また、知らない間にトラブルに巻き込まれないように、アカウントやメッセージの公開範囲は保護者がしっかり管理しましょう。