

# 「北陽小 親子のホッとネット大作戦」にご協力いただきありがとうございました！

育友会協賛！


## 北陽小 親子のホッとネット大作戦

【親】氏名 \_\_\_\_\_

年 組 番【子】氏名 \_\_\_\_\_

☆ネット被害から子どもを本当に守れるのは親だけです。  
ネットにつながる機器を買い与える前に・・・

1. ネットにつながる機器をどんなことに使うのかよく考えましょう
2. 子どもと一緒にルールを作りましょう  
(ルールがあれば子どもは守ろうとします)
3. 子どもを見守りましょう  
(「この頃、誰と何をしているのかな」)



☆家庭のルールを必ず作りましょう  
大切なのは、お子さんにネットに含む危険性をしっかり伝え、一緒にルールを作ることです。大切な子どもを守るためのルール作りです。お子さんの成長に合わせてルールを見直ししていきます。

1. どのようなことに使うか (本当に必要か考えましょう！)  
使うものを○で囲みましょう  
ゲーム・友達と通信・音楽を聴く・動画を見る・HP検索・無料通信アプリ・オンラインゲーム・その他( )

2. 親子のホッとネットルール

① 使う場所	② 使う時間
③ マナーについて	④ ルールがうまくいかなかったら...

夏休みの40日間、各ご家庭でネットやゲームのルールを決めて取り組んでくださったことで、子どもたちは、ネットに依存することなく健康に過ごせたと思います。

ネットは便利ですが、ルールやマナーを守ることは、自分を守り、他の人を傷つけないために必要です。

「心と体のパワーアップ表」の集計結果からも、「動画サイトを長時間見してしまう」、「就寝時刻が遅く、朝から眠い」というお子さんが増えてきています。また、先日より、学校からタブレット端末を持ち帰ることがありましたが、充電残量が0%になるまで家で使用しているお子さんが見られました。

今後、子どもたちとネットの関わりはますます増えていく中、子どものうちから上手な使い方を身につけさせたいものです。夏休み中だけではなく、育友会協賛「親子のホッとネットルール」に、ぜひ継続して取り組んでくださいますよう、よろしくお願いいたします。

あなたは大丈夫？

# ネットの使い方 自己チェック

😊 OKゾーン	😐 グレーゾーン	😞 危険ゾーン
 <ul style="list-style-type: none"> <li>●勉強や睡眠の時間はしっかりとれている</li> <li>●決めた時間にはやめられる</li> <li>●周りの人に注意されたらやめられる</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>●勉強よりネットを優先してしまうことがある</li> <li>●時間を決めても守れないことが時々ある</li> <li>●周りの人に注意されることが多い</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>●睡眠時間をけずってネットをしている</li> <li>●時間を決めてもいつも守れない</li> <li>●ネットができないと不安になったりイライラする</li> </ul>