

家族でルールを話し合ってみよう!

考える・話し合う リーフレット

こんな「スローガンのルール」になっていませんか?

話し合いのヒント

- スマホを使いすぎない。
- 夜遅くには連絡をしない。
- 不適切な写真を公開しない。
- たくさんのお金を使わない。
- 友達の嫌がることをしない。



赤字の部分は、
人によって感覚が異なる
可能性があります。

具体的な家庭のルールを考えてみましょう

スマホや携帯を使ってもよいのは、

1日 時間、夜 時までにはします。

アプリやゲームでお金が発生するときは、

友達にメッセージを送るときに気をつけるポイントは、

写真や動画をネットに公開するときは、

もし、困ったことが起きたら、

もし、ルールを守れなかったら、

家族と話し合っ
て、あなた
のルールを
書き込んで
みよう。

ルールを守るための工夫を考えてみましょう

- ① ルールを守れなくなりそうなきをたくさん考えてみましょう。
例) 勉強中に SNS の着信音が鳴ったとき

- ② ルールを守るためには、どんな工夫ができるでしょう?
例) 勉強中は、スマホが鳴らないようにサイレントモードにしておく

知ってますか?

インターネット 安全利用のアイコトバ!

- じ 「自撮り」しない送らない!
- よ 夜はケータイ使わない!
- い いじわる言わない書き込まない!
- ふ フィルタリングで自分を守ろう!
- る ルールを親子で話し合おう!

宮城県警察本部

宣言 /
わたしたちは家族と話し合い、
ルールを決めてスマホ・携帯を使います。



児童のスマートフォン(スマホ)や携帯電話(携帯)の所持率、使用時間は年々増加傾向にあり、生活習慣の乱れや学力の低下、犯罪被害など様々な問題が心配されます。適切に利用するためには、「自分だけは大丈夫」「これくらいなら大丈夫」と考えず、正しい知識とルールが必要です。

このリーフレットを活用して、学校や家庭で正しい利用の仕方やルールについて話し合ってみましょう!

宮城県教育委員会・宮城県警察本部



けいたい スマホ・携帯などの使用について考えてみよう!



考えてみよう! 「長時間利用」に関すること



話し合ってみよう
「使いすぎ」って何時間からだろう? どんな状態のことだろう?



話し合ってみよう
どうしたら、「使いすぎ」を防ぐことができるだろう?



考えてみよう! 「コミュニケーション」に関すること



話し合ってみよう
なぜ、テキストメッセージ(インターネット上の掲示板やSNSなど)は、「誤解」が生じやすいのだろう?



話し合ってみよう
どうしたら、テキストメッセージの「誤解」を防ぐことができるだろう?



考えてみよう! 「情報の発信」に関すること



話し合ってみよう
1枚の写真から、どんなトラブルが考えられるだろう?



話し合ってみよう
情報を発信するときに、気をつけることはどんなことだろう?



考えてみよう! 「不適切サイト・セキュリティ」に関すること



話し合ってみよう
不適切サイトってどんなサイトだろう? 何が不適切だろう?



話し合ってみよう
不適切なアプリをインストールすると、どんなトラブルが起きる可能性があるだろう?