

17	刈谷	刈谷市立住吉小学校	名前	にわしおり 丹羽詩織
分科会番号	11	分科会名	保健体育（保健）	

## 研究題目

自らルールを作り、メディア機器を適正に利用しようとする児童の育成  
 - インターネット使用記録表を活用した保健教育を通して -

## 研究要項

### 1 研究のねらい

本校は、刈谷市の中部に位置する全校児童 793 名の小学校である。児童は増加傾向にあり、多様な価値観をもつ児童が集まっている。新型コロナウイルス感染症の影響で、メディア機器に触れる機会が増え、保健室来室者の中には「習い事のない日は家で一日ゲームをしている」と言う児童も複数いる。体調不良を訴えて来室した 6 年生の中には、「日曜日は 10 時間くらい Switch でゲームをやっていた」と言う児童がおり、一緒に来室した児童から「いつ見てもずっとオンラインだよ」と言われる場面があった。このことから、メディア機器の長時間使用が常態化している児童がいること、その状態が周囲に危険だと思われていないことが分かった。

また、教職員から「子どもたちが LINE でやりとりしていて、文章の書き方で友だち関係のトラブルになっている」「ネットで知らない大人と繋がっていて、会おうとしている子がいると他の児童から聞いた」など、実際にネットトラブルに巻き込まれている児童がいることを聞いた。一方で、「自信がないので、できれば情報モラル教育はやりたくない」「良い教材が分からないので、取り組みにくい」という教職員の声もあった。

以上のことから、担任と連携してメディア機器の長時間利用による心と体への悪影響やネットトラブルについて知識を付けた上で、児童自らルールを作り、保護者に周知することで、メディア機器を適正に利用しようとする環境や意識を整えたいと考え、実践に取り組んだ。

### 2 研究の仮説

#### (1) 仮説 1

「みんなのネットモラル塾」を活用してネットトラブルを回避するためのルールを作ることで、メディア機器を利用するときにトラブルを回避しようとすることができるだろう。

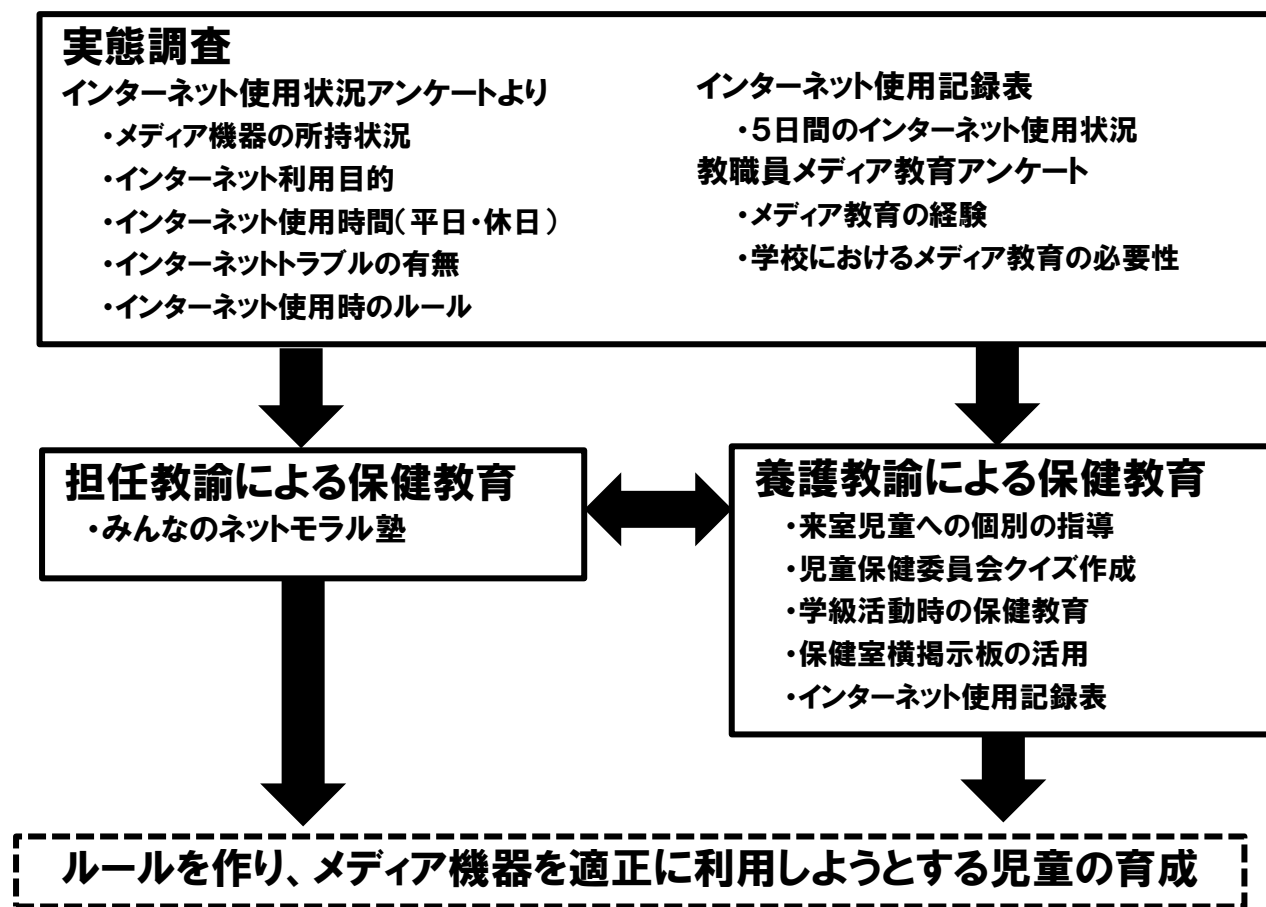
#### (2) 仮説 2

保健教育やネットのルールクイズによってメディア機器の長時間利用による心と体への悪影響やネット依存について学ぶことで、使用時間についてルールを作り、守ることが大切であると気付くだろう。

### 3 研究の方法

(1) 研究の対象 令和5年度6年生（122名）

(2) 研究の計画



令和5年 5月	インターネットの使用状況アンケート	4 - (1) ①
	教職員メディア教育アンケート	4 - (1) ②
6月	インターネット使用記録表	4 - (1) ③
7月	児童保健委員会クイズ作成	4 - (3) ①
9月	みんなのネットモラル塾	4 - (2)
10月	学級活動時の保健教育	4 - (3) ②
	インターネット使用記録表	4 - (3) ④
11月	評価	

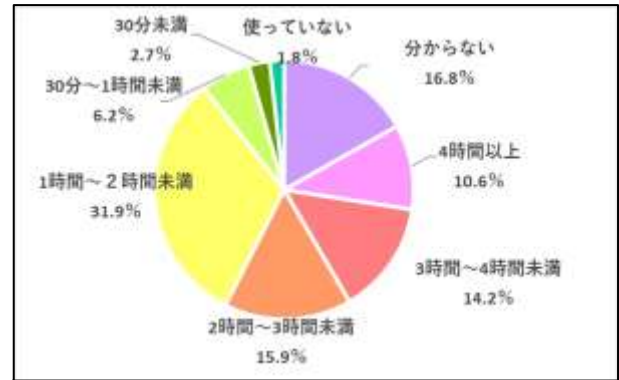
### 4 実践と考察

(1) 実態把握

① インターネットの使用状況アンケート

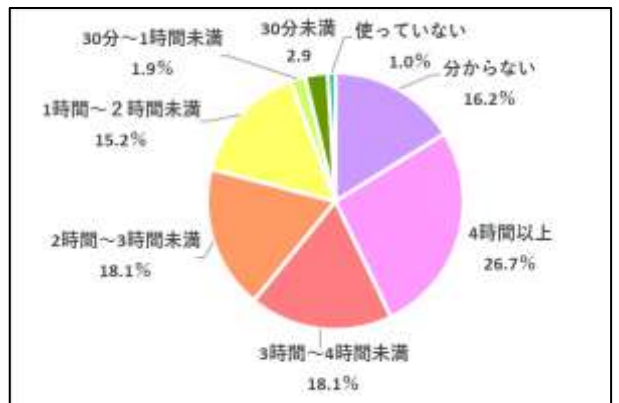
インターネットを使用したことがある児童は 100%。特に「動画を見る」「ゲームをする」「検索をする」という使い方が多かった。平日のインターネット使用時間は、「2時間

以上」使用している児童が 40.7%で、平日から長時間使用をしている児童が多い。休日のインターネット使用時間では「2 時間以上」使用している児童は 72.9%であり、長時間インターネットを使用する児童が平日より多いことが分かった。【資料 1】



【資料 1】 平日のインターネット使用時間

また、インターネットの使用時間を自分で把握することができていない児童が平日・休日ともに約 16%いる。そのため、使用した時間を記録する実態調査が必要であることが分かった。【資料 2】



【資料 2】 休日のインターネット使用時間

「家庭でインターネットの使い方にルールがあるか」という問いに、32.3%の児童が「ない」「分からない」と回答した。ルールを作る必要性がわかっていない児童が多いことが分かった。また、ルールがあると回答した児童の中には時間に関するルールはあるが、「ネットで知り合った人には会わない」「個人情報が漏れないようにする」などトラブルに巻き込まれないためのルールがある家庭は少なかった。

## ② 教職員メディア教育アンケート

児童生徒に対してメディア機器の利用や情報モラルに関する指導を実施したことがある教職員は 66.7%であった。しかし、指導を行うことに「自信がない」と回答した教職員は 60%で、自信がないまま指導をしている教職員が多いことが分かった。

## ③ インターネット使用記録表

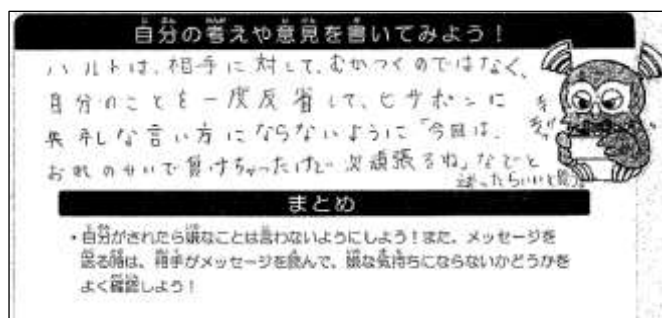
金曜日から火曜日までの 5 日間、インターネットの使用時間を調査した。70.4%の児童が 1 日 4 時間以上使用する日があり、アンケートの実態よりも長時間使用していることが分かった。平日に長時間使用している児童は、休日になると平日より長時間使用する傾向があった。特に長時間使用する児童では 10 時間以上使用している児童もいた。

## (2) 担任教諭による「みんなのネットモラル塾」を活用した保健教育

教職員がメディア機器の利用や情報モラルに関する指導に取り組みやすくするため、教材として愛知県民文化局県民生活部社会活動推進課が発行している「みんなのネットモラル塾 (2022/6 マンガ版)」を活用し、朝の会を始める前の 10 分間を利用することにした。担任と養護教諭が相談して、実態に合った課題として「ネット上でのトラブル」「言

葉のやりとり」「ネットに公開」を取り上げて指導した。マンガの登場人物がネットトラブルに巻き込まれた状況を読み、行動の改善点を考えさせた。

「ネット上でのトラブル」では、「相手が嫌な気持ちにならないか読み返してからメッセージを送る。」「ネットでも、自分が言われて嫌なことは書かない。」など、相手の気持ちを考えることや、一度冷静になることを具体的に記述する児童が多かった。題材がゲーム上でのやりとりなので、身近に捉えることができていた。「けんかにならないようにルールを作っておく」「相手の嫌なメッセージに合わせないで、相手の意見を一度受け入れる」など、メッセージを送る行動だけでなく、それ以前から解決する方法や相手の行動を受け入れる考えを記述する児童もいた【資料3】。



【資料3】 みんなのネットモラル塾ワークシート

「言葉のやりとり」では、SNSが身近な題材であるため、自分事として捉えやすかったと考えられる。「スマホの世界では、感情が伝わりにくいため一つの言葉のまちがいで誤解することが多い。よくメッセージを見返して中途半端に書いてあることはないか確認する。」など目に見えない相手とのやりとりは自分の意図が伝わりにくいことを理解した上で考えを記述する児童もいた。「そもそも遅い時間にメッセージを送らないようにする」など、SNSでやりとりする上で相手の気持ちを考えたマナーと結びつけて考えを発表する児童もいた。

「言葉のやりとり」では、SNSが身近な題材であるため、自分事として捉えやすかったと考えられる。「スマホの世界では、感情が伝わりにくいため一つの言葉のまちがいで誤解することが多い。よくメッセージを見返して中途半端に書いてあることはないか確認する。」など目に見えない相手とのやりとりは自分の意図が伝わりにくいことを理解した上で考えを記述する児童もいた。「そもそも遅い時間にメッセージを送らないようにする」など、SNSでやりとりする上で相手の気持ちを考えたマナーと結びつけて考えを発表する児童もいた。

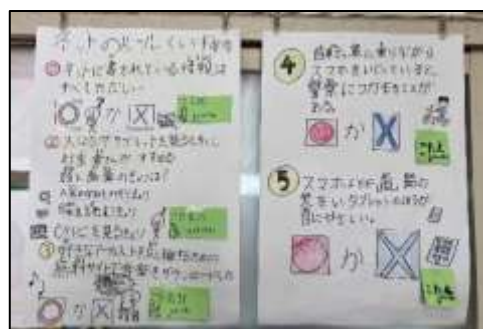
「ネットに公開」では、「個人情報がネットに出るのはこわいので動画をネットにアップしない」「景色が映らないようにしたり、名前も顔も出さないようにしたりしたらいい」など、写真や動画をネットにあげる行為が個人情報の流出につながることを理解している児童が多い。「友だちが写っていたら、ネットにあげる前に確認してからの方がいい」「人の本名をネットに勝手にあげるのは良くない」など、自分以外の個人情報について考えることができた児童もいた。

### (3) 養護教諭による保健教育

#### ① 児童保健委員会クイズ作成

令和5年度前期児童保健委員会で、4月にネットトラブルについて話題にしたところ、クイズを作ってネットの安全な使い方を知ってもらいたいとの意見が出た。

そこで、「クイズでわかる 小学生からのネットのルール (2021/1 主婦の友社)」を活用して、発達段階に合った内容にするため、低学年・高学年でクイズの内容を分け、その中から児童が思い思いに内容を選び、掲示物を作成した。また、全



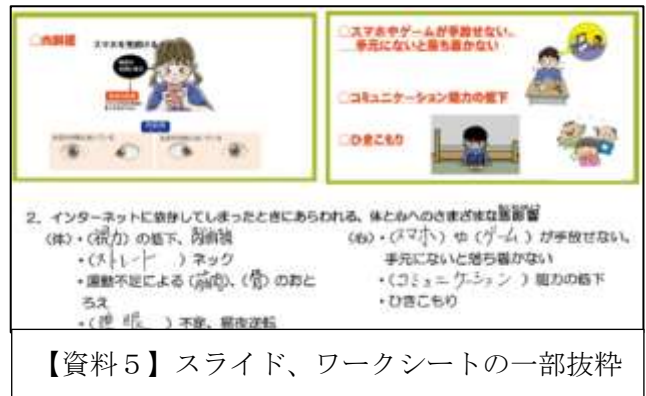
【資料4】 ネットのルールクイズ

校児童がクイズに挑戦することができるように、保健委員会の児童が各学級に朝のお知らせに行き、教室内に掲示してもらえらるようにした【資料4】。

② 学級活動時の保健教育

7月に、6年生3学級を対象に保健教育「インターネットに依存しないために使い方のルールを考えよう」を実施した。児童に興味を持ってもらい、自分事として捉えてもらうために、実態調査に用いたインターネット使用状況アンケートやインターネット使用記録表の結果を授業の導入に活用した。予想よりも長い時間インターネットを使用していることや、長時間利用している児童が多いことに驚いていた。

1日中スマートフォンを使用し続けていることから生活習慣が乱れ、人間関係が崩れ始めた高校生の動画(作成:文部科学省)を視聴し、その生活のよくないところを考えた。「ながらスマホで自転車とぶつかりそうになって危なかった」「友だちと遊ぶときもスマホ優先で友だちがいなくなりそう」と長時間のスマホ使用が身体的にも心理的にも良くない影響を与えると考えることができた。



その後、インターネットに依存してしまったときに表れる体と心へのさまざまな悪影響を、スライドを見ながらワークシートの穴埋めをすることで理解に差がでないようにした【資料5】。最後に、ルールを決めるコツを示したことで、インターネットに依存しないために使用時間や使用場所のルールを考えることができた。

③ 保健室横掲示板の活用

ネットを使う時の注意事項やクイズの掲示物を作成し、児童の意識が継続するよう働きかけた。

④ インターネット使用記録表

今までの活動を受けて、「ネット依存にならないためのルール」と「ネットトラブルを回避するためのルール」を決めて書かせ、5日間のインターネット使用時間の記録を実施した。自分で決めたルールを毎日見ることによって、インターネット使用時間を短くしようと意識した児童が多く、指導前後の記録表を比較して、60.2%の児童がネットの使用時間が減少した。保護者からのコメントに「これからも自分で決めた使用時間のルールを守ってネットを使っていこうね」とあり、ルールを家庭で共有し、そのルールを守っていた様子があった。また、「これからも相手のことを考えてトラブルなく使っていきましょう」とあり、ネットトラブルを回避するためにルールを守ろうと意識することができていたと考えられる。

## 5 研究の成果と課題

### (1) 研究の成果

#### ① みんなのネットモラル塾ワークシートより

3つの課題について7割以上の児童が具体的に自分の意見を記述することができた。取り上げた課題がゲーム、動画投稿サイト、SNSなど児童に身近なものであるため、自分事として捉えることができたと考えられる。さらに、ネットトラブルを回避するためのルール作りができた児童は76.1%であったことから、具体的な課題について学習したことがネットトラブルを回避する方法を具体的に考えることにつながったと考えられる。

#### ② インターネット使用記録表（授業後）より

61.2%の児童がネットの使用時間についてルールを作ることができた。授業の振り返りとともにルールを作ったので、半分以上の児童が使用時間についてルールを作ることができた。使用時間のルールではないが、授業で取り扱った「スマホの使用はリビングのみにする」「食事中に使用しない」などネット依存にならないためのルールを具体的に記述することができた児童もいた。

さらに、自分でネットの使用時間についてのルールを作った児童のうち、ルールを守ることができた児童は65.1%であった。半分以上の児童がルールを守ろうと意識して過ごすことができた。ネットの長時間利用による体や心の影響を動画やクイズから繰り返し伝えたことで、自分の行動を振り返り、使用時間をコントロールしようとする意識に繋がったと考えられる。しかし、「ルールを守らなければいけないと分かっていたが、ゲームをやめられなかった」など行動の改善ができなかった児童もいたため、引き続き指導が必要である。

#### ③ 実践後の教職員アンケート

情報モラル教育について100%の教職員が取り組みやすかったと回答した。養護教諭が教材を配布して実施してもらうため、担任の負担を軽減することができた。教材について、「児童の実態に則しているため、指導しやすい」「具体的にこんな悲しい、つらい思いをしてしまう人がいると分かる教材だったため、よかった」という意見があり、教職員と児童、両者の実態に合った教材を選ぶことができたと言える。

### (2) 今後の課題

インターネットは現代の社会にとってなくてはならないものであり、児童の生活にも大変身近なものとして存在している。そのため、家庭で管理するのも大変な労力が必要である。さらに、学校では児童がインターネットをどのように家庭で使っているか実際に確認できないため、指導が不十分になってしまう。今回、保護者からのコメント欄を設けてインターネット使用記録表を実施したことで、学校と家庭が連携してインターネットの使用について指導することができたのは、これからの情報モラル教育について考えるよい機会となった。これからもインターネットが及ぼす心と体への影響について他の教職員や家庭に周知しながら、連携して「インターネットとどう付き合っていくか」を考えさせていきたい。