

防ごう！SNSトラブル！

新学期を楽しく過ごすために

クラス替えや部活動など、新しい環境かんきょうが変わるとき、ついついSNSを使いたくなりますよね。しかし、SNSを使うときには気をつけるべきポイントがいくつかあります。気持ちよく新生活をスタートさせるために、3つの注意点をチェックしましょう！

注意点① 知らない人からのフォロー

新しい環境が変わるとき、**「友達を増やしたい」**という気持ちになりますが… SNS上には、それを狙う悪い人がいます。



同世代の女の子かと思ったら実は**大人の男性**だった、など、相手が言う年齢や性別が、嘘である場合があります。

注意点② 写真・動画からの特定

新しい友達との写真は、SNSに投稿とうこうしたくなりますよね。しかし、写真や動画の背景はいけいに気をつけないと、あなたのことが特定されるかもしれません。



学校名が映ってなくても、**見た目や背景に映ったものから、特定される**ことがあります。

注意点③ 生活リズムを保とう！

新学期は新しいことや人に出会える時期です。新たな友達とのSNS上でのやりとりが増え、SNSに時間を奪われやすく、心も体も疲れやすくなります。



「22時以降いこうはスマホを見ない」「勉強中は通知を切る」などのルールを作り、スマホから離れる時間を作りましょう。

知らない人とは
気軽に繋がらない！

投稿前には
背景までチェック！

スマホを使う時間を
自分でコントロール！

スマホやSNSは便利な道具ですが、一瞬の油断いっしゆん ゆだんが大きなトラブルを引き起こすこともあります。

- 「知らない人と気軽に繋がらない」
- 「投稿前には背景までチェックする」
- 「使う時間を自分でコントロールする」

この3つを守って、楽しい新学期をスタートさせましょう！

もし、スマホやSNSについて不安なことがあれば、迷わず保護者まよや先生ほごしやに相談そうだんしましょう。



SNSとの正しい付き合い方を学びましょう！

