

# スマホ購入前に家庭のルールづくりを!



## 保護者の皆様へ

SNSを悪用した犯罪に巻き込まれないためにも、規則正しい家庭生活を維持するためにも、スマホ購入前に、危険性を子どもとともに理解し、家庭のルールづくりを行いましょう。

## わが家のスマホルール

①

②

③

④

⑤

\_\_\_\_年 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日 サイン( \_\_\_\_\_ )

例えば、

- 使用は、1日1時間以内、午後9時まで
- 勉強中、食事中は使用禁止
- 個人情報の公開厳禁
- アプリをダウンロードする際には、親の承諾を必ず得ること
- スマホの充電はリビングルーム
- 知らない人とメール等のやりとりはしない
- 歩行中、自転車乗車中は、「ながらスマホ」をしない
- 親はいつでもスマホの中を確認することができる
- 「わが家のスマホルール」を守れなければ、1週間使用禁止 など

使用時間  
利用目的  
利用する場所  
など

保護者にも使用時間等のルールを設けることとすれば、子どもの納得性も高まることが期待されます。

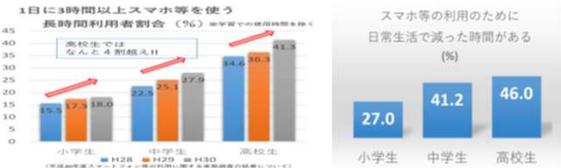
# 入学説明会等でのリーフレット活用例

入学説明会（、各単位PTAの研修会）等は、保護者にスマホのルールづくりの重要性を直接伝えることができる貴重な機会です。ぜひ活用してください！

短時間で可能

【所要時間】 15～30分程度

【準備物】 リーフレット・わが家のルールづくり

説明の流れ・問いかけ	使用資料・配慮点																
<p>①リーフレット「岡山県の子どもたちは・・・」のグラフから現状を説明し、家庭で心配なことや気をつけていることを話し合う。</p> <p>②子どもにスマホを持たせるときにどんなことが大切かを話し合う。</p> <p>例)・子どもと日ごろからコミュニケーションをとっておく          ・一緒にルールを考える          ・ペアレンタルコントロール機能の設定 等</p> <p>③家庭でどんなルールが必要か、また、子どもがルールを守るにはどのような工夫が必要か、話し合う。</p>	<p>・グループ分け・席の前後等で交流(参加型学習)          ・平等に発言、口外しない、互いを尊重することなど確認する。</p>  <p>＜ポイント＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学年が上がるにつれて長時間利用者の割合が増えていること(ゲーム障害は病気であること)</li> <li>・長時間利用により、学習や睡眠時間が減少し、子どもたちの日常生活に悪影響を及ぼしていること</li> </ul> <p>＜ポイント＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・購入する前に事前に子どもと話し合っ規則を決めておくこと</li> <li>・保護者が一方的にルールを決めるのではなく、子どもが納得するように一緒に考えること</li> <li>・利用時間制限等のペアレンタルコントロールは、販売店から購入時に説明があること</li> <li>・学校だけでなく、保護者同士で不安や悩みを話し合える関係性が大切であること</li> </ul> <p>「わが家のルールづくり」を配付し、家庭でのルールづくりを促す。(利用時間については入れるようにする)          ・スマホの購入時に販売店で「わが家のスマホルール」を提示し、利用時間制限等のペアレンタルコントロールを設定してもらうように伝える。</p> <table border="1" data-bbox="1268 884 1476 1008"> <thead> <tr> <th></th> <th>1位</th> <th>2位</th> <th>3位</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>小学生</td> <td>テレビ</td> <td>睡眠</td> <td>学習</td> </tr> <tr> <td>中学生</td> <td>学習</td> <td>睡眠</td> <td>テレビ</td> </tr> <tr> <td>高校生</td> <td>睡眠</td> <td>学習</td> <td>テレビ</td> </tr> </tbody> </table>		1位	2位	3位	小学生	テレビ	睡眠	学習	中学生	学習	睡眠	テレビ	高校生	睡眠	学習	テレビ
	1位	2位	3位														
小学生	テレビ	睡眠	学習														
中学生	学習	睡眠	テレビ														
高校生	睡眠	学習	テレビ														