

# わが家のスマホルールを作ろう！！

## ～子どもにスマホを持たせる保護者の皆様へ②～

お子様の卒業や入学を機に、新たにスマホなどを購入・契約をする御家庭も多い時期かと思えます。今回は家庭での「スマホルール」について紹介します。特に初めて、お子様にスマホを持たせる保護者の皆様、購入・契約の前に、ぜひ御一読ください。

### わが家のスマホルールについて

#### Point 1 “使い始め”が肝心！！ ～使い始める前にルールを決める～

お子様がスマホを使い始める前に、家庭でのスマホルールについて決めておくことが望ましいです。ルールを定めずに自由に使わせ、あとになって「これはダメ」と言われても、お子様も納得できないかもしれません。



#### Point 2 押しつけは× ～子どもと一緒にルールを考える～

保護者からの一方的な押し付けのルールではなく、お子様と一緒に話し合い、考えさせ、ルールを決めることが大切です。また口約束だけではなく、お子様自身にルール表を作らせ、リビングなど見えるところに貼っておくなど、「自分で決めたルール」という意識付けができると、さらに効果的です。



### ◇ルール作りのポイント

#### ア、使用する時間のルール

<例>

- ・ゲームとネットを合わせて、使っているのは1日1時間までとします。
- ・夜9時から朝6時までには使いません。 など



※「使い過ぎ」を心配される保護者の方も多いと思いますが、内閣府の調査によると、全国の高校生のインターネット利用時間（平日）は、1日平均4時間以上（247.8分）に上ります。利用時間のルールは、お子様としっかりと話し合いながら決めましょう。また、フィルタリングやOSの利用時間の制限機能などを利用するのも効果的です。

#### イ、使用する場所のルール

<例>

- ・学校には持って行きません。
- ・学校の中ではカバンの中から出しません。
- ・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。
- ・夜はリビングで充電します。 など



※学校にはスマホに関する校則やルールがあります。校則・ルールをしっかりと守るよう御家庭でもお話しください。また、家の中では「保護者の目の届くところ」で使用するのが望ましいと思います。特に夜間は、自室ではない場所に置くようにする方が、利用時間を守る上でも良いかもしれません。

## ウ、**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。
- ゲームへの課金は、上限〇〇円までとします。 など



※買い物やゲーム等への課金を「認める」か「認めない」かのルール作りも重要です。  
認めるのなら、上限額や支払い方法、購入前の保護者の了解などは必須です。

## エ、**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。
- ながらスマホ（歩きスマホ、自転車スマホ）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。
- 友達に面と向かって言えないようなことは、SNS やメールに書きません。 など



※“リアル（現実）”でダメなことは、“ネット”でもダメということをお子様と確認しましょう。

## オ、**犯罪などに巻き込まれないためのルール**

<例>

- SNS やメールは実際に会ったことのある友だちだけにします。
- SNS やメールで知り合った人とは絶対に会いません。
- 他人に ID やパスワードは絶対に教えません。
- フィルタリングを勝手に解除しません。 など

※令和元年、**SNS をきっかけに性犯罪などの被害に遭った 18 歳未満の子どもは、全国で 2,082 人と過去最多**。犯罪などに巻き込まれないためのルールも大変重要です。

## カ、ルールを**守らなかったとき**のルール

<例>

- 保護者が〇日間預かる。 など

## キ、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、必ず保護者に相談する。 など

※子どもの言葉に耳を傾け、コミュニケーションをとり、何かあったときに**子どもから相談できる雰囲気**を作っていくことが大切です。



<参考>・内閣府「令和元年度青少年のインターネット利用環境実態調査（概要）」

[https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/r01/net-jittai/pdf/kekka\\_gaiyo.pdf](https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/r01/net-jittai/pdf/kekka_gaiyo.pdf)

・警察庁「なくそう、子供の性被害。」（統計データ）

[https://www.npa.go.jp/policy\\_area/no\\_cp/uploads/kodomonoseihigair1.pdf](https://www.npa.go.jp/policy_area/no_cp/uploads/kodomonoseihigair1.pdf)

本メールに関して御質問、お問い合わせがある場合は下記まで御連絡ください。

【担当】福井県安全環境部県民安全課

☎0776-20-0745（直通） メール：[kenan@pref.fukui.lg.jp](mailto:kenan@pref.fukui.lg.jp)

★子どもの安全安心に関する情報などをツイッターで発信しています→

