

子どもを守る・子どもの未来のための 砂川市 スマホ（ネット）ルール

砂川市PTA連合会・砂川市教育委員会

スマホやネットにつながるものは、便利であると同時に、使い方によっては学習面や健康面、友達との関係などへの影響が大きく、とても心配されています。特に、「ネット依存」や「ネットいじめ」は深刻なケースもあり、SNSが犯罪のきっかけになっているケースも含めて考えると、使うときには被害者、加害者のいずれにもならないための注意が必要です。

学校でも使い方の学習はしますが、使うのは家庭だけで学校では使いません。**みんながスマホを持つ必要性はありません**ので、**スマホを持つとしたら、デメリットや危険性、日常生活への影響についてよく考え、保護者と話し合っ**て約束を決めてからでなければなりません。
そして、スマホやネットを利用するときは、取り返しのつかない失敗をしないように、必ず約束を守りましょう。

「ネット依存」
ネットは終わりがなく、一度はまると抜けられません。本人の意思で止められないのは趣味ではなく**「病氣」**です。最近では薬物やお酒と同様に「ネット依存」を治療する病院もあるほどです。

「出会い系」→「SNS」
最近では「出会い系」による被害は大幅に減少。一方、SNSによる被害は増加し続け、かつての出会い系の被害数を上回っています。つまり、SNSには「出会い系」と同様の危険性があります。

使う時間のルール

時間の使い方を考え、生活リズムをくずさないためには・・・

<統一ルール>
中学生の利用時間は
夜の10時まで
※夜間は保護者が管理

<家庭の約束>
○1日の利用時間（夕方00時間だけ）
○休日の利用時間などを話し合しましょう

友人AとラインでやりとりをしていたB。同じクラスのCへの不満を書き込んだところ、それが悪口としてクラスに広がり、みんなから嫌われ・・・
勉強時間にかかわらず、スマホ等の使用時間が長くなるほど学力が低くなるという調査結果もあります。(H26 仙台市)
(スマホ1時間・勉強30分)の平均点よりも
(スマホ4時間・勉強2時間)の平均点の方が低い

SNSのルール

トラブルや危険なことにならないためには・・・

<統一ルール>
嫌な思いをさせない
不適切画像（動画）禁止
個人情報は禁止
内容は保護者が確認

<家庭の約束>
○友達以外は返信しない
○内容確認の約束（いつ・どうやって）などを話し合しましょう

楽しくてつい止められず、寝る時間がだんだん遅くなり、「朝起きれない」「体調が悪い」「眠くて勉強できない」状態に。その後は不登校から引きこもりに・・・
辛い気持ちをSNSでつぶやいていたD。優しいメッセージをくれる人と親しくなり、秘密を打ち明けけるように。その後、少しずつ相手の態度が変わり、秘密をネタに裸の写真を送るようにおどされ・・・

使う場面・その他のルール

マナーやルール、約束を守って使うためには・・・

<統一ルール>
「ながら利用」はしない
・勉強しながらは×
・食べながらは×
・歩きながらは× など

<家庭の約束>
○使う場所（居間）
○やることの順位
○課金について
○アプリについてなどを話し合しましょう

歩きながらスマホを操作していたE。つまずいて転び、コンクリートブロックの角に顔をぶつけ・・・
無料のゲームアプリと思っていたら、課金ボタンをいつの間にかクリックしていて、引き落とされたスマホの利用料金が10万円以上に・・・

ルールを守れないときの約束も話し合っておきましょう！