

スマホ等を持たせるなら！
使用するなら！

親子でつくる！家族で守る！

こうかスマホ等使用の心得

心得ること...

スマホ等の使用時間
を決め学習時間をつく
ことで学力が上昇！！

LINE 等の SNS のネット
トラブルに巻き込まれ
ない！！

スマホ等はとても便利なもの
で、正しく使えば、日常生活にお
いて大変有効なものです。
しかし、使い方によっては、「学
力低下」「トラブル」「いじめ」等
を招く恐れがあります。
また、子どもは親が思っている
以上にスマホ等を使いこなし、常
に危険と隣り合わせです。
このため、子どもにスマホ等を
持たせるなら、親と子どもが一緒
に話し合い、考え、ルールをつく
って使用することが大切です。
ルールは、家族みんなが守れる
よう心がけましょう！

こうかスマホ等使用の心得！

《 みんなで守ろう！甲賀市小中学生スマホ等使用の共通ルール 》

- ★ 夜9：00以降は、友だちとLINE等のSNSをしません。
学習時間を確保し、睡眠をしっかりとって体調を整えます！！
深夜のSNS等利用は人権侵害になることがあります！！
- ★ LINE等のSNSに友だちの悪口や人の気持ちを傷つけることは書きません。
- ★ 相手の許可なくLINE等のSNSに個人が特定できるような情報や映像をアップしません。
著作権・肖像権・個人情報保護等、法律に触れる場合があります！！



「こうかスマホ等使用の心得三箇条」

其の一 親子で話し合い、一緒にルールをつくって守るべし！

- ・親が一方的に決めるのではなく、親子で考え話し合うことで、我が家のルールをつくりましょう。
- ・つくったルールは、家族みんなで守りましょう。ルールは定期的に見直しましょう。

其の二 親と子でやるべきことを考えるべし！

- ・ルールを守っていてもテレビやゲームの時間が増えないように学習時間も考えていきましょう。
- ・子どもを守るために親ができることを実行しましょう。(アクセスコントロール・フィルタリング等)

其の三 いけないことは、はっきり伝えるべし！

- ・親が責任をもてないことは「やってはダメ！」とはっきり伝えましょう。
- ・ルールが守れなかったときの約束は、親がしっかりと伝え、納得するまで話し合いましょう。

甲賀市小中学生のスマホ等使用に関するルール策定委員会
2019年3月制定

スマホ等ルールは、
親子で定期的に見直
しましょう！

我が家のスマホ等使用のルール



- 親子で話し合い、守るルールが決まったらチェック☑を入れましょう！
- チェックすることで、必ず守るという意識をもつようにしましょう！
- 「我が家のスペシャル・ルール」の欄には、項目にないルールをつくった場合に書きましょう！
- ルールが決まったら、リビングや冷蔵庫など家族みんながいつも見ることができる場所に貼りましょう！

☑ スマホ等は一日1時間以上使用しません。我が家の使用時間は一日____分以内です。

☑ 勉強を____分(時間)してから使用します。

☑ ...小学生用ルール

☑ ...中学生用ルール

☑ 夜____時以降はスマホ等を使用しません。

☑ テスト____日前からスマホ等の使用時間を一日____分(時間)以内にします。
または、使用しません。

子☑ スマホ等を使うときは、家族の居る場所(リビング・台所等)で使います。

子☑ 夜____時以降はお家の人と決めた場所に置きます。
(置く場所：_____)

子☑ 悪質なサイトやアプリを見たり利用したりしません。

親☑ 子どものスマホ等にフィルタリングをします。

親☑ 子どもの手本となる使い方をします。

子☑ ルールが守れなかったときの約束を決めます。

→ (_____)

親☑子☑「我が家のスペシャル・ルール」

例) スマホ等を使って学習する場合は、勉強時間に使用してもよい。

フィルタリング

ネット上のアクセスを制限す
ることで、子どもを有害サイトか
ら守ります。

アクセスコントロール

ルーターで通信可能な時間帯
を設定して、ネットの長時間使用
を防ぎます。

スマホ等とは...

スマートフォン
タブレット
パソコン・ゲーム機など

