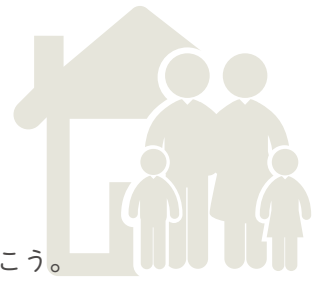


# 長野市青少年ネット利用啓発運動

## 親子のルール



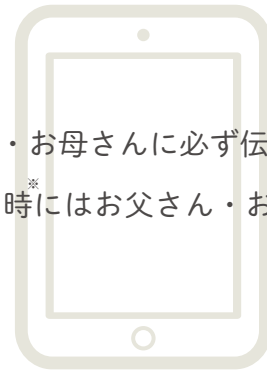
親子で話し合ってルールを決めて一緒に確認しよう。約束ができたなら☑をしていこう。

### 【使用する前】

- 1. 何のためにどのような機能を利用するのかお父さん・お母さんに相談する。
- 2. 本体とアプリ（ソフトウェア）およびパスワードをお父さん・お母さんに設定してもらい使用する。
- 3. 設定は勝手に変更せず、お父さん・お母さんに言われたら見せる。

### 【使用するとき】

- 4. 自分や他人を傷つけるようなことに利用しない。
- 5. SNS（LINE、Facebookなど）で、誰とつながっているかお父さん・お母さんに必ず伝える。
- 6. 1日1時間以内<sup>\*</sup>、「食事」「勉強」「入浴」の時は使わず、夜9時<sup>\*</sup>にはお父さん・お母さんに渡す。



### 【心がけること】

- 7. 使用する時間よりもたくさん家族や友だちと直接会話する。
- 8. どんな小さな心配ごとでも、お父さん・お母さんに相談する。

### 親子で話し合おう

※このルールを基本として、親子でしっかりと話し合って各家庭でルールを決めてください。親子の相互理解のもと、習い事など、子どもの生活スケジュールの事情により、1日の使用時間や夜の保護者に預ける時間を変更できますが、デジタル情報技術が子どもに及ぼす危険性を考慮して、このルールに記載されている時間で約束することを強くお勧めします。また、このルールは最小限必要な内容に絞り込んでいますので、この他に各家庭で大切にしたい内容があれば付け加えて決めてください。

### 保護者の皆様へ

- 子どもに利用させる前には、まず何のために利用するのか、子どもと一緒に話し合い、利用目的を明確にして、利用目的に沿った利用をするよう約束しましょう。
- ゲーム機も音楽プレーヤーもスマホもタブレットもすべて「設定」が必要です。本体だけでなく、利用するアプリも必ず「設定」してください。ショップと相談しながら「フィルタリング」をカスタマイズして活用してください。
- 子どもは、まだ一人での判断が不十分です。誰が見ても大丈夫な状態で利用しているかを確認してください。
- 未成年者のネット利用は、保護者の法的な同意のもとで利用することとなっています。中には、保護者が行った行為として法的に対応するアプリもあります。保護者は知らなかったでは済みません。子どもの利用状況を確認してください。
- SNSの場合、一人ではやめられないという特徴があります。子どもが誰とつながっているかを保護者自身が把握して、子どものつながっている家庭間で連携して子どもを守りましょう。
- ネットトラブルだけではなく、長時間利用することによる健康被害や学習への影響、ネット依存等の子どもの心身に与える影響が懸念されます。利用時間の制限、就寝前の利用制限等の時間制限が必要です。
- 普段の生活の中で、会話を大切に、「聴く」力を養うとともに、人と人が「つながる」という意味を理解させるためにも、必ず顔を見て会話をする時間を作ってください。
- どんな些細なことでも、話す相手は「保護者」であるということを意識させてください。