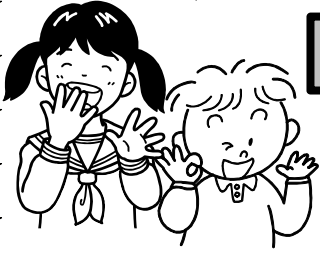


スマホ・ケータイ「自己チェックシート」

スマホ・ケータイを持っている人用



ねん ぐみ なまえ ()
年 組 名前 ()

1 「スマホ・ケータイ宮っ子ルール共同宣言」を守っていますか？
ア 守っている イ だいたい守っている ウ あまり守っていない エ 守っていない

2 やめようと思ってもなかなかやめられずに、ア はい イ いいえ
長時間使ってしまうことがありますか？

* 「ネット依存」は「生活習慣の乱れにつながります！

3 ケータイやスマホなどを長時間使うと、ア はい イ いいえ
学力に悪い影響が出るとおもいますか？

* 「全国学力・学習状況調査」の結果で明らかになっています！

4 宇都宮市では、友達との電話やメールは ア はい イ いいえ
夜何時までできるか知っていますか？

* 規則正しい生活を送るためには、全ての家庭が同じ時刻でやり取りをやめることが重要です！

5 「フィルタリング」をしていますか？ ア はい イ いいえ
* ネット被害者の約9割が、「フィルタリング」をしていなかったという調査結果が出ています！

6 「フィルタリング」のやり方を知っていますか？ ア はい イ いいえ
* 「フィルタリング」だけではなく、「アプリのダウンロード制限」も行いましょう！

7 顔写真や名前、電話番号などの個人情報を ア はい イ いいえ
ネットにのせていますか？

* ネットトラブルの約9割は「個人情報の公開」が原因です！

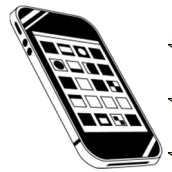
8 携帯ゲーム機や携帯音楽プレーヤーなども ア はい イ いいえ
ネットにつながることを知っていますか？

* 携帯ゲーム機や携帯音楽プレーヤー、タブレットでも「宮っ子ルール」を守りましょう！

★ 「自己チェックシート」に記入したら、家の人と一緒に「スマホ・ケータイ宮っ子ルール共同宣言リーフレット」の裏面を見ながら、自分の使い方について振り返ってみましょう！

スマホ・ケータイ「自己チェックシート」

スマホ・ケータイを持っていない人用



ねん 年 くみ 組 なまえ 名前 ()

1 「スマホ・ケータイ宮っ子ルール共同宣言」を知っていますか？

ア 知っている イ だいたい知っている ウ あまり知らない エ 知らない

2 今、スマホやケータイは必要だと思いますか？ ア はい イ いいえ

* 保護者は、必要のない限り、小中学生にはスマホやケータイを持たせません！

3 携帯ゲーム機や携帯音楽プレーヤーなども ア はい イ いいえ

ネットにつながることを知っていますか？

* 携帯ゲーム機や携帯音楽プレーヤー、タブレットでも「宮っ子ルール」を守りましょう！

4 「ネット依存」という言葉を知っていますか？ ア はい イ いいえ

* スマホなどをやめようと思ってもなかなかやめられず、ネットを長時間使ってしまうことです！

5 スマホやケータイなどを長時間使うと、 ア はい イ いいえ

学力に悪い影響が出ると思いますか？

* 「全国学力・学習状況調査」の結果で明らかになっています！

6 宇都宮市では、友達との電話やメールは ア はい イ いいえ

夜何時までできるか知っていますか？

* 規則正しい生活を送るためには、全ての家庭が同じ時刻でやり取りをやめることが重要です！

7 「フィルタリング」とは何か知っていますか？ ア はい イ いいえ

* どうしてもスマホなどを使う必要があるときには、必ず「フィルタリング」をしましょう！

8 顔写真や名前、電話番号などの個人情報を ア はい イ いいえ

ネットにのせてよいと思いますか？

* ネットトラブルの約9割は「個人情報の公開」が原因です！

★ 「自己チェックシート」に記入したら、家の人と一緒に「スマホ・ケータイ宮っ子ルール共同宣言リーフレット」の裏面を見ながら、スマホやケータイの使い方について考えてみましょう！