

# 「我が家のきまり」

館林市教育委員会

ケータイ・スマホ等について

## アイデア集

### 次のようなきまりや約束をしています

#### ■時間や場所を決めている

- 使用時間・・・夜9時まで など。
  - ・夜9時以降は、親が預かる。
  - ・使用時間は1日30分や1時間以内。
  - ・宿題や自主勉強など、やるべきことを終えてから使用できる。
  - ・定期テスト等の1～2週間前から使用しない。
  - ・友達に「夜9時以降は、やりとりができない。」と話している。
  - ・就寝前に1回着信を確認し、返信はしない。
  - ・食事中や家族で会話をしているときは使わない。
- 置いておく場所や使用場所を決めている。
  - ・リビングに置いている。(充電器も)
  - ・自分の部屋に持ち込まない。家から持ち出すときは親に話す。
  - ・親の目が届くところで使用する。



#### ■危険防止のための約束

- 個人情報や写真は載せない。悪口は書き込まない。
- 知らない相手と電話やメール等のやりとりをしない。
- メールアドレスやIDを勝手に教えない。
- 心配事や分からないことがあったら相談する。

#### ■安全等のために制限している

- フィルタリングをかけている。
  - ・年齢に合わせたフィルターをかけている。
  - ・使用できない時間帯を設定している。  
(夜9時～翌朝6時まで使用できない)
- 設定を制限している。
  - ・閲覧制限をかけている。
  - ・自分でロックをかけない。
  - ・ダウンロードができないようにしてある。
  - ・親がパスワードを設定したり、ロック機能は利用したりしている。
  - ・インターネットが使えないようにしている。(メール、電話のみの使用)
  - ・親のスマホやタブレットを使用する。



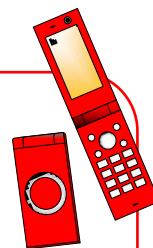
#### ■その他のきまり

- 1週間に最低1日はゲームやパソコンを見ない日をつくっている。
- You Tube等の動画は、イヤホンを使用せず、音を出して観る。

## きまりや約束を守るための工夫

### ◆親子で確認している

- 「緊急アピール」を活用して、親子で話合いをして、「我が家のきまり」をつくった。
- 親子で話合い、子どもが納得した上で、一緒にきまりをつくった。
- いずれ、子ども自身で「よい」「悪い」が判断できるように、子どもと一緒に「これはよい」「これはダメ」を考えている。ダメな場合は、その問題点を納得させるように心がけている。
- 親も子どもと一緒にきまりを守るようにしている。
- 繰り返し、繰り返し、何度でも家族で話し合うようにしている。
- 子どもに確認してから、子どもの前でチェックしている。  
いつでも見られる状態にしている。

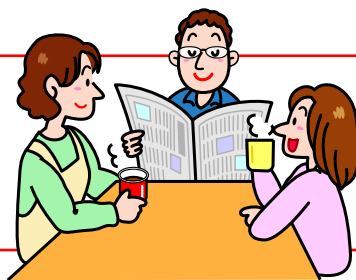


### ◆心がけていること

- 親は決してブレない。例外をつくらない。今日は「OK」なのに、次の日は「×」ということがないようにしている。
- 親も必要なとき以外は、子どもの前でスマホを見ない。
- 親も時間や場所を決めて守るようにしている。

### ◆管理上の工夫

- 月々の使用料金、明細を必ず確認している。
- タブレットのデータ使用量が、親のスマホに知らせが届くようになってきているため、やり過ぎないようにしている。
- 約束が守れないときは、2週間使用禁止。
- 最初は、大変だが、約束が守れるようになると、しかる回数が減り、ほめることが多くなる。



## 購入していません

### ◆親子で確認しています

- 中学校を卒業するまで、ケータイやスマホは購入しない約束をしている。
- 犯罪に巻き込まれる事件があったときは、親子で話合い、楽しいことばかりではないことや危険性があることを理解させている。(メリットとデメリットを確認している)
- ケータイ・スマホを使用しなくてもよい方法について、親子で話し合う。
- 学校や放課後の遊びの中で、ケータイやスマホは、必要がないことを理解するまで話し合う。
- 高額であり、簡単に購入できるものではないと店頭価格を見せている。