

スマホを安全に楽しく

使い続けるための南中スマホルール

先日の生徒議会で、アンケートをもとに「南中スマホルール」について話し合いました。

ほとんどの生徒がスマホを持っており、そのうちの半数以上が、1日に3時間以上使っていることがわかりました。

この結果をふまえて、「スマホを安全に楽しく使い続けるための南中スマホルール」を考えました。

南中スマホルールには、3つの大きなルールがあります。ただルールに従うだけでなく、理由も知った上で、みんなが楽しく安全に使い続けられるように意識していましょーう。

寝る30分～
1時間前には
スマホを見ない

23時～24時には
寝る

→寝る直前のブルーライトは
睡眠の妨けになるので、
質の良い睡眠のために意識
しよう!

本人の許可を
得ずに個人情報
をSNSに
あげない

→みんなと仲良
くおすため

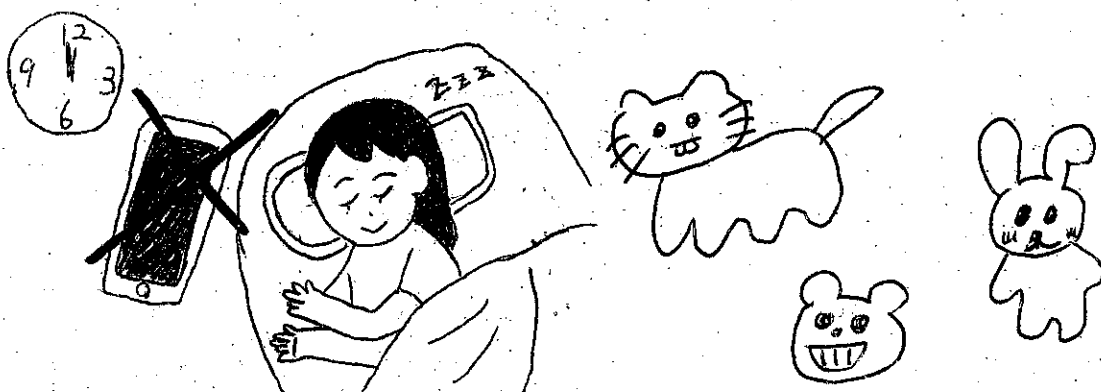
→トラブルを
防ぐため

知らないURL、
電話番号には
反応しない。

何かあれば身近な
大人に相談する

→詐欺などの被害に
あわないようにするため

大きなことになるのを
防ぐため



～南中スマホルールをつくらう！～

<アンケート結果>

① スマホ

持っていますか？

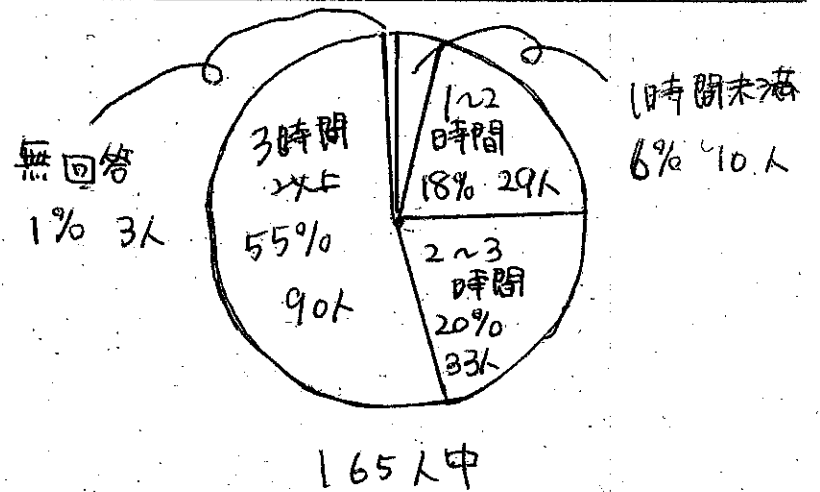
持っている 167人 / 176人

持っていない 9人 / 176人

▽持っている人が圧倒的に多い88%

② 持っている人は

どれくらい使っていますか？



③ どんなアプリを使っていますか？

1 LINE 161人

ほとんどの人がLINEを使っているよ

2 YouTube 137人

YouTubeは何を見ているのかな？

3 インスタ 85人

TikTok 85人

2つとも半分ぐらいの人が使っているよ

5 Twitter 54人

Twitterを使っている人が一番少なかったよ

④トラブルにまきこまれたことはありますか。

ある... 11人

どんなトラブル？

ない... 138人

友達の絵が無断で使われた

きいた... 17人
ことがある

⑤ スマホを使っていて困ること・こわいなと思うことはありますか？

個人情報
・住所特定
・知らないうちに自分の写真が出回る
・個人を特定されるか心配
・個人情報の流出

メール
・友達に送ったメッセージで友達との関係悪化
・身に覚えのない請求メール
・詐欺
・集団アンチ

その他
・勉強に集中できない
・夢中になりすぎる

という意見がありました

⑥ どんなルールがあったら安心できますか。

⑤ 時間

制限かける・0時以降は

⑤ 言葉

使わない

何も考えずに書きこまない

言葉の規制・誹謗中傷しない

⑤ その他

他人の写真勝手にとらない

何かあれば大人に報告連絡

相談する・必要な時のみ使用
フィルター・通知の管理など