

2学年 スマホルール

2-1

- ・勉強に集中するときに、スマホに触れない。ただし、勉強に関係あるアプリは除外
- ・使用時間を決める。暗い所では使わない。
平日…2時間以内 休日・夏休み…6時間以内
- ・個人情報のわかるものを上げない

2-2

- ・SNS は見る専!
 - ※発信源を確認して、ネットの情報に自分の決定をゆだねない!
- ・悪ふざけ動画の撮影やアップロードは、誘わない・誘われても断る!
 - ※断る勇気をもつ! ※本物の友達は嫌なことを強要しないはず!
- ・写真撮影は、背後にも配慮しながら写る人の許可をとる
- ・目標達成のために環境を整える
 - ※スマホを親に預けて自分が集中できる環境にする
 - ※1日に使用できる時間を設定する(22時目安・使用時間2時間目安)
- ・アプリを入れたり、課金する前には必ず親に許可を取る
 - ※そもそも課金しない!
 - ※時間もお金も自分の将来に投資することを優先!

2-3

- ・平日4.5時間 休日6時間以内且つ午後11時以降使わない
- ・個人情報(写真)を載せる時は相手に許可をとる

2-4

- ・個人情報につながるものは発信しない
- ・スマホ等は1日5時間まで、22時～5時半の間は使用しない