

ケータイ・スマホの家庭内ルール設定のポイント

河内長野市立西中学校 生徒指導部

以下に家庭内の携帯ルール設定のポイントやその例を載せました。各例を参考に、お子さまと話し合いの上、ルールを設定（すでに設定してある場合は見直しを）してください。網掛けしている内容は、お子さまの将来や安全・健康を守る上で、またより良い学校生活を送る上で**特に重要な内容**です。ぜひルールの中に入れていただきたいと思います。

(1) ケータイ・スマホ所有の**主導権は保護者にあることをしっかりと伝える。**

未成年のケータイ・スマホの購入に関しては、すべて、保護者の同意のもとに行われていると思います。ですので、**子どもの使用によって、加害であれ、被害であれ、トラブルになった場合はすべての責任を保護者の方がおわなければならない**ります。

例)・課金をしたいと思ったときには必ず保護者に相談する（金額の制限も）。

- ・約束を破った場合は保護者がケータイ・スマホを預かる。
- ・パスワードを保護者に伝える。（勝手に変更しない）
- ・どんなアプリを使っているか、どんなやり取りをしているか定期的に保護者が確認する。
- ・困ったことやトラブルに巻き込まれたときは、保護者に必ず相談する。
- ・保護者が通話明細や履歴の確認をする。

(2) 使用「時間」と「場所」を制限する。

例)・**夜〇時になったらケータイ・スマホは保護者に預ける。**

↑このルールは是非設定してください！『深夜に』、悪意のある大人とSNSでつながったり、オンラインゲームのチャットでトラブルになったりしています！

- ・就寝時は居間などに置いておく。
- ・だらだら使ったり、長時間使ってはいけない。
- ・公共の場ではマナーを守って使用する。
- ・家の中では家族のいる場所で利用し、自分の部屋に持ち込まない。
- ・暗いところでは使用しない。

(3) 使用「方法」を制限する。

例)・ケータイ・スマホを使用して誹謗・中傷したり、特定の子を仲間はずれにしたりしない。

- ・相手の許可なくカメラ・ムービー機能で写真や動画を撮らない（盗撮・盗聴の禁止）
- ・許可なく友達の写真や動画をネット上にアップロードしない。
- ・法やモラルに触れるような内容の写真・動画（バカッター等）を自分のSNS上にあげたりした場合、その時に相手を傷つけたり、お店の不利益につながるなどトラブルになることもある。さらに、それが自分の将来（進路や就職等）に影響がある場合があるので、そも

そも絶対にそのような行為をしてはいけないし、SNS上にアップしてはいけない。

・勉強をしながら、歩きながら、自転車に乗りながらなど、何かを「しながら」利用しない。

(4) 個人情報の管理について

自分や他人の個人情報（名前、住所、電話番号、写真・動画、クレジットカード番号、会員番号・ID、メールアドレス、パスワード等）をSNSやインターネット上の掲示板などには載せない。また、他人に教えたり、他人からもらったりもしてはいけない。

★**実世界の誰もが目にする場所（玄関のドアや駅の掲示板など）に表示できないような情報をネット上にアップしたり、見知らぬ人に教えてはいけない。**

★**特に近年多いのが、女子生徒が『自撮り画像』を見知らぬ相手に送ることで事件に巻き込まれる事案が多発しています。『自撮り画像』は絶対に見知らぬ相手には送らないように伝えてください。**

(5) 有害サイトについて（そのためのフィルタリング）

有害サイト（暴力や性行為の描写、誹謗（ひぼう）中傷やいじめ、犯罪行為の請負・仲介などの映像・音声・文字情報をインターネット上で開示するサイト）の閲覧はさせない。

⇒**フィルタリングによる制限**

※しかし、最近このフィルタリング機能を子どもが解除し、有害サイトから高額な請求がきたといったトラブルも増加しています。ご注意ください！

(6) 利用の上限に関するルール

例)・スマホを使う時間は、一日〇時間以内、毎月〇円以内にする。

・通話時間やパケット利用の上限を守り、ケータイ・スマホは計画的に利用する。

(7) 相手（家族）を大切にするためのルール

例)・友達とは直接おしゃべりすることを大切にする。

- ・相手の行動時間、状況や気持ちに配慮する（即座の返信を強要したり期待しない）。
- ・家族と一緒にいるときは家族とのコミュニケーションを大切にする（食事中は使用しない）。
- ・ケータイ・スマホを持たない友人や身に付けていない人にも配慮し、一人一人を尊重する。

(8) ルールを守らなかったときに関するルール

例)・**保護者が〇日間ケータイ・スマホを預かる。**

- ・話し合いの上、ルールを確認する。
- ・使い過ぎて上限が来たときは、次の月まで我慢する。
- ・保護者が通話明細を確認し、利用を管理する。
- ・保護者が履歴を確認し、利用を管理する。
- ・ケータイ・スマホを解約する。

※裏面「スマホ18の約束」の資料も参考にしてください。

スマホ | 8の約束

これはアメリカのジャーナル・ホフマンさん(母親)が2012年に13歳になる息子にスマホを与えても良いか悩んだ末に作った契約書(抜粋)です。保護者としての覚悟と愛情が溢れていて、スマホの対応に悩む保護者の方にとっては大変参考になると思います。この機会にもう一度親子で確認していただきたいと思います。

メリークリスマス！あなたは今日からiPhoneの所有権を持つことができます。やったね！責任感のあるお利口な13歳なので、このプレゼントはあなたに相応しい。しかし、このプレゼントをあなたが受けると同時にルールや規則が付いてきます。以下の使用契約をゆっくり読んでください。私の親としての仕事も分かって欲しい。あなたを健康で豊かな人間性を持ち、現代のテクノロジーをうまく活用していける大人に育てなければならぬということ。

以下の規則を守ることができなかつた場合、あなたのiPhone所有権も無くなります。あなたが大好きでたまりません。あなたと何百万個ものメッセージ交換をするのが楽しみです。

1. **これは私の携帯です。私が買いました。月々の支払いも私がします。あなたに貸しているものです。**
私ってやさしいでしょ？
2. **パスワードはかならず私に報告すること。**
3. これは「電話」です、鳴ったら必ず出ること。
礼儀正しく「こんにちは」と言いなさい。
発信者が「ママ」か「パパ」だったら必ず出ること。絶対に。
4. **学校がある日は 7:30pm に携帯を私に返却します。週末は 9:00pm に返却します。**
携帯は次の朝の 7:30am まで電源オフになります。
相手の保護者が直接出るかもしれない固定電話に電話出来ないような相手ならその人には電話もSNSもしないこと。
自分の直感を信じて、他の家族も尊重しなさい。
5. 学校に行くときは iPhone を家に置いていきます。
SNS をする子とは直接お話しなさい。人生のスキルが高まります。
6. 万が一トイレや床に落としたり、無くしたり、破損させた場合の修理費用は自己負担です。
家の芝生を刈ったり、ベビーシッターをしたり、お小遣いでカバーしてください。
こういうことは起こります、準備しててください。
7. **このテクノロジーを使って嘘をついたり、人を馬鹿にしたりしないこと。**
人を傷つけるような会話に参加しないこと。
人のためになることを第一に考え、喧嘩に参加しないこと。
8. **人に面と向かって言えないようなことをこの携帯を使って SNS やメールでしないこと。**
9. **友達の前で保護者の前で言えないようなことを SNS やメールでしないこと。自己規制してください。**
10. **ポルノ禁止。私とシェアできるような情報をウェブで検索してください。**
質問などがあれば誰かに聞きなさい。なるべく私かお父さんに聞いてね。
11. 公共の場では消すなり、サイレントモードにすること。
特にレストラン、映画館や他の人間と話す時はそうしてください。
あなたは失礼なことをしない子です、iPhone がそれを変えてはいけません。

12. **他の人にあなたの大事な所の写真を送ったり、貰ったりしてはいけません。**
笑わないで。お利口なあなたでもそういうことがしたくなる時期がやってきます。
とてもリスクーなことだし、あなたの青春時代・大学時代・社会人時代を壊してしまう可能性だつてあるのよ。よくない考えです。
インターネットはあなたより巨大で強いよ。
これほどの規模のものを消すのは難しいし、風評を消すのも尚更難しい。
13. 写真やビデオを膨大に撮らないこと。
すべてを収録する必要はありません。
人生経験を肌身で体験してください。
すべてはあなたの記憶に収録されます。
14. ときどき家に携帯を置いて出かけてください。
そしてその選択に自信を持ってください。
携帯は生きものじゃないし、あなたの一部でもありません。
携帯なしで生活することを覚えてください。
流行に流されない、FOMO (自分だけが取り残されるていると思ってしまう不安感) を気にしない器の男になってください。
15. 新しい音楽、クラシック音楽、あるいは全員が聞いている音楽とは違う音楽をダウンロードしてください。
あなたの世代は史上もっとも音楽にアクセスできる世代なのよ。
この特別な時代を活用してください。あなたの視野を広げてください。
16. ときどきワードゲームやパズルや知能ゲームで遊んでください。
17. 上を向いて歩いてください。
あなたの周りの世界を良く見てください。
窓から外を覗いてください。
鳥の鳴き声を聞いてください。
グーグル検索なしで考えてみてください
18. **あなたは失敗します。**
そのときはこの携帯をあなたから奪います。
その失敗について私と話し合います。
また一からスタートします。あなたと私はいつも何かを学んでいる。
私はあなたのチームメイトです。一緒に答えを出していきましょう。

この条件を合意してくれることを願っているよ。ここにリストしてあるほとんどの条件は人生をうまく生きるための条件にも当てはまるものだから。あなたは常に激変していく世の中で成長しています。とてもエキサイティングで気を引く体験だと思う。できるだけシンプルに物事を考えて行ってください。どんな機械やガジェットよりも自分のパワフルな考え方と大きな心を信じてください。あなたが大好きなのよ。あなたの素晴らしい iPhone を楽しんでね。 母より。

翻訳 打村明

引用源 Gregory's iPhone Contract

インターネットサイト「Hana.bi」<https://hana.bi/2013/01/13sai-iphonekeiyaku/>より引用