

活用型情報モラル教材



ワークブック
がまくら



アドバンスト

2025

もくじ

はじめに	I
使い方	II
情報モラルを学ぼう(50分授業)	1
社会の変化と情報モラル	2
自分と相手との違い	6
こんなつもりじゃなかったのに	9
生活を見直そう	12
災害時のSNSの使い方①	15
災害時のSNSの使い方②	18
災害時のSNSの使い方③	21
「信頼」と「信用」	24
「見えないお金」と上手につきあおう	27
複利的思考を身につけよう	30
SNSによる情報発信のリスク	34
新しい情報技術とのつきあい方を考えよう	38
情報活用能力を身に付けよう(15分授業)	42

使う前に	43
WEBアプリやクラウドを活用しよう	44
AIと探究的な学び	46
リスクマネジメントを身に付けよう	48
信用を失う時ってどんな時？	50
クライシスマネジメントを身に付けよう	52
誰に相談すればよいかな？	54
まとめ・情報技術×社会問題	56
写真を撮る	58
目的に合わせて上手に写真を撮ろう	59
ショート動画の絵コンテをつくってみよう	61
どこまで写真を公開してもよいのかな	63
水着姿や下着姿の写真を送ってしまうときは	65
リスクの低いプロフィールをつくろう	67
着替える時に気をつけることは	69
まとめ・画像認識×社会問題	71
調べる	73
先行事例や先行研究を調べよう	74
調べるべき「よい問い」を考えよう	76
情報の信頼性の確かめ方	78
デマを信じてしまうときは	80
どこまでが広告なのかな？	82
なぜ、お金持ちアピールをしているの？	84
まとめ・自動情報提供×社会問題	86

「GIGAワークブック」
で扱う用語について

スマホ・・・スマートフォン
ケータイ・・・携帯電話
アップ・・・アップロード
ネット・・・インターネット

もくじ

考える	88
アンケートの質問項目をつくろう	89
問題を深く分析してみよう	91
ルールの「ズレ」を考えよう	93
お礼の気持ちは伝わるのかな？	95
盗用を防ぐには	97
どうすれば「歩きスマホ」がなくなるのか	99
まとめ・予測×社会問題	101
共有する	103
情報を上手に共有するには	104
発表を客観的に評価してみよう	106
批判と非難はどう違う？	108
反応を想像してみよう	110
チャットの悪口、どう止める？	112
間違っって共有したときは	114
まとめ・五感の共有×社会問題	116
つくる	118
見やすいデザインを考えよう	119
タイトルを考えよう	121
著作権はなんのため？	123
著作権を侵害してしまうときは	125
知的財産をどう守る？	127
画像生成AIを使ってみたら	129
まとめ・音声・ジェスチャー操作×社会問題	131

交流する	133
多様な人たちと交流しよう	134
新しいアイデアを生み出す交流のまとめ方	136
どこまで伝えてよいのかな？	138
どこからが誹謗中傷かな？	140
セキュリティを見直そう	142
「闇バイト」に気をつけるために	144
まとめ・メタバース×社会問題	146
家で使う	148
学習で上手に活用しよう	149
生成AIを保護者と体験してみよう	151
タイムマネジメントを身に付けよう	153
好きなことを広げてみよう	155
使いすぎてしまう時は	157
スマホだけの余暇でよいのかな？	159
まとめ・6G×社会問題	161
保護者の方へ	163
ケータイ・スマホトラブル分類表	164
家庭のルールを考えよう	165
フィルタリングやアプリの設定	168
インターネットにおけるコミュニケーションの特性	170
デジいく（デジタル活用能力育成プロジェクト）について	171

活用型情報モラル教材



かまくら

はじめに

これからの情報社会を生き抜くためには、情報活用能力が重要になります。

情報活用能力とは、世の中の様々な事象を情報とその結び付きとして捉え、情報及び情報技術を適切かつ効果的に活用して、問題を発見・解決したり自分の考えを形成したりしていくために必要な資質・能力です。

具体的には、学習活動において情報手段を適切に用いて情報を得たり、情報を整理・比較したり、得られた情報を分かりやすく発信・伝達したり、必要に応じて保存・共有したりといったことができる力であり、プログラミング的思考、情報モラル、情報セキュリティに関する資質・能力等も含みます。

こうした情報活用能力を身に付けるために、「GIGAワークブック」は開発されました。この教材で、上手に端末を活用しつつ、様々なリスクに対応する力を身に付けてください。

タブレットを使って、つなげよう・つながろう

学校教育目標

"ひとりひとりが"
"みんなといっしょに" めざしていこう！

クラスや学年の目標

3年生

2年生

1年生

タブレットを上手に使うための目標



勉強で上手に使える

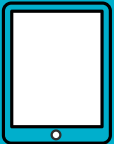


安全に気をつけられる



みんなが笑顔になるよう
に使える

タブレットを使おう。家庭で守る「9つのルール」

- 1 中
「GIGA 目標」
を目指します。

- 2 家庭で、
使う場所を決めます。
- 3 家庭で、
使う時間を決めます。
- 4 使うときの姿勢に
気をつけます。

- 5 明るいところで
使います。

- 6 使わないときは、
机の中に入
れておきます。

- 7 登下校中は、
使いません。

- 8 設定を勝手に
変更しません。

- 9 その他で家庭で決めた
ルールを守ります。

留意点

連続で30分以上使用する場合は、10分以上の休憩をはさみましょう。

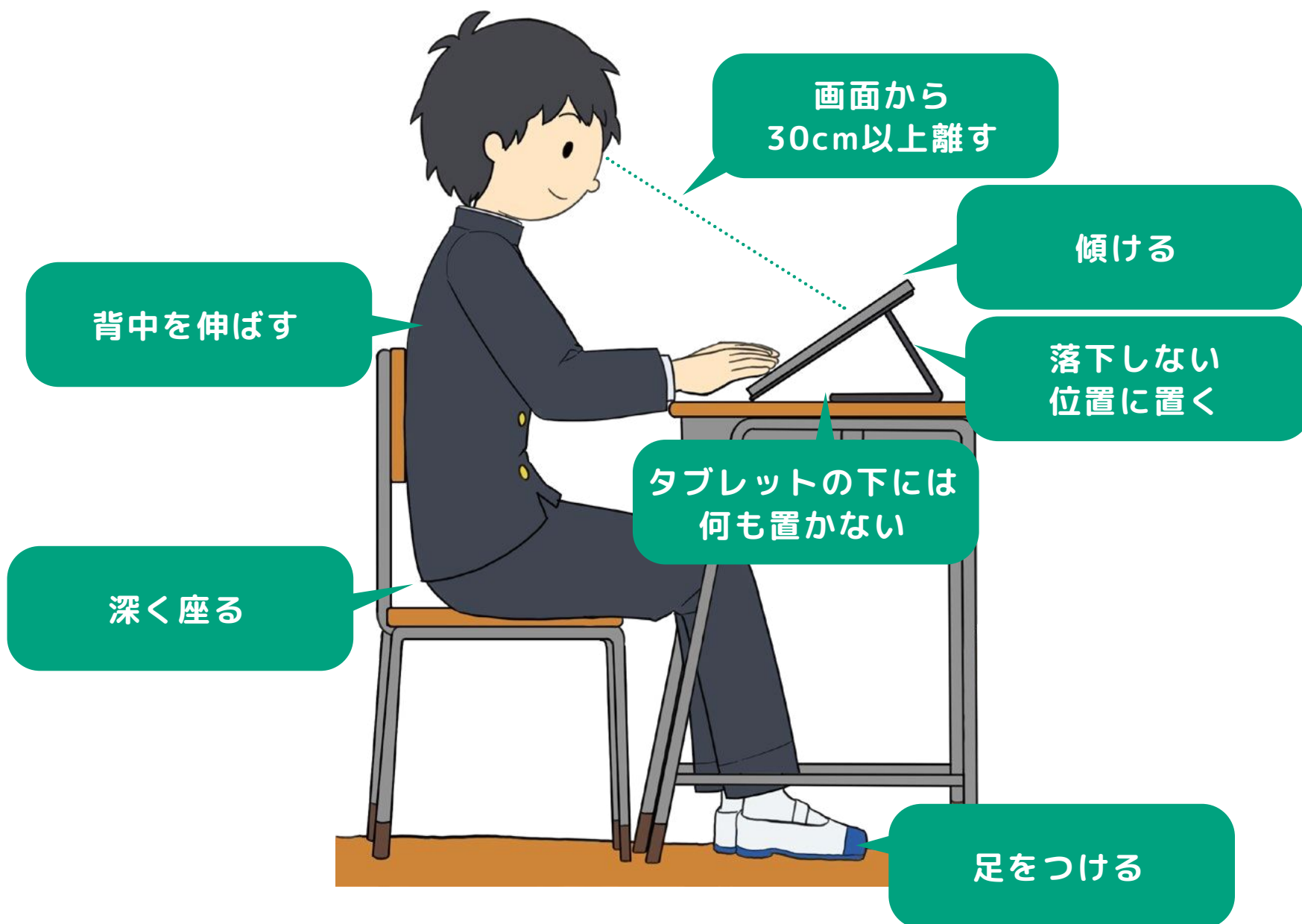
保護者の方へのお願い

「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備に関する法律」において、保護者の責務として、「保護者は、インターネットにおいて青少年有害情報が多く流通していることを認識し、自らの教育方針及び青少年の発達段階に応じ、その保護する青少年について、インターネットの利用状況を適切に把握するとともに、青少年有害情報フィルタリングソフトウェアの利用その他の法律によりインターネットの利用を適切に管理し、及びその青少年のインターネットを適切に活用する能力の習得の促進に努めるものとする。」とあります。特に、著作権・肖像権・人権・個人情報などに関わるトラブルが小学校低学年でも増加傾向にあります。子どものICT機器の管理及び約束やルールについての話し合いをご家庭で取り組んでください。

学校別の守る約束（記載例）

～タブレット（iPad）を上手に使っていくために、守る約束～		
1	タブレット（iPad）の使い方	「学習に使う」「時間を守る」等の約束を守って使いましょう。
2	充電	家庭でしてきましょう。
3	Classroom（クラスルーム）	メッセージは、先生への質問や回答などのやり取りだけをしましょう。メッセージの送信は、平日の8：30～17：00までにしましょう。
4	故障・紛失	大切に使いましょう。壊れたり、無くしたりしたら、すぐに先生に伝えましょう。
5	教室内のタブレット（iPad）キャビネット	使う時以外は、キャビネットの中に置いておきましょう。
6	休み時間	係活動や委員会活動などで、使う場合や学習で使う場合は、担任の先生に聞いて、先生のいるところで使いましょう。そのときは、使っている時間が長くないように気をつけましょう。
7	名前シール	シールが剥がれてしまったら、家庭で作り直して、貼り直しましょう。
8	設定	タブレット（iPad）は、学校から、学習用に貸し出されているものです。設定は、勝手にいじらないようにしましょう。 例えば）ホーム画面（背景）やフォント、ダークモードにする等。

タブレットを使うときの姿勢

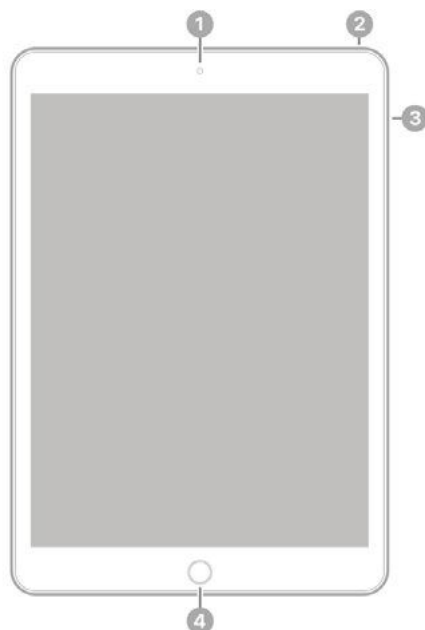


健康チェック表

健康チェック表						
	チェック項目		当てはまるものを選びましょう。			「いつも」や「時々」を選んだ人へ
目の状態	1	目が疲れる。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	・時々目を閉じて、目を休ませましょう。 ・まばたきをするようにしましょう。 ・視力が落ちた（前より見にくい）と感じたら、保健室の先生や保護者の方に相談しましょう。
	2	目がチカチカする。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	
	3	見つめていると文字や絵がだぶったり、ぼやけてくる。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	
筋肉や関節の状態	4	座っている時に、背中が痛い。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	・体をほぐすストレッチをしましょう。（肩を回す・屈伸をする・背伸びをする） ・よい姿勢で学習しましょう。 ・症状がつらい時には、保健室の先生や保護者の方に相談しましょう。
	5	座っている時に、腰が痛い。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	
	6	肩がこる。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	
	7	腕が疲れる、痛みがある。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	
ストレスの状態	8	眠れない。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	・寝る前には、強い光を出す電子機器（ケータイ・スマホ・タブレット・パソコンなど）を使わないようにしましょう。 ・電子機器（ケータイ・スマホ・タブレット・パソコンなど）を使う時間を少なくしましょう。 ・症状がつらい時には、保健室の先生や保護者の方に相談しましょう。
	9	イライラする。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	
	10	集中できない。	☐ いつも	☐ 時々	☐ ない	

タブレット(iPad)のパーツと基本操作について

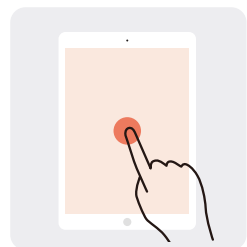
タブレット(iPad)のパーツについて



© Apple Inc.

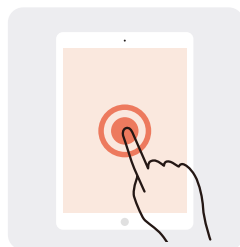
- ① 前面側カメラ
- ② トップボタン
- ③ 音量ボタン
- ④ ホームボタン/Touch ID
- ⑤ 背面カメラ
- ⑥ ヘッドフォンジャック
- ⑦ Smart Connector
- ⑧ Lightningコネクタ

タブレット(iPad)の基本操作について



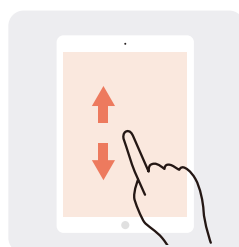
1 タップ

1本の指で軽くタッチする



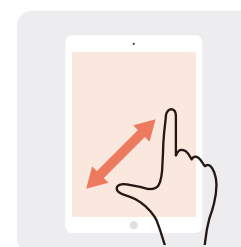
2 長押し

タッチして押さえたままにする



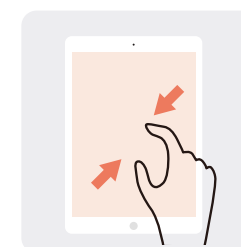
3 スワイプ

指でさわったまま移動させる



4 ピンチアウト

2本の指で画面を広げる



5 ピンチイン

2本の指で画面を小さくする

© Apple Inc.

タブレットの起動方法



1

トップボタンをリンゴ(Apple)のロゴが出るまで長押しします。



2

パスワードを入れてホーム画面に入ります。

タブレットの再起動方法



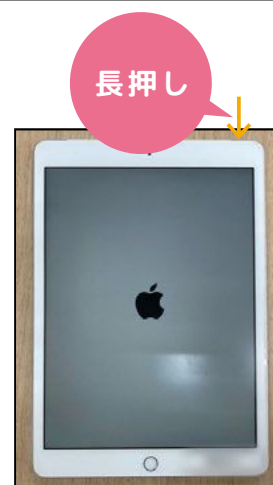
1

トップボタンを「スライドで電源オフ」の表示がされるまで長押しします。



2

「スライドで電源オフ」の部分のスライドし、タブレットの電源が切れるまで待ちます。



3

タブレットの電源を再び入れるには、トップボタンをロゴが表示されるまで長押しします。

タブレットの強制再起動方法



1

トップボタンとホームボタンを同時に押さえたままにします。



2

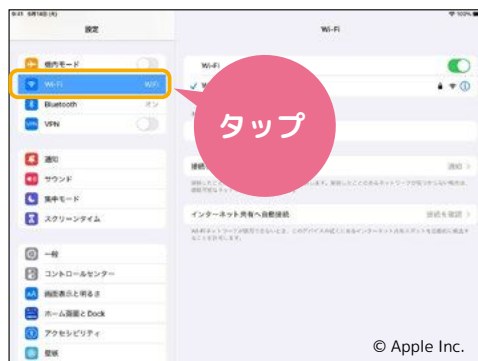
ロゴが表示されたら両方のボタンを放します。

Wi-Fiの使い方



1

ホーム画面の「設定」をタップします。



2

「Wi-Fi」をタップします。



3

一番上のWi-Fiをタップしてオンにすると、接続できるネットワークの検索が始まります。



4

接続したいネットワークをタップします。おうちにいるときは自宅のネットワークを選びましょう。

※知らないネットワークには接続しないこと！



5

青いチェックマークが表示されたら接続完了です。

カメラの使い方



1

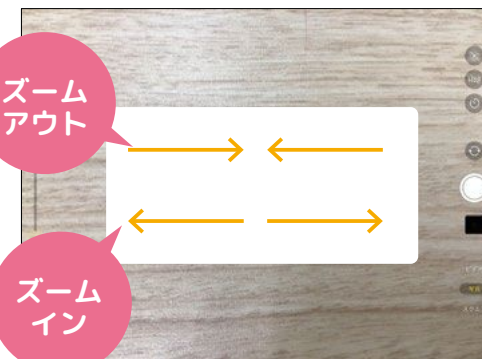
ホーム画面から「カメラ」をタップします。

※ロック画面を左にスワイプしてもカメラを開くことができます。



2

シャッターボタン、もしくはいずれかの音量ボタンを押すと写真が撮影されます。



3

画面左側のスライダを上下に動かすか、指2本でピンチイン・アウトすることで、ズームを調整することもできます。



4

矢印のアイコンをタップすることで、内側のカメラと外側のカメラを切り替えることができます。

※画面右上の「LIVE」は基本的にオフにしておきましょう！

カメラの機能について



カメラには様々な機能があります。使う場面に合わせて使い分けてみましょう。

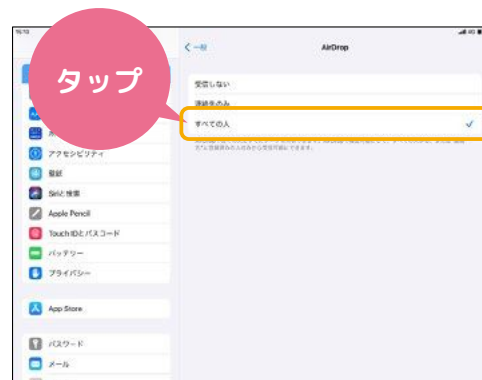
- ①写真…静止画や「Live Photos」を撮影することができます。
QRコードを読み取ることもできます。
- ②スクエア…正方形の写真を撮影することができます。
- ③パノラマ…景色などの広い範囲を撮影することができます。
- ④ビデオ…動画を撮影することができます。
- ⑤スロー…スローモーションの動画を撮影することができます。
- ⑥タイムラプス…時間経過による変化をコマ送りでビデオ撮影することができます。

データを受け取りたいとき

AirDropを使う時はWi-FiかBluetoothをオンにして、相手が近くにいることを確認してください。



- 1 ホーム画面から「設定」をタップします。「一般」から「AirDrop」を選びます。



- 2 「すべての人」をタップします。選ぶと青いチェックが入ります。



- 3 まわりの人がAirDropを使ってデータを送ってくれたときは、通知が表示されるので、「受け入れる」をタップします。
※知らない人や知らないデータの場合は「辞退」をタップします。

4

「受け入れる」をタップした場合、元のアプリと同じアプリにデータが保存されます。たとえば、「写真」から送られたデータは、送った先の「写真」に保存されます。

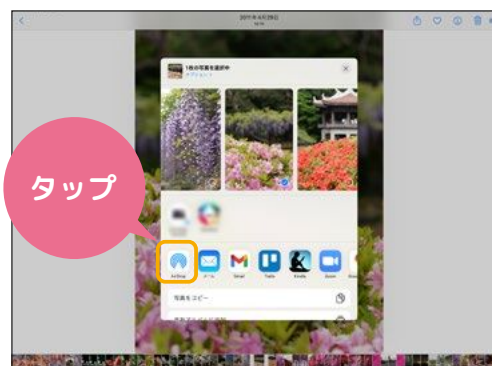
5

1、2の手順と同様に進めて、「受信しない」に戻します。

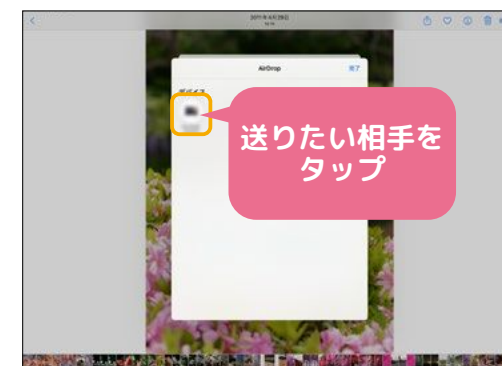
送りたいデータがあるとき



- 1 共有ボタンをタップします。



- 2 「AirDrop」ボタンをタップします。

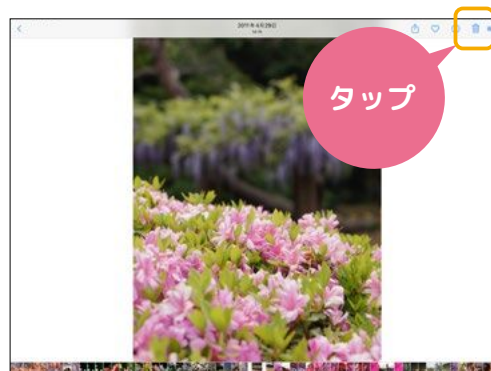


- 3 データを送ることができる人が表示されるので、送りたい相手をタップします。
※動画など、容量が大きいものは時間がかかります。

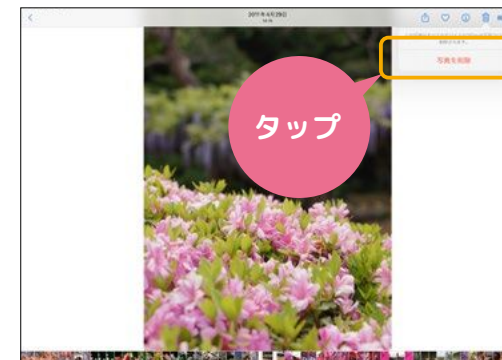
「写真」のデータの削除について



1 ホーム画面から「写真」をタップします。



2 削除したい写真をタップし、右上に表示されたゴミ箱のアイコンをタップします。

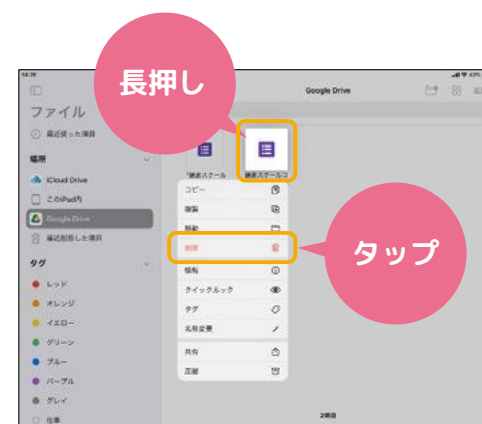


3 「写真を削除」をタップします。

「ファイル」のデータの削除について



1 ホーム画面から「ファイル」をタップします。



2 削除したいデータをロングタップ（長押し）し、「削除」をタップします。



3 誤ってデータを削除しても、「最近削除した項目」から復元することができます。

Googleアカウントの開き方



- 1 ブラウザ（Safariなど）からGoogleを開きます。



- 2 右上の「ログイン」をタップします。

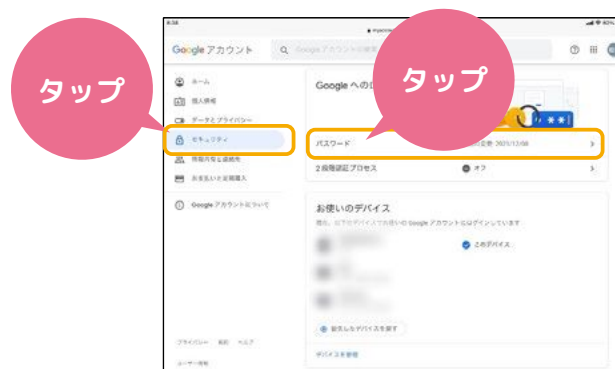


- 3 学校から指定されたメールアドレスとパスワードを入力します。
※ログインに必要なメールアドレス・パスワードを忘れた時は担任の先生に聞きましょう。

パスワードの変更方法



- 1 パスワードを変えるときは右上のメニューから「アカウント」をタップします。

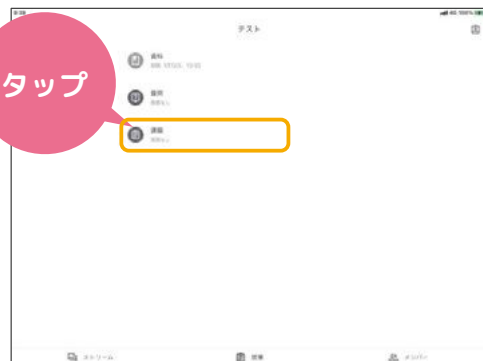


- 2 画面左側の「セキュリティ」をタップします。
- 3 画面中央に表示される「パスワード」をタップします。



- 4 新しいパスワードを2回入力すると、変更が完了します。

課題の提出方法について



1 「授業」から「課題」をタップします。



2 画面の下に表示される「あなたの課題」をタップします。



3 「添付ファイルを追加」をタップします。



4 既に作成したデータや、新しく作成したデータを選んで提出します。先生に質問したいときは画面右側の「限定公開コメントを追加」からコメントを入力し、「投稿」をタップします。



5 「提出」をタップして提出が完了です。一度提出をしてしまっても、「提出を取り消し」から取り消すことができます。

※「課題」のほかにも「資料」「質問」などの機能もあるので覚えておきましょう。

①「課題」⇒文章、表、スライドや写真などを提出する課題に取り組むときに使う機能です。

②「質問」⇒先生からの質問について意見を出し合ったり、話し合ったりするときに使う機能です。

③「資料」⇒先生が配付した教材や生徒に読んでほしい資料を読むときに使う機能です。

「かまスマ7」とは

わたしたちの生活に欠かせなくなったスマホと上手に付き合っていくためには、スマホを使う時のルールを自分自身で考え、作ることが大切です。

そこで、鎌倉市PTA連絡協議会では、「かまくらでスマホについて考える7か条」＝「かまスマ7」を作成しました。

下のURLまたはQRコードから読むことができますので、おうちで保護者の方と一緒に読みながら、スマホやタブレットを使う時のルールを考えてみましょう。

「かまスマ7」のPDFは下記QRコードよりアクセスしてください。



<https://onl.tw/2QWFN6J>



かまくらでスマホについて考える7か条

第1条 「おもいやり」について考えてみよう

第2条 「おてほん」について考えてみよう

第3条 「なんで」について考えてみよう

第4条 「からだ」について考えてみよう

第5条 「ながら」について考えてみよう

第6条 「あぶない」について考えてみよう

第7条 「ふれあい」について考えてみよう