

5月8日（水）は「ノースマホ・ノーゲームデー」です！

5月8日（水）は、スマートフォンやタブレット、ゲーム機などをできるだけ使わない生活を送り、お子様と一緒に日頃の使い方を振り返り「家庭のルール」を見直しましょう！

「ノースマホ・ノーゲームデー」に家庭で取り組んでほしいこと！

1 家庭のルールをきめる

・家庭で話し合い、必要なルールをきめよう。

宮っ子ルール Ver. 2

- み** みんな必ずフィルタリング！
- や** やる前に知ろう！ネットゲームのOK?NG!
- つ** 使う時間を決めよう！守ろう！
- こ** 怖いネットの落とし穴に注意！

2 フィルタリングの設定

・ペアレンタルコントロールも合わせて設定しましょう。



裏面にある「わが家のスマホ・ケータイルール見直しシート」を使って、家庭でのルールを見直してみましょう。

「フィルタリング」にあわせ「ペアレンタルコントロール」を設定し、安心・安全に使わせましょう。

携帯電話各事業社の「あんしんフィルター」設定サイトのQRコード



docomo



au



Softbank



UQ モバイル



Y!mobile



ペアレンタルコントロールってなに？

携帯電話やゲームアプリ、ゲーム機などで保護者が設定を行うことで、有害情報へのアクセスをブロックするフィルタリングを設定したり、お子様の年齢段階に応じて、使用時間やダウンロードの制限を行ったり、写真や動画の投稿などを制限したりします。

最近増えているInstagramでのトラブルを避けるために、ファミリーセンターを設定しよう！

Instagram のファミリーセンター（ペアレンタルコントロール機能）の設定方法

保護者の端末上のInstagramからの操作 ※保護者と子供両方の同意が必要です。

「設定」⇒「ペアレンタルコントロール」⇒「招待を作成」⇒「Instagram でお子様を検索／お子様にリンクを送信」⇒「お子様が承諾」し完了





ゲームもね!

わが家のスマホ・ケータイルール 見直しシート

家庭できめたスマホ・ケータイや、ゲームの使い方のルールをきちんと守っていますか？
このシートを使って、家庭でのルールを見直してみましょう。

わが家のスマホ・ケータイルール

まずは、自分にとって必要なルールを考えてみよう。



つか じかん
使う時間は

つか ばしょ
使う場所は

つか かた
使い方は

た
その他

つぎに、お家の方と話し合っ、それぞれの家庭に合わせたルールを考えてみよう。

※ ルールを決める際は家庭でよく話し合い、保護者が一方的に決めることのないようにしましょう。



つか じかん
使う時間は

つか ばしょ
使う場所は

つか かた
使い方は

た
その他

ねん くみ ばん なまえ
年 組 番 名前

フィルタリング設定済



お家のルールを見直そうね

「スマホ・ケータイ宮っ子ルール共同宣言Ver. 2」のリーフレットを見ながら、新たにどんなルールが必要か家庭で話し合ひましょう。

もし、リーフレットがない場合は、自分のクロームブックやスマートフォンのカメラで右のQRコードを読み取ることで、リーフレットを見ることができます。

