

開催に向けた事前のご準備について

【開催日ご確認のお願い】

ファミリ e ルール事務局 HP 上部のメニュー一覧より「開催スケジュール」にアクセスし、開催日をご確認ください。
「開催スケジュール」検索欄に貴団体名の一部を入力すると、開催日が表示されます。

URL <https://www.e-rule.metro.tokyo.lg.jp/schedule/>

こちらの QR コードから「開催スケジュール」にアクセスできます。→



【使用機材・セッティング】

ご用意いただきたい機材 ※ZOOM などネット会議システムでの開催の場合は不要です。

- マイク 2本（会場によっては、無しでも対応可能です）・延長コードやコードリール
- プロジェクターとスクリーン（壁面でも可能です）、または PC 接続可能なモニター等。
- ※ 講師は講座開始 30 分前にお伺いし、セッティングやテストを行ないます。
- ※ 講演会前日に講師より最終確認のお電話を差し上げます。ご対応をお願いできれば幸いです。
- ※ ZOOM・Meet などネット会議システムでの開催をご希望の場合、事務局へ改めてのご連絡・ご確認をお願いいたします。

【講演タイトル】

- 小学校低中学年向け : 「ネット・スマホをかしこく使おう！」
- 小学校高学年向け : 「使えてる？ネット・スマホをスマートに」
- 中高生向け : 「使えてる？ネット・スマホをスマートに」
- 保護者・大人向け : 「ネット・スマホのトラブル最新事情と子供を守るためのファミリ e ルール講座」

【実施確認書】

講演会当日、講師が持参いたします「実施確認書」に、ご署名をお願いいたします。

【アンケートご協力をお願い】

別紙「アンケート方法について」をご確認いただき、講座終了後にアンケートの実施をお願いいたします。

【配布資料】

児童・生徒向け講座には、配布資料はございません。保護者・大人向け講座では、「作ってみよう！ファミリ e ルール」と「ルールづくり 3 つのコツ」を両面印刷いただき、ご出席の方に配布をお願いいたします。

【ご連絡・お問い合わせ先】

電話(03-4531-9460) 業務時間 月～金 09:00～17:00

または、メール(info@e-rule.jp)にて事務局までご連絡ください。

【FAQ よくいただくご質問】

講師は何名で訪問するか。

「ファミリ e ルール開催前準備のお願い」メール本文記載の講師1名でお伺いします。複数の場合は、メール本文にその旨を記載いたします。

駐車場は必要か。

駐車場をお願いする場合、講演会前日、担当講師から差し上げるお電話の際にお伝えいたします。

生徒向け講座を保護者が参観して構わないか。

是非、多くの保護者の方にご参観いただければと思います。なお、その場合の配布資料はございません。

アンケート方法について

以下の3通りの方法のうち、いずれかの方法でアンケートの実施をお願いいたします。

1. Microsoft form での回答（受講者各自が、下記の URL にアクセスし、アンケートに回答する方法）

必ず、**講座 ID(5ケタの数字・ファミリ e ルールよりのメール本文に記載)**を回答者にお伝えください。

小学生用 <https://forms.office.com/r/YsvxUbTfA9>

中高生用 <https://forms.office.com/r/fjr50XpgYL>

大人用 <https://forms.office.com/r/Qg2gcSQw1z>



小学生用



中高生用



大人用

2. Google form での回答（受講者各自が、下記の URL にアクセスし、アンケートに回答する方法）

必ず、**講座 ID(5ケタの数字・ファミリ e ルールよりのメール本文に記載)**を回答者にお伝えください。

小学生用 <https://forms.gle/6wEXgsokqRMMzFtn7>

中高生用 <https://forms.gle/8JJBirjya8WyttsV7>

大人用 <https://forms.gle/RybXhL98NBiRE516A>



小学生用



中高生用



大人用

3. 別添のアンケート用紙を受講者分 A4 サイズにて印刷し、記入済みアンケート用紙を送付する方法

アンケート返送先（本事業委託先）

〒215-0031 神奈川県川崎市麻生区栗平 2-3-11 ベルヴィル2F

プラムシステムズ(株) 内 東京都ファミリ e ルール事務局 TEL:03-4531-9460

※ 集計の都合上、必ず**白紙のアンケート用紙1枚**をご同封いただきますようお願いいたします。

以上、お忙しいところお手数をおかけいたしますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

ご質問・ご不明な点がございましたら、ご遠慮なく事務局までお問い合わせいただければ幸いです。

『ファミリールール講座 (講演会)』アンケート [小学生向け]

当てはまるものの 'O' をぬりつぶしてください。

良い例 ● 悪い例 ☒ ○ ○

あなたの性別は?	<input type="radio"/> 男子	<input type="radio"/> 女子
あなたの学年は?	<input type="radio"/> 小学1年生	<input type="radio"/> 小学4年生
	<input type="radio"/> 小学2年生	<input type="radio"/> 小学5年生
	<input type="radio"/> 小学3年生	<input type="radio"/> 小学6年生

講演会について、教えてください。

Q1 お話の内容はどうでしたか?	<input type="radio"/> よく、わかった → Q3へ
	<input type="radio"/> まあまあ、わかった → Q3へ
	<input type="radio"/> あまり、わからなかった → Q3へ
	<input type="radio"/> まったく、わからなかった → Q2へ

Q2 「まったく、わからなかった」をえらんだ人だけ、教えてください。
何がわからなかったですか? (わからなかったことを書いてください)

Q3 今日のお話は、これからのネットやスマホなどの使い方に、役に立っていましたか?	<input type="radio"/> とても、役に立つと思う
	<input type="radio"/> まあまあ、役に立つと思う
	<input type="radio"/> あまり、役に立たないと思う
	<input type="radio"/> まったく、役に立たないと思う

Q4 初めて聞いた内容がありましたか?	<input type="radio"/> ある	<input type="radio"/> ない
	(その内容は?)	

Q5 お話の感想は? (どんなことでも)

あなたが持っているネットにつながるものについて

Q6 あなたが持っているものは何ですか? (いくつかでも回答OK)	<input type="radio"/> スマホや携帯	<input type="radio"/> パソコン
	<input type="radio"/> タブレット	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> ゲーム機	<input type="radio"/> もっていない

Q7 あなたが初めて、ネットにつながるものをもったのはいつ頃ですか?	<input type="radio"/> 小学入学前	<input type="radio"/> 中学生
	<input type="radio"/> 小学1~3年生	<input type="radio"/> 高校生
	<input type="radio"/> 小学4~6年生	<input type="radio"/> もっていない

Q8 ゲーム機やスマホなどを使う時のどんなルールを決めていますか? (いくつかでも回答OK)	<input type="radio"/> 決めた場所で使う	<input type="radio"/> 変なサイトは見ない
	<input type="radio"/> 決めた時間に使う	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> 決めたアプリだけを使う	<input type="radio"/> 特に決めていない

Q9 ルールはどうやって決めましたか?	<input type="radio"/> おやが決めた	<input type="radio"/> 自分が決めた
	<input type="radio"/> おやと話し合って決めた	
	<input type="radio"/> ともだちと決めた	<input type="radio"/> 学校で決めた
	<input type="radio"/> その他 ()	

Q10 この中に使ったことのあるものはありますか? (いくつかでも回答OK)	<input type="radio"/> ライン	<input type="radio"/> ティックトック
	<input type="radio"/> フェイスブック	<input type="radio"/> すれ違い通信
	<input type="radio"/> ツイッター	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> ユーチューブ	()
	<input type="radio"/> インスタグラム	<input type="radio"/> 使ったことはない

Q11 Q10のものを、一日にどのくらい使っていますか?	<input type="radio"/> 1時間以内	<input type="radio"/> 3時間以上
	<input type="radio"/> 2時間以内	<input type="radio"/> 持っていない
	<input type="radio"/> 3時間以内	

Q12 Q10のものを使っていて困ったことなどはありますか? (いくつかでも回答OK)	<input type="radio"/> 使い過ぎで、目が悪くなってしまった
	<input type="radio"/> 寝不足になって、眠くて授業に集中できない
	<input type="radio"/> 「途中でやめたら、仲間はずれにされるかも」と思うと、途中でやめられなくなる
	<input type="radio"/> その他 ()
<input type="radio"/> 特に困ったことはない	

Q13 Q10のものを使っていて知らない人とやり取りしたことはありますか?	<input type="radio"/> ちょっとだけ、やり取りしたことがある
	<input type="radio"/> やり取りをして、直接会ったこともある
	<input type="radio"/> やり取りをしたことはない

Q14 Q10のものを使っていて何かトラブルにあったことや、あいさうになったことはありますか? (いくつかでも回答OK)	<input type="radio"/> 悪口など嫌なメッセージを受け取った
	<input type="radio"/> 仲間はずれにされた
	<input type="radio"/> 個人情報(名前や住所など)をのせられた
	<input type="radio"/> 自分の恥ずかしい写真を送るように言われた
	<input type="radio"/> その他
<input type="radio"/> トラブルはない/使っていない	

Q15 Q10のものを使っていて、もし、トラブルがあったら、誰に相談しますか?	<input type="radio"/> ほごしゃ保護者	<input type="radio"/> ともだち
	<input type="radio"/> せんせい先生	<input type="radio"/> そうだほごしゃ相談窓口
	<input type="radio"/> その他 ()	

ご協力ありがとうございました。



『ファミリールール講座（講演会）』アンケート 【中高生向け】

当てはまるものの 'O' を塗りつぶしてください。

良い例 ● 悪い例 ⊗ ⊙ ⊖

あなたの性別は？	<input type="radio"/> 男性	<input type="radio"/> 女性
あなたの学年は？	<input type="radio"/> 中学1年生	<input type="radio"/> 高校1年生
	<input type="radio"/> 中学2年生	<input type="radio"/> 高校2年生
	<input type="radio"/> 中学3年生	<input type="radio"/> 高校3年生
講演会について		
Q1 講演の内容はどうでしたか？	<input type="radio"/> よく、わかった → Q3へ	
	<input type="radio"/> まあまあ、わかった → Q3へ	
	<input type="radio"/> あまり、わからなかった → Q3へ	
	<input type="radio"/> まったく、わからなかった → Q2へ	
Q2 どんな点が、「まったく、わからなかった」ですか？（どんなことでも）		
Q3 講演の内容は、今後のネットやスマホなどの使い方に役立つと思いますか？	<input type="radio"/> とても、役に立つと思う	
	<input type="radio"/> まあまあ、役に立つと思う	
	<input type="radio"/> あまり、役に立たないと思う	
	<input type="radio"/> まったく、役に立たないと思う	
Q4 初めて聞いた内容がありましたか？	<input type="radio"/> ある	<input type="radio"/> ない
	(その内容は?)	
Q5 講演の感想は？（どんなことでも）		
あなたが持っているネットにつながる機器について		
Q6 あなたが持っているものは何ですか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> スマホや携帯	<input type="radio"/> パソコン
	<input type="radio"/> タブレット	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> ゲーム機	<input type="radio"/> 持っていない
Q7 あなたが初めて、ネットにつながる機器を持ったのはいつ頃ですか？	<input type="radio"/> 小学入学前	<input type="radio"/> 中学生
	<input type="radio"/> 小学1～3年生	<input type="radio"/> 高校生
	<input type="radio"/> 小学4～6年生	<input type="radio"/> 持っていない
Q8 スマホなどを使う時のルールを決めていますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> 決めた場所を使う	<input type="radio"/> 変なサイトは見ない
	<input type="radio"/> 決めた時間を使う	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> 決めたアプリだけを使う	<input type="radio"/> 特に決めていない

Q9 そのルールはどうやって決めましたか？	<input type="radio"/> 親が決めた	<input type="radio"/> 自分で決めた
	<input type="radio"/> 親と話し合っただけ	
	<input type="radio"/> 友だちと決めた	<input type="radio"/> 学校で決めた
	<input type="radio"/> その他 ()	
Q10 この中に使ったことのあるものはありますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> LINE	<input type="radio"/> Tiktok
	<input type="radio"/> Facebook	<input type="radio"/> 使ったことはない
	<input type="radio"/> Twitter	<input type="radio"/> その他のアプリ
	<input type="radio"/> You Tube	()
	<input type="radio"/> Instagram	()
Q11 Q10のものを、一日にどのくらい使っていますか？	<input type="radio"/> 1時間以内	<input type="radio"/> 3時間以上
	<input type="radio"/> 2時間以内	<input type="radio"/> 持っていない
	<input type="radio"/> 3時間以内	
Q12 Q10のものを使っていて、困ったことなどはありますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> 使い過ぎで、目が悪くなってしまった	
	<input type="radio"/> 寝不足になって、眠くて授業に集中できない	
	<input type="radio"/> 「途中でやめたら、仲間はずれにされるかも」と思うと、途中でやめられなくなる	
	<input type="radio"/> その他 ()	
	<input type="radio"/> 特に困ったことはない	
Q13 Q10のものを使っていて、知らない人とやり取りしたことはありますか？	<input type="radio"/> ちょっとだけ、やり取りしたことがある	
	<input type="radio"/> やり取りをして、直接会ったこともある	
	<input type="radio"/> やり取りをしたことはない	
Q14 Q10のものを使っていて、何かトラブルにあったことや、あいさうになったことはありますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> 悪口など嫌なメッセージを受け取った	
	<input type="radio"/> 仲間はずれにされた	
	<input type="radio"/> 個人情報（名前や住所など）をのせられた	
	<input type="radio"/> 「裸の写真などを送って」と言われた	
	<input type="radio"/> その他	
Q15 Q10のものを使っていて、もし、トラブルにあったら、誰に相談しますか？	<input type="radio"/> 保護者	<input type="radio"/> 友だち
	<input type="radio"/> 先生	<input type="radio"/> 相談窓口
	<input type="radio"/> その他 ()	

ご協力ありがとうございました。



『ファミリールール講座（講演会）』アンケート 【大人向け】

当てはまるものの‘○’を塗りつぶしてください。

良い例 ● 悪い例 ⊗ ⊘ ⊙

あなたの性別は？	<input type="radio"/> 男性	<input type="radio"/> 女性
あなたの年齢は？	<input type="radio"/> 20歳代	<input type="radio"/> 50歳代
	<input type="radio"/> 30歳代	<input type="radio"/> 60歳代
	<input type="radio"/> 40歳代	<input type="radio"/> 70歳代以上

講演会について、教えてください。

Q1 講演の内容はどうでしたか？	<input type="radio"/> よく、わかった
	<input type="radio"/> まあまあ、わかった
	<input type="radio"/> あまり、わからなかった
	<input type="radio"/> まったく、わからなかった
Q2 講演の内容は、今後のネットやスマホなどの使い方に役立つと思いますか？	<input type="radio"/> とても、役に立つと思う
	<input type="radio"/> まあまあ、役に立つと思う
	<input type="radio"/> あまり、役に立たないと思う
	<input type="radio"/> まったく、役に立たないと思う
Q3 初めて聞いた内容はありましたか？	<input type="radio"/> ある <input type="radio"/> ない (その内容は？)
Q4 講演の感想は？ (どんなことでも)	

あなたのお子さんについて教えてください。

Q5 お子さんの学年を教えてください。	<input type="radio"/> 小学入学前	<input type="radio"/> 中学生
	<input type="radio"/> 小学1～3年生	<input type="radio"/> 高校生
	<input type="radio"/> 小学4～6年生	<input type="radio"/> それより上
Q6 お子さんが持っているネットにつながるものは何ですか？ 〔複数回答OK〕	<input type="radio"/> スマホや携帯	<input type="radio"/> パソコン
	<input type="radio"/> タブレット	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> ゲーム機	<input type="radio"/> 持たせていない

Q7 Q6でお答えになったものを、お子さんに初めて持たせたのはいつ頃ですか？	<input type="radio"/> 小学入学前	<input type="radio"/> 中学生
	<input type="radio"/> 小学1～3年生	<input type="radio"/> 高校生
	<input type="radio"/> 小学4～6年生	<input type="radio"/> 持たせていない
Q8 Q6でお答えになったものを、お子さんは一日にどのくらい使っているようですか？	<input type="radio"/> 1時間以内	<input type="radio"/> 3時間以上
	<input type="radio"/> 2時間以内	<input type="radio"/> 持たせていない
	<input type="radio"/> 3時間以内	
Q9 Q6でお答えになったものを、お子さんが使っていて、困ったことなどはありますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> 使い過ぎて、目が悪くなってしまった	
	<input type="radio"/> 寝不足で体調も悪そうである	
	<input type="radio"/> 勉強時間が減って、成績が落ちてしまった	
	<input type="radio"/> その他 ()	
	<input type="radio"/> 特に困ったことはない	
Q10 Q6でお答えになったものを、お子さんが使っていて、何かトラブルに遭ったことや遭いそうになったことはありますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> 悪口など嫌なメッセージを受け取った	
	<input type="radio"/> 仲間はすれにされた	
	<input type="radio"/> 個人情報（名前や住所など）を載せられた	
	<input type="radio"/> 裸の写真などを要求された	
	<input type="radio"/> その他	
	<input type="radio"/> トラブルはない/持っていない	
Q11 Q6でお答えになったものをお使いになる時のルールを、ご家族で決めていらっしゃいますか？ 〔複数選択可〕	<input type="radio"/> 決めた場所で使う	<input type="radio"/> 決めたサイト以外は見ない
	<input type="radio"/> 決めた時間に使う	<input type="radio"/> その他
	<input type="radio"/> 決めたアプリだけを使う	<input type="radio"/> 特に決めていない
Q12 Q11でお答えになったルールは、守られていますか？	<input type="radio"/> 守られている	<input type="radio"/> 守られていない
	<input type="radio"/> ルールはない	
Q13 お子さんの携帯・スマホにフィルタリングを設定していますか？	<input type="radio"/> 設定している	
	<input type="radio"/> 設定していない (設定していない理由は？)	

ご協力ありがとうございました。



作ってみよう！ファミリeルール

使用するインターネット機器を書きましよう：

の使用についての宣言書

使い方や時間などのルール

- わたしは、毎日 時 分以降は、機器を保護者に預けます。
- わたしは、毎日 分間しか使わず、それ以降は機器を保護者に預けます。
- いつでも保護者が内容を確認できるようにします。
-



コミュニケーションのルール

- わたしは、たとえ冗談でも、人の悪口や人が気を悪くするような事柄をネットで発信しません。
- わたしは、自分や友だちの個人情報（写真を含む）を、ネットに登録したり公開したりしません。
- わたしは、知らない人からのメッセージや、正確かどうか分からないメッセージを転送しません。
- わたしはネットで、知らない人とコミュニケーションをとりません。
- わたしはネットで知り合った人に、自分の連絡先等を教えません。
- わたしはネットで知り合った人と、実際に会うことはしません。
-



サイトのアクセスやアプリ、料金などのルール

- わたしは、見たいサイトがあったら、見る前に保護者と相談します。
- わたしは、有料無料に関わらず使いたいアプリがあったら、ダウンロードする前に保護者と相談します。
-

もし守れなかったら……

-
-
-
-



守れているかな？○×をつけよう！

宣言した日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

1週間後	2週間後		

わたしの署名： _____

保護者の署名： _____

東京都がお勧めするファミリーeルールづくり

3つのコツ

① 小さく具体的で守りやすいルール

ルールを作る際は「夜8時以降は、ケータイを親に渡します。」など、小さく具体的で守りやすいルールを作成してみましょう。

② 子供自身にルールを宣言させましょう

ルールを作成する際は、親が一方的に子供に押し付けるのではなく、親子の共通理解のもとに子供自身にルールを宣言させることが大切です。ルールを守る意識は自分で宣言するからこそ意味があります。親は子供の宣言をしっかり見守るようにしてください。

子供自らルールを宣言することが難しい年齢のお子さんの場合、親がいくつかルールを設定してあげてその中から選べるようにすると良いでしょう。

③ ルールを二重構造にしておきましょう

ルールを宣言すると同時に、もし子供が宣言したルールが守れなかった場合のルール（メタルール）も決めておきましょう。これは罰則ではなく、約束を破ったときに自ら責任を取るためのものです。メタルールは必ず守らせましょう。ルール作りを二重構造にすることで、家庭のルールの効果がぐんとあがるはずです。

ファミリーeルールホームページ
<http://www.e-rule.metro.tokyo.lg.jp/>



ファミリーeルール 公式 Twitter アカウント
[@tokyo_erule](https://twitter.com/tokyo_erule)



子供のネットやケータイのトラブル相談は「こたエール」へ

(フリーダイヤル) インターネットなやみゼロに

【電話番号】0120 - 1 - 78302

月～土曜日 15:00～21:00 (祝日を除く)

【メール相談・LINE相談】<https://www.tokyohelpdesk.metro.tokyo.lg.jp/>

