

## 参考資料1 ルール作りのポイント

### ポイント1 具体的に実行できるものにしましょう

「夜9時を過ぎたら、親に渡す」など、細かく具体的で分かりやすいものにしましょう。

### ポイント2 親子で一緒に考えましょう

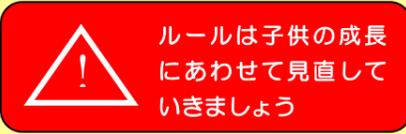
親が一方的に押し付けるのでは、子供はルールの本来的な意味や必要性に気が付くことができません。親子の共通理解のもとでルールを作りましょう。

### ポイント3 守れなかった場合のことも決めておきましょう

子供の成長や状況の変化に応じて、定期的にルールの見直しを行うことも必要です。ルールは、守ることも大事ですが、破ったときに子供自身が責任を持つことも大切です。ルールを決める際には、守れなかった場合のルールも決めておき、それについては必ず守らせるようにしましょう。

## 参考資料2 わが家の「スマホルール」の一例

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 相手がいやがることは書き込まない                  | <input type="checkbox"/> 利用時間は1日〇時間まで         |
| <input type="checkbox"/> 悪ふざけ写真や動画を投稿しない                   | <input type="checkbox"/> 夜9時以降は使わない（STOP9）    |
| <input type="checkbox"/> 安易に顔出し動画を投稿しない                    | <input type="checkbox"/> リビングなど決められた場所で使う     |
| <input type="checkbox"/> 個人を特定される書き込みや画像の投稿はしない            | <input type="checkbox"/> ルールを守らなかったときは使用を禁止する |
| <input type="checkbox"/> 下着姿や裸の写真は撮らない・撮らせない               |   |
| <input type="checkbox"/> アプリをダウンロードするときは保護者の許可を得る          |   |
| <input type="checkbox"/> ゲームのアイテムを購入するときは保護者の許可を得る         |   |
| <input type="checkbox"/> ID・パスワードは保護者が管理する                 |   |
| <input type="checkbox"/> インターネットで知り合った人をおかたんに信用しない（直接会わない） |   |
- 参考：そのスマホの使い方…本当にだいじょうぶ？  
（広島県 広島県教育委員会 広島県警察）



## 話し合ったことをもとにわが家の「スマホルール」を見直してみましょう

わが家の「スマホルール」 （御家庭でお子さんと相談しながら完成させましょう）

約束した日 年 月 日

子供のサイン \_\_\_\_\_

保護者のサイン \_\_\_\_\_

## 学習を振り返りましょう

自分の中で、分かったこと、考えが変わったことがあれば、書いてみましょう。

お問合せ：〒730-0052 広島市中区千田町三丁目 7-47 広島県立生涯学習センター  
TEL：082-248-8848 FAX：082-248-8840 E-mail：sgcshinkou@pref.hiroshima.lg.jp

教材番号

26

年 月 日 ( )

# 寄って話して 自ら気づく 「親の力」をまなびあう学習プログラム

## スマホ！うちではどうする？！ ～考えてみて、わが家流のつきあい方～



イラスト：うじな かずひこ

子供たちにも普及が進んでいるスマートフォンは、便利な道具である反面、一歩使い方を間違えると、犯罪やいじめなどのトラブルに巻き込まれるなど、様々な危険性を合わせ持っています。また、「スマホ依存」による、生活リズムの乱れや家庭でのコミュニケーション不足なども問題です。

スマートフォンを安全・安心に使うためには、子供とスマートフォンの必要性・危険性についてしっかりと話し合い、家庭内でのルールを作ることがとても大切です。スマートフォンとのわが家流のつきあい方について、もう一度考えてみませんか。

広島県教育委員会

## エピソードを読んで考えましょう

中学2年生のハルカさんは、何度もお願いしてとうとう念願の「スマホ」を買ってもらうことになりました。

母 「ハルカ、スマホばかり見ていたら、取り上げるからね。それからヘンなサイトを見たりしないこと！分かった？」

ハルカ「分かってるってば！」

と、約束したつもりだったのですが…。ハルカさんは、ようやく買ってもらったスマホを片時も離さず、いつも着信を気にかけてばかりいるので、お母さんから注意されることもたびたびです。

最近では勉強にも集中できなくなってきました。先日は、友達とメッセージアプリ（LINE等）のやり取りでトラブルになったらしく、落ち込んでしばらく家で口を聞かない時もありました。

そんなある日、両親が早く帰宅して、久しぶりに夕食を家族全員でとりました。みんなで食事をしている最中に、ハルカさんのスマホが鳴り響きます。食事もそこそこに食卓でLINEの返信を打ち始めるハルカさん。それを見たお父さんとお母さんは…。



( ) 内は児童・生徒対象

① あなたならこのような時、どのように言葉をかけますか。（かけてもらいたいですか。）

② あなた自身も、ハルカさんと同じような経験をしたことがないか、振り返ってみましょう。その時、どんなことを感じたり、考えたりしましたか。

③ 最近のスマートフォン等の利用実態について、気づいたことや感じていることなどをグループで話し合ってみましょう。

## 家庭内での約束やルールについて考えましょう

① あなたの家庭では、スマートフォン等を使う際に、どんな約束やルールがありますか。

《自分》

《他の参加者》

② 家庭内で約束やルールを作ったり、継続させたりする際に、気を付けるとよいことはどんなことだと思いますか。

③ 約束やルールが守れなかった時には、どのようにしていますか。また、どのようにしたらよいと思いますか。

