

1学年 スマホルール

1-1

- ・勉強をする時にスマホを近くに置かない(使わない)
- ・個人情報や写った写真や動画をアップしない
- ・勉強する時は通知をオフにする
- ・寝る前に電子機器を使わない(10分前とか)
- ・許可なく、友達や家族の個人情報(LINE 内容等)を送らない

1-2

- ・勉強中や寝るときは、スマホを触らない
- ・知らない人に自分の年齢や個人情報などを流さない
- ・悪口・陰口などのいじめのもとになることを書かない
- ・動画をあげない
- ・課金するときは家の人に許可をとる
- ・時間を決める

1-3

- ・家で使用時間を決め、明るいところで使う
- ・個人情報を出さず目を休ませながら、勉強の時はシャットダウン
- ・寝る30分前には使わない
- ・知らない人との連絡はしない

1-4

- ・LINE などの SNS では、発信する前に考える
- ・明るいところでスマホを見る
- ・勉強とスマホの切り替えをつける