

困ったときの問い合わせ先(相談機関)

以下のような悩みがある場合、相談できる機関があります。
困ったときは、一人で悩まずに専門機関へ相談することをおすすめします。

- 生きていくのがつらい、しんどい、厳しい
- いじめに遭っている
- 虐待を受けている
- 勝手に人のSNSに掲載された画像を削除したい
- アカウントが誰かになりすまされた



法務省 子どもの人権110番

子どもをめぐるさまざまな人権問題に関する相談を受け付けています。

☎0120-007-110 [月～金8:30～17:15]

文部科学省 24時間子供SOSダイヤル

いじめ問題やその他の問題に悩む子どもや保護者の相談機関です。

☎0120-0-78310 [24時間年中無休]

生きづらびっと

「生きていくのがむなし・つらい」「友達がいない・孤独だ」「世の中、社会から消えてしまいたい」など誰にも相談できない悩みに、SNSで相談できます。



[月～日(毎日)11:00～22:30(受付22:00まで)]

18歳までの子どもがつながる チャイルドライン®

子どもの気持ちを聞き、寄り添い子どもが自分で考え自立することを支援する18歳までの子どものための相談機関です。



厚生労働省「まもろうよ ころ」

悩みや不安を抱えて困っているとき、気軽に相談でき、電話・メール・チャット・SNSなどについて、さまざまな相談窓口を紹介します。



ヤングテレホン(沖縄県警察本部少年少女サポートセンター)

児童生徒や保護者を対象とし、ネット被害や児童虐待、非行などの少年問題に関する相談を受けています。

☎0120-276-556

インターネット違法・有害情報相談センター

インターネット上の誹謗中傷、名誉毀損、プライバシー侵害、人権侵害、著作権侵害などに関する書き込みへの対応や削除要請方法、その他トラブルに関する対応方法などについて案内しています。



法務省インターネット人権相談受付窓口

インターネットによる人権相談を受け付けており、削除依頼の方法について相談者に助言を行うほか、内容に応じて、法務局からプロバイダに削除要請を行います。



「ちゅらマナープロジェクト」は、高校生が主体となりマナーの向上やルールの大切さなどについて高校生が「自分で考える」機会の創出を図るものです。

承認欲求 #ルッキズム

あの子よりもカワイくSNSにUPしたい!

自己肯定感 #コンプレックス広告

CHURA MANNER PROJECT HANDBOOK

ちゅらマナープロジェクト ハンドブック 2023-2024

その使い方大丈夫? 便利なSNSに潜む闇

#SNS犯罪

薬物犯罪 闇バイト

この情報 本当に信じていいの?

エコーチェンバー現象 フィルターバブル 確認バイアス

#情報の信ぴょう性

生成AIを使うと、どんな問題があるのかな?

動画・画像生成 音楽・テキスト生成 #生成AI

グルーミング リベンジポルノ #性的被害

what's? CHURA MANNER PROJECT

ちゅらマナープロジェクトとは?

高校生が主体となりマナーの向上やルールの大
切さなどについて高校生が「自分で考える」機会
の創出を図るものです。



プロジェクトメンバー 橋本一凜/新城優太郎/仲松天聖/鳥袋晟/伊禮詩/赤嶺結子/金城結珠姫/具志心柁/安里来運/高江洲晴琉/熊谷来華/山城飛竜/與那城鈴音
砂川志咲/前里蒼空/田中煌洋/大城黎和/桃原健昇聖/磯間如海/室田風輝 マナアリィ/宇野凌叶/金城天陽/神里一翔/湊川光輝 (順不同)

参加校一覧 真和志高校/首里高校/南部工業高校/南風原高校/北谷高校/浦添商業高校/南部農林高校/与勝高校/豊見城南高校 (順不同)

監修者紹介

ネットいじめ防止を目的に平成25年に保護者が主体のネットいじめ
パトロール隊を発足。現在は、沖縄市教育委員会沖縄市立教育研究
所ネットいじめ防止対策推進員として、市内の小学1年～中学3年生
の情報モラル授業、ネットいじめやスマホ・ゲーム依存相談を担当。
休日には、こどものスマホ・スマイル協議会代表として本島・離島の小
中高校60校以上で、児童生徒・教職員・保護者を対象にスマホ・ゲ
ムトラブル・依存防止の講演による啓発活動を行っている。

たかみやぎ おさむ
高宮城 修 先生

- 子どものスマホ・スマイル協議会 代表
- ネットいじめ・依存防止教育研究会 アドバイザー



目次

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 1 ちゅらマナープロジェクトとは?
監修者紹介
高宮城 修先生 | 6 自己肯定感と承認欲求とルッキズム(外見至上主義) |
| 2 ちゅらマナープロジェクト活動紹介 | 7 SNSを通じた犯罪の恐怖 |
| 3 ネット・SNSの落とし穴! | 8 SNSを通じた性的被害 |
| 4 生成AIとは? | 9 同世代(高校生)へのメッセージ |
| 5 情報の信ぴょう性 | 10 「高校生のネットリテラシー・安全対策」フォーラムを開催
高宮城 修先生からのメッセージ |



活動紹介

ちゅらマナープロジェクト CHURA MANNER PROJECT

沖縄県内各地から9校24名の高校生が集まり、「情報モラル」について学んだあと、
みんなで話し合い、3か月かけて本誌を制作しました。その工程を紹介します。

01 情報モラルについての講話を聴講



講話を聴き、情報モラルの問題点と対応策について学びました。

02 ディスカッション



5チームに分かれて、講話を聴いた感想と本誌に掲載したいことについて話し合いました。

みんなで一緒に調べることで
学びが深まります!

04 レイアウトと原稿作成



チームごとに担当ページを決め、誌面のレイアウトについて考え、原稿を作成しました。

03 アイディア発表



- ・生成AIの活用 C
- ・ネット情報の信頼性や信頼性 A
- ・自己肯定感とルッキズム D
- ・SNS活用(匿名) B
- ・SNS活用(顔) E

講話を聴いた感想、本誌に掲載したい情報とその見せ方についてチームごとに発表しました。

自分たちで
原稿も作成します!

05 写真撮影



自分たちがモデルになり、スタジオで撮影を行いました。



goal
出来上がり!

完成したハンドブックを
ぜひ見てね



＼どんな危険が潜んでる？／ ネット・SNSの落とし穴！

便利なネットやSNSですが、危険に巻き込まれないために
知っておくべきことはなんですか？



1 SNSって便利で楽しいよね！
最近、SNSで高時給のバイト見つけたんだけど...

2 やって怪しくない？大丈夫？
聞いてみたら、違ったからやめたよ。

3 やめてよ！ネットは、私にこの広告を見てほしくないから！
私もこのモデルしてみたいな！プロポーションに気をつけよう！

4 やめていいの？
あれ、AIの生成文の宿題を生成AIでやったよ！
俺は、宿題の宿題を生成AIでやったよ！
宿題、やめた？

5 #SNS犯罪
#情報の信ぴょう性
#生成AI
#ルッキズム
#コンプレックス広告
#性的被害

6 高宮城先生、お願いします!!!
ネットは便利ですが、危険なこともいっぱいあります。次ページから私と一緒に学びましょう！

高宮城 修先生

テキスト・音楽・動画など新しいコンテンツをクリエイト

生成AIとは？



便利な生成AIにも落とし穴はあるかな？



これまでのAIは学習済みデータから回答を見つけるのに対して、生成AIは「0から1」を生み出すことが特徴で、自己学習し続け、人間に新しいアイデアを提供します。
生成AIは、インターネットにある数千億ものデータを学習し、利用者が質問すると、条件に合った新しい「文章」や「画像」、「動画」、「音楽」を生成します。

生成AIでできること

動画の生成 	画像の生成 プロンプト(質問) 犬と猫がビーチで遊んでいる画像(質問)
テキストの生成 プロンプト(質問) 浦島太郎がおじいさんになったあとのストーリーを考えてください。 浦島太郎は孤独な老人として、海辺で暮らしていた。ある日、彼は海に戻り、竜宮城の乙姫様に再会した。乙姫様は彼に、彼が彼を助けた時に与えた玉手箱を開けるように言った。彼は玉手箱を開けると、彼は再び若返り、竜宮城で幸せに暮らした。	音楽の生成

某お茶メーカーがテレビCMに、生成AI(人工知能)で制作したモデルを起用して話題になりましたね！

企業は、ギャラを払う必要がなくて良かったかもしれないけど、芸能人は仕事を奪われてしまうよね。

Colum

EX. ChatGPT VS 私たち(人間)による大喜利

私たちの身近な生成AIアプリの1つに「Chat GPT」があります。Chat GPTは、会話や質問に答えたり、情報を提供したり、テキストを生成したりしてくれる生成AIアプリの1つです。今回はChat GPT VS 人間(私たち)で、大喜利をしたので、それらを比較してみました。

X(旧Twitter)に次ぐ画期的なアプリが開発された。そのアプリの名前は？

Chat GPTの回答 ・Chirp Wave (チャープウェーブ) ・Blabber Verse (バラバーヴァース)	人間の回答 ・バズッター ・炎上型SNS (ノロシー)
---	--

生成AIは細かく指示をしないと良い回答は得られないようです。また、とんち力にも欠けているように感じました。

生成AIのメリット・デメリット

メリット ・作業が早い ・効率が良い ・分かりやすい ・新しいアイデアのヒントを貰える	デメリット ・アプリケーションソフトとの対話のため味気ない(人間と直接話したがほうが良い) ・人間の考えが浅くなる ・人の仕事を奪う ・間違った情報の提案
--	--

生成AIを利用するときのPoint

1. 生成AIは便利で使いやすいが、細かく指示をしなければ、こちらが望む回答は得られないこともある。(質問の仕方が大事)
2. 大喜利などの「ひらめき力」や「とんち力」などAIが苦手なジャンルがあるので、生成AIにばかり頼らず、自分で考えることが大切。

自分で考える力を付けるためにも、宿題はAIじゃなく自分でやるのが大切だね！

