

インターネットトラブルを防ぐために

発行：岩見沢市教育委員会 指導室 青少年センター



【デジタルの作法】～伝わる言葉と SNS の思いやり～ 画面の向こうにいるのは「人」

インターネットや SNS は、離れた友だちとも一瞬でつながれる素晴らしいツールです。しかし、文字だけのやり取りには、対面とは違う「落とし穴」があります。お子さんが加害者にも被害者にもならないための「ポイント」をまとめました。

1. 文字は「表情・声のトーン」を伝えない

対面なら笑顔で言えば冗談だとわかる言葉も、文字だけになると「攻撃的」に感じられることがあります。冗談のつもりで送った言葉が、相手を深く傷つけ、いじめになるケースがあります。

【アドバイス】送信ボタンを押す前に「これを目の前の相手に直接言えるかな？」と一呼吸おく習慣を提案しましょう。

2. 「既読スルー」が不安を生むメカニズム

「既読がついたのに返信がない」と、「嫌われたかも」と強い不安を感じがちです。

【アドバイス】「お風呂に入っているのかも」「宿題中かも」と、相手にも「相手の生活（リアル）があること」を想像することの大切さを伝えましょう。

〔家庭でのルール例〕「夜9時以降は返信しなくていいルールにしている」など、あらかじめ「返せない状況」を友だちと共有することで、不要なトラブルを防げます。

3. 公開範囲に関わらず「一度出したものは消せない」デジタル・タトゥー

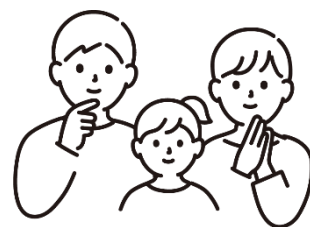
「鍵付きのアカウントだから」「仲良しグループのチャットだから」という安心感は禁物です。友だちがスクリーンショットを撮って拡散すれば、一瞬で世界中に広がり、その画像は完全に消すことはできません。

【アドバイス】「駅の掲示板に貼り出されても恥ずかしくない？」という基準を教えましょう。

*保護者の皆様へ

「正解」を教えるのではなく、「私はこう感じるけど、あなたは どう思う？」と、感じ方の違いを伝え合い、違いを認め合うことが「デジタルの作法（マナー）」を学ぶ第一歩になります。

そのためにも、日常の家庭内での「対面のコミュニケーション」が大切になります。



©2025 岩見沢市教育委員会 指導室 青少年センター TEL：0126-35-5127



今まで発行した「保護者向け インターネット啓発リーフレット」は、
岩見沢市ホームページ [岩見沢市青少年センター](#) で検索
*「校外生活のきまり」もご覧いただけます。

