

令和元年10月15日

## 教育委員会からの提言

『スマホ・ゲームは、ルールを決めて使いましょう』

島田市教育委員会 教育長 濱田 和彦

最近、「スマートフォン(スマホ)やゲームを止められないのは、依存症という病気だ」という話をよく聞くようになりました。スマホは、情報を得たり、コミュニケーションをとったりするのに便利なものですが、気をつけなければならない点もあります。

島田市でも、スマホが関係したトラブルが報告されています。自分も友達も大切にするためには、スマホ使用の留意点についてもしっかり理解しておかなくてはなりません。

島田市教育委員会は、子供たちに「豊かな人間関係や自己コントロール力を育てたい」と願っています。そこで、学校や家庭で取り組んで欲しいことを、下記のとおり提案します。

### 記

#### ☆ スマホやゲームは、ルールを決めて使いましょう。

- 長時間の使用が生活リズムを乱します。使用時間や使う場所を決めましょう。(布団の中で使う子供に依存傾向が見られます。)
- 自分や他人の個人情報に配慮しましょう。  
(友達の写真などを使う場合は、許可を取る必要があります。場所や服装から個人が特定されることがあります。一度流出した情報は、消すことができません。)
- 言葉は、人によって受け止め方が違います。相手の立場に立って発信しましょう。