

テーマ4: 困ったときの相談方法

ねらい: 相談する力を育てる | 45分(1コマ)

対象学年: 小学3～6年生(低学年は一部簡略化して利用可)

準備物: 相談カード(P.3に印刷用あり)、ワークシート(P.4)

このテーマで扱う内容

1. ネットで「困った」はどんなとき?

怖いメッセージ、知らない人からの連絡、いじめ、課金トラブルなど

2. 困ったときの3ステップ

やめる(画面を閉じる)→残す(スクショを撮る)→相談する(大人に見せる)

3. だれに相談する?

家の人、先生、相談窓口(電話・チャット)の具体的な使い方

4. 「相談してもいいんだ」という安心感

怒られるかも…を乗り越える。大人は怒るためではなく守るために聞く

授業の流れ(概要)

0～5分	導入	「困ったこと、だれかに話せた?」ふりかえり
5～15分	展開1	ネットで困る場面を知ろう(相談カード)
15～25分	展開2	困ったときの3ステップを練習しよう
25～35分	展開3	相談先を知ろう・相談ロールプレイ
35～45分	まとめ	ふりかえり・ワークシート記入・相談カード持ち帰り

準備物チェックリスト

- 相談カード(P.3下部を人数分コピー・切り取り)
- ワークシート(P.4を人数分コピー)
- この指導案資料(印刷して手元に)
- プロジェクター + PC(スライドを映す場合・なくても可)

ポイント

テーマ1～3の締めくくりとして最適。「困ったら相談」をしっかり定着させます。
相談カードは児童に持ち帰らせ、筆箱や机の引き出しに入れておくよう伝えましょう。

指導のポイント

■ 導入(5分) 「困ったこと、だれかに話せた？」

日常生活での「困った経験」を思い出させ、相談することの大切さにつなげる。

問いかけ例:

- ・「最近、困ったことがあった人？ それを誰かに話せた？」
- ・「話せたとき、気持ちはどうだった？」→ ホットした、解決した
- ・「今日は、ネットで困ったとき"どうすればいいか"を練習します」

板書ガイド

板書: 「こまったら → 話す → ホットする → 解決する」

■ 展開1(10分) ネットで困る場面を知ろう

【相談カード(P.3)を使ったワーク】

カードを1枚ずつ読み上げ、「こんなことがあったらどう思う？」と問いかける。

取り上げる場面:

- ・知らない人から怖いメッセージが来た
- ・友だちにネットで悪口を書かれた
- ・ゲームでお金を使いすぎてしまった
- ・変な画像や動画が表示された
- ・「会おう」と誘われた

板書ガイド

板書: ネットで「こまった!」→ 怖いメッセージ / 悪口 / お金 / へんな画像 / さそい

■ 展開2(10分) 困ったときの3ステップ

STEP 1 やめる — 画面を閉じる・電源を切る

まず、その場から離れることが最優先。怖い画面をずっと見ない。

STEP 2 残す — スクリーンショットを撮る

証拠が残っていると、大人が対処しやすい。撮り方も教える。

STEP 3 相談する — 大人に見せて話す

一人で抱え込まない。怒られるかも…と思っても必ず相談。

板書ガイド

板書: 3ステップ → (1) やめる(画面を閉じる) (2) 残す(スクショ) (3) 相談する

■ 展開3(10分) 相談先を知ろう・ロールプレイ

【相談先の紹介】具体的な相談先を板書し、児童に書き写させる。

おうちの人・先生

一番身近で頼れる相談相手。まずここに話そう。

24時間子供SOSダイヤル

0120-0-78310(なやみ言おう)24時間・無料

チャイルドライン

0120-99-7777(18歳まで) 毎日16~21時

警察相談ダイヤル

#9110(緊急でないとき) / 110(緊急時)

【ロールプレイ】ペアで「相談する側」「聞く側」を交代で体験させる。

場面例: 「知らない人からメッセージが来たので、お母さんに相談する」

■ まとめ(10分) ふりかえり・相談カード持ち帰り

3ステップを振り返り、ワークシート記入。相談カードを切り取って持ち帰らせる。

「怒られるためじゃなく、守ってもらうために相談する」を最後に伝える。

先生のための用語解説(10語)

スクリーンショット

画面を画像として保存する機能。「スクショ」と略す。証拠保存に活用。

ブロック

特定の相手からのメッセージやアクセスを拒否する機能。

通報(つうほう)

不適切な投稿やアカウントをサービス運営者に報告する機能。

ミュート

特定の相手の通知を非表示にする機能。ブロックよりゆるい対応。

課金(かきん)

アプリやゲーム内でお金を払うこと。気づかず高額になることがある。

ワンクリック詐欺

リンクを1回押しただけで「登録完了」「お金を払え」と表示する詐欺。

グルーミング

大人がSNSで子どもに近づき、信頼関係を装って誘い出す犯罪手法。

サイバー犯罪

インターネットを使った犯罪の総称。詐欺、不正アクセスなど。

相談窓口

困ったときに電話やチャットで相談できる公的な機関。無料で利用可能。

SOSダイヤル

文部科学省の24時間対応相談電話。0120-0-78310。全国対応・無料。

相談カード(切り取って児童に配布)

※ 点線に沿って切り取り、筆箱や連絡帳に入れて持ち帰らせてください。

ネットでこまったら

1. やめる(画面を閉じる)
2. 残す(スクショを撮る)
3. 相談する(大人に見せる)

24時間子供SOSダイヤル **0120-0-78310**
 チャイルドライン(18歳まで) **0120-99-7777**
 警察相談 #9110 / きんぎゅう 110

ネットでこまったら

1. やめる(画面を閉じる)
2. 残す(スクショを撮る)
3. 相談する(大人に見せる)

24時間子供SOSダイヤル **0120-0-78310**
 チャイルドライン(18歳まで) **0120-99-7777**
 警察相談 #9110 / きんぎゅう 110

よくある質問(児童から出やすい質問)

Q. 相談したら怒られない?

→ 大人は怒るためではなく、みんなを守るために話を聞きます。勇気を出して相談しよう。

Q. スクショの撮り方がわからない

→ iPadは電源+ホームボタン同時押し。Androidは電源+音量下ボタン。先生と一緒に練習しよう。

Q. 友だちが困っているけど、自分が言っているの?

→ 友だちを助けるために大人に伝えるのは「チクリ」ではなく「思いやり」です。

Q. 電話するのが恥ずかしい

→ チャットで相談できる窓口もあります。文字で書くだけでOK。まず一歩を踏み出そう。

困ったときの相談方法 ワークシート

～ ひとりでなやまない! 相談する力をつけよう ～

なまえ: _____

年 組 番

日づけ: 月 日

Q1. 困ったときの3ステップを書こう

ステップ1: _____

ステップ2: _____

ステップ3: _____

Q2. こんなとき、あなたならどうする？

知らない人から「会おうよ」というメッセージが来た。

こたえ: _____

ゲームで「1万円課金しないとアカウントが消える」と表示された。

こたえ: _____

Q3. 困ったとき、相談できる人・場所を書こう

1. _____

2. _____

3. _____

Q4. ○×クイズ!

- 困ったことがあったら、まず画面を閉じるのが大事
- ネットのトラブルは恥ずかしいから、ひとりで解決するべき
- スクリーンショットを撮っておくと、大人が助けやすくなる
- 友だちが困っているとき、大人に伝えるのは「思いやり」

こまったとき、わたしは…

ネットで困ったとき、自分がやることを書こう:
