

# 薫風の丘

【教育目標】

心ひとつに明日をひらく  
「ゆたかに・たくましく・支え合って」  
けだかき姿 わが誇り

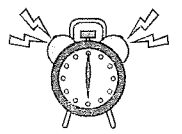
## 有意義な“春休み”・“新年度”にするために

～ メディアコントロール ～

明日から4/5(火)まで18日間の春休みとなり、学校では令和4年度の新たなステージに向けて準備する大切な休みと捉えています。

そこで心配になるのが、家でのスマホ・タブレット等の使い過ぎによる生活習慣の乱れです。家での時間の使い方を見直し、4月からの新たなスタートに備え、強い気持ちで、自律した生活習慣を是非つくっておきたいものです。子どもたちの「望ましい生活習慣の確立」、「健康の保持増進」、「危機管理」に関わるメディアコントロールつきまして、ご家庭でのご協力もよろしくお祈りします。

メディアコントロールについて、読売新聞(3/17)に参考になるとと思われる記事がありましたので、次に掲載します。



## スマホルール決めて

進学、進級を控え、新たに子どもにスマートフォンを持たせ始める家庭も多い。親は使いき、ネットや人間関係のトラブルが心配だろう。親子で使い方について話し、ルールを作る際のポイントを専門家に聞いた。



最近ではスマホを使い始める時期が低年齢化している。内閣府が昨年、10〜17歳の約5000人に実施した調査では、小学生(10歳以上)の53%、中学生の81%がスマホを利用していると回答した。

東京都内の会社員女性(44)は2月中旬から、小学6年の娘(12)に専用のスマホを持たせた。午前7時〜午後9時を使用時間と決め、使えるアプリも限定。娘は友達とのLINEのやりとりや動画の視聴に夢中だ。女性は、「制限時間過ぎるまでスマホを触らせていて、宿題を後回しにするので困っている。もう少し娘

### 使う時間・場所を約束 ■ 個人情報に注意 ■ 実態に応じて改善

#### スマホ使用時のルールの例

- ・食事中は触らない
- ・パスワードは子どもに勝手に変えさせない
- ・名前や学校名、住所など、本人や友達の個人情報をネットに公表しない
- ・友達など他人の写真を勝手に投稿しない
- ・知らない人とつながらない
- ・約束を破った時の罰則を決めておく。問題の原因となったアプリを使わせない、自宅のWi-Fi(ワイファイ)につなげさせないなど(鈴木さん、小木曾さんへの取材を基に作成)

のスマホの中身を確認するかも悩みます」と打ち明ける。「親が知らない子どものスマホ」の著書があるITジャーナリストの鈴木朋子さんは、「スマホを持たせる際は家庭でルールを決め、実態に応じて修正、改善していきましょう」とアドバイスする。

まずは、有害サイトを遮断し、使えるアプリを制限できるフィルタリング機能を利用したい。NTTドコモ、ソフトバンクなどキャリア各社や、自社端末を販売するアップル、グーグルが無料提供している。

場所を決めるのを勧める。子どもの睡眠時間を確保でき、「親と約束した時間になった」などと子どもが友達とのチャットから離れる理由を作りやすくなる。

また、自身の娘がスマホを持ち始めた際、友達と連絡を取るためのLINEは中学生から、知り合い以外にも情報が入りやすいため、SNSは高校生からそれぞれ利用させた。個人情報の流出も心配だ。情報リテラシーの専門家である「13歳からの『ネットのルール』」の著作もある小木曾健さんは、中高生向けの講演な

鈴木さんは「午後9時まで」となどと時間を区切り、「1周間で使用する」というように使用

どで、「自宅の玄関ドアの外側に貼れないものはネットにも載せらわせない」と伝えている。このルールを守れば、自撮り画像の流出、ネットでの炎上、元交際相手からの嫌がらせの一種である「リベンジポルノ」といったリスク全般を回避できる。

SNSで写真などを公開する際は、「友達限定」なら安心と思いがちだが、「見た友達」が投稿をスクリーンショットで撮影し、他の人に送ったり、あつという間に拡散してコントロールできなくなる。情報は一度と消せないと考えた方がよい。

スマホでは、ゲームや動画視聴のほか、検索やニュース閲覧、勉強などもできる。ゲームをやり過ぎて寝不足になっているならゲームの時間を減らす。小木曾さんは「ルールを見直す際は、使用時間そのものよりも、どんな弊害が起きてくるか、それをどう解決するかに目を向けることが大切」と話す。

