

携帯・スマートフォンとの上手な付き合い方

ルールを守って、携帯電話やスマートフォンを正しく使いましょう。

1. 夜 10 時以降は携帯電話やスマートフォンの使用を控える。

しつこく電話やメールなど送らない。勉強や家族との時間を大切にしましょう。生活リズムが不規則にならないようにしましょう。

2. 家族と使い方のルール(フィルタリングなど)を決める。

一日の利用時間を決めましょう。インターネット上の情報が適切な情報か正しい判断をする。

3. メールや SNS で人を傷つけるようなことを言わない。

悪口を言っている人がいたら気づいた周りの人が注意する。

携帯やスマートフォンなどを、人を傷つける道具として使わない。相手の気持ちを考えた文章になっているか確認しましょう。また、人を傷つけるような会話には参加しない。人のためになることを第一に考えましょう。

4. 写真などの画像や個人情報を掲載しない。

防犯上、大切な個人情報や個人を特定されるような画像や情報はネット上に載せないようにしましょう。

5. 言いたいこと、大切なことは会ったときに直接伝える。

相手に面と向かって言えないようなことを SNS やメールでしない。友達との直接のコミュニケーションを大切にしましょう。