



ネット利用ルールはどうして必要なの？

夜の使用は9時まで

中学生は9時30分まで

ネットの長時間使用で日常生活に支障

無料通話アプリやSNS、ゲーム、動画など楽しく魅力的なスマートフォン。でも、使い過ぎには要注意。SNSでのメッセージが気になったり、ゲームに夢中で夜遅くなると睡眠不足で早起きできなくなったりします。授業にも集中できなくなり、体調や成績に悪い影響があります。

もし使用するとしても、小学生は夜9時、中学生は夜9時30分までにして、それ以降は使用せず、規則正しい生活を送ることが大切です。



使用前には フィルタリング

トラブルから守るフィルタリング

低年齢の子供ほど、情報モラルの知識が浅く、トラブルに巻き込まれる可能性があります。フィルタリングは、危険性のあるWebサイトへの閲覧制限やアプリの利用制限をするなどの機能です。

しかし、スマートフォンなどにフィルタリングの設定をしている割合は半分にも満たないという調査結果もあります。子供たちを危険な使用から守るためにフィルタリングの設定は大切です。



お互いのことをよく考えて 迷惑をかけない

すぐに返事を求めない

既読したのに返信が来ない…こんなことから仲間外れやいじめにつながるトラブルがあります。送った相手にも生活リズムや都合があり、迷惑をかけないようにすることが大切です。

悪口や個人情報をのせない

悪口や個人情報を書き込むことで、いじめや犯罪の加害者になるトラブルもあります。一度書き込んだ情報は完全に削除することができません。お互いのことをよく考えて情報発信することが大切です。



必ず守ろう使用時間

平日：1時間以内
休日：1時間30分以内

歩行中もスマートフォンから目が離せない、そんなネット依存傾向のある子供が増えています。自分をコントロールできず、スマートフォンなどを長時間使うようになれば、生活が不規則になります。当然、家庭学習や家族との団らんがおろそかになります。

文部科学省「全国学力・学習状況調査」では、スマートフォンなどの使用時間が長いほど、正答率が低いという結果が出ています。時間を守って使用することが大切です。



小・中学生にスマートフォンや携帯電話は必要でしょうか？