

# 「スマホやゲームの約束」

子どもたちを取り巻くインターネット環境が複雑化、多様化する中で、子どもたちがスマホや携帯、ゲーム機を利用することによって起きる問題にどのように対応するかが、家庭や学校、地域で大きな課題となっています。

スマホやゲーム等を長時間使用することによる生活リズムの乱れや、睡眠不足からくる体調不良、家庭学習不足による学力低下、ネット上への書き込み等によるいじめなどの問題を始め、SNS（インターネット上の交流手段）の利用による犯罪の加害、被害の発生なども懸念されています。

これらの問題から子どもたちを守るためには、家庭において子どもと保護者で話し合いを行い、使用についてのルール作りをすることが重要であると考え、昨年度、宇部市PTA連合会、宇部市立小・中学校長会及び宇部市教育委員会では、家庭でのルール作りを提案したところです。

この取組をより効果的なものにするためには、取組が一過性に終わるのではなく、見直しを行いながら継続していくことが重要です。年度が替わりましたので、平成28年度も改めて子どもと保護者の共通認識の上で、裏面の「家庭でのルール作りの例」を参考に、各家庭の実情に応じたルール作りをしていただければと考えます。

そして、子どもと保護者で話し合っただけ決めたルールを『我が家のやくそく（スマホやゲームの使い方）』として、目に付く場所に掲示するなどして、いつも親子で確認しながら実行できるようにして欲しいと思っています。

今後もインターネット環境は目まぐるしく変化することが予想され、今回作られたルールが実態にそぐわなくなる可能性もあります。不都合が生じた際には、その都度子どもと保護者で話し合い、子どもにとってより良い約束になることを願っています。

取組の主旨のご理解と各家庭でのルール作りをよろしくお願いします。

平成28年(2016年)6月

宇部市PTA連合会  
宇部市立小・中学校長会  
宇部市教育委員会

## 「スマホやゲームの約束」

- 1 家庭でルールを作りましょう。  
(家族でしっかり話し合っただけ決めます。)  
※ 裏面の例を参考に、家庭でのルールを決めましょう。決めたルールは、別紙「我が家のやくそく」に書いて、見えるところに貼っておきましょう。
- 2 自分のため、相手を思って、小学生は午後9時まで、中学生は午後10時までには電源を切りましょう。  
(時間外は、保護者が管理しましょう。)

※ 上記の「スマホ」とは、スマートフォン、携帯電話、PHS、パソコン、電子ゲーム機、音楽プレイヤー、タブレット等を含みます。