

10/17(月)～23日(日)は

「スマホ・ケータイ宮っ子ルール徹底週間」



▶家庭で話し合い、スマホやゲームの使い方ルールを確認しよう

私たちの生活に大変便利なスマートフォンや携帯電話が、お子様たちにも普及しています。また、昨年度からは1人1台端末の整備により、ネットと子供たちの距離はますます縮んできています。

子どもたちのスマートフォン等の所持率が上昇し、ネットに接する機会が増すにつれて、ネットを通じた友人関係トラブルや、犯罪被害等の相談・報告件数が増加しています。

この度の「スマホ・ケータイ宮っ子ルール徹底週間」では、「家庭で話し合い、スマホやゲームの使い方ルールを確認しよう」をテーマに取り上げます。

お子様は、スマホやゲーム機に夢中になって、親と目を合わせることなく会話をしていませんか？「徹底週間」の機会に、お子様と一緒に、日頃のスマホやネットの使用状況について話し合い、家庭での使用のルールについて確認しましょう！

徹底週間の主な取組

ご家庭で取り組んでほしいこと

- ★携帯電話やネットの使い方についての話し合い
- ★家庭で決めたスマホやゲームの使い方のルールを確認・見直し
- ★「ノースマホ・ノーゲームデー」への協力(10月19日)



できるかぎり(注) スマホやネットゲーム等から離れた生活を送り、
お子様と一緒に日頃の使い方を見つめ直しましょう。

(注) 事件・事故など緊急性のある場合や、塾や部活動などの送迎の連絡、その他どうしても必要な場合を除く。

学校で取り組むこと

★ネットの危険性について重点的に指導します

- ・朝会や学級活動などでの子供たちへの指導
- ・児童会・生徒会による集会活動の実施(注)
- ・SNS等に関する親学出前講座の実施(注)

※(注)「徹底週間」以外の時期に実施する場合もあります。



スマホや携帯電話は便利な道具です。しかし、お子様にスマホ等を持たせるのであれば、
正しい使い方やルールを教えるとともに、購入後も継続的に見守ること、家庭のルールを守らせること、適切に管理することが大切です。
子どもたちを守るために、保護者や大人が責任をもって適切に管理しましょう。

実際にノースマホ・ノーゲームデーに取り組んだ家庭に聞いてみた

これまで「ノースマホ・ノーゲームデー」にはどのように取り組んでいましたか？

家族でルールを決めて、その日はスマホやゲーム、タブレットも見ないようにしました。
(のぞみさん：中1)

子どもだけでなく、親もその日の夕方以降は、スマホを見ないようにしました。
(保護者)

ノースマホ・ノーゲームデーに取り組んでみてどんな効果があったと思いますか？

もともとゲームはあまりしないので「嫌だな」とは思わなかったけど、タブレットでYouTubeを見ることが好きなので、正直「ヒマだなあ…」と思ってしまいました。

でも、タブレットをいじらない代わりに、家族でトランプなどをするので楽しく過ごすことが出来ました。(のぞみさん：中1)

自分の子ども時代と違い、今は1人1台スマホなどの端末があるので、気が付くとそれぞれの部屋で過ごしてしまっていました。

こうした機会に家族でトランプなどをして、思いがけず楽しく過ごせました。
(保護者)

スマホなどを使うときのルールについて、どのように決めていますか？

今年の4月に、高校に入学した長女がスマホを持つようになったため、改めて家族全員で話し合ってルールを確認しました。

使う時間については「使い過ぎないようにしよう」というところまでしか決めていませんが、ゲームのダウンロードや課金はないことや、知らない人とのやり取りをしないことについては、その危険性を含め家族で話し合ってルールを決めました。(保護者)

市内中学校にお子さんが在籍するご家庭に聞いてみました。



のぞみさん

学 年：中学校1年生

使用端末：タブレット

主な利用：動画視聴

※スマホは高校生になったら持つ予定

続きはWebで

紙面には載せきれなかったインタビュー内容が、WEBで見られます。



10月19日(水)は「ノースマホ・ノーゲームデー」です。

できるかぎり(注)スマートフォンや、ゲーム機などを使わない生活を送り、お子様と一緒に日頃の使い方を見つめ直しましょう！

(注) 事件・事故などの緊急な出来事が起きたときや、塾などの送迎の連絡、学習での使用、その他、どうしても必要な場合を除きます。



他にもノースマホ・ノーゲームデーに取り組んだ、お子さんや保護者の方から以下のような声が届いています。

- ・ゲームをすることが当たり前になってしまっていたことに気が付けた。(小学生)
- ・いつもよりペットと遊んだり、家族で楽しく話をしたりすることができた。(小学生)
- ・スマホを使わないことで、いつもより早く寝ることが出来ました。(中学生)
- ・スマホを使わないなんて無理と思ったが、何とか使わずに過ごすことができた。(中学生)

- ・保護者自身もスマホに依存気味になっていたことに気付けた。(保護者)
- ・タブレットを親子で読むことで、子どもにネットの危険性に気付かせることができた。(保護者)
- ・親子で話し合い、フィルタリングの設定を見直すことができた。(保護者)

保護者自身が、一日スマホやゲームを使わないようにするなど、子どもと一緒に取り組んだご家庭から、「よかった！」という声が多く寄せられています。

