

# 家庭内のスマホルールを決めましょう！

～家庭のスマホルールについて、お子様と話し合ってみませんか～

新年度が始まり 1 か月がたちました。入学・進級のタイミングで自分のスマホを所有するようになった生徒さんも多くいるかと思います。家庭内のスマホルールは決めていますか？使い始めが肝心です。スマホのルールについて家庭で話し合ってみましょう。

インターネット利用に関する家庭でのルールについての親子間におけるギャップ (内閣府 R5.3)

|           | 小学生 (10 歳以上) |       | 中学生   |       | 高校生   |       |
|-----------|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|
|           | 青少年          | 保護者   | 青少年   | 保護者   | 青少年   | 保護者   |
| ルールがあると認識 | 83.0%        | 88.4% | 72.2% | 82.9% | 47.1% | 63.0% |

## 我が家のルール

### 子供の主張、保護者の意見を出し合おう

新しく自分のスマホ、自分のゲーム機、自分のタブレットを持つときが、ルール作りのベストのタイミングです。

ポイントは、親子双方が自分の意見をしっかり出し合うことです。お互いが主張し合い、少しずつ妥協しあって決めたルールは長続きします。逆に一方的に保護者が勝手に決めたり、子供のいいなりになると、長続きしません。お互いが納得し、双方が尊重できるルール作りをすることが重要です。

ルールが守れなかったり、子供が成長したり、生活習慣が変わったりするタイミングで、ルールの見直しをすることも大切です。



### ◆ルールの設定例 (家庭に合わせて必要なルールを設定しましょう！！)

#### ア 使用する時間・場所に関するルール

- ＜例＞・ゲームとネットを合わせて、使っているのは 1 日 2 時間までとします。  
・家の中ではリビングで使い、自分の部屋には持って行きません。

#### イ お金についてのルール

- ＜例＞・ネットで買い物やお金のやり取りをする時は、保護者の許可を得ます。  
・ゲームへの課金はしません。

#### ウ 利用マナーやモラルについてのルール

- ＜例＞・公共の場で利用する時は、ルールやマナーを守ります。  
・食事中には使用しません。歩きスマホはしません。  
・自分や友だちの個人情報 (名前・住所・学校名など) や写真は公開しません。

#### エ 困った時の相談について

- ＜例＞・変わったことや困ったことが起きたら、必ず保護者や信頼できる大人に相談します。

＜参考＞青少年の保護者向け普及啓発リーフレット「保護者が正しく知っておきたい4つの大切なポイント(児童・生徒編)」

[https://www8.cao.go.jp/youth/kankyau/internet\\_use/r02/leaf/pdf/leaf-print.pdf](https://www8.cao.go.jp/youth/kankyau/internet_use/r02/leaf/pdf/leaf-print.pdf)