

令和6年1月15日

保護者・生徒の皆様へ

大阪市立淀川中学校  
校長 堤 宏

## 淀川中学校スマホルールについて

携帯電話やスマートフォン、その他インターネットに接続できるゲーム機器などは、役に立つ道具でもあります。しかし、使い方一つで、自分や家族、友達を危険にさらしたり、人を傷つけたりする道具にもなります。また、使用しすぎると、睡眠不足による健康被害を受けたり、学習時間が確保できなくなったりする恐れもあります。そこで、中学校では、生徒会を中心にスマホルールを策定しました。以下のルールについて、ご家庭でも使い方について話し合い、各家庭でのルールづくりなどにかしてください。子どもたちの健全育成とトラブル等の未然防止のため、保護者の皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

- ・寝る前 30 分はスマートフォンをさわらないようにする
- ・SNS などに個人を特定されることを投稿しない、人の悪口をかかない、知らない人と繋がらない
- ・スクリーンタイムなどを設定して、スマートフォンを使いすぎないようにする
- ・テスト前 1 週間は通知を OFF にする