

か そく

家族でチャレンジ！

『スマート・メディア』



※スマート・メディアとは、メディアの良さと危険性の両面を知って、うまく(スマートに)メディアを使うこと
メディアをうまく活用するために、メディアについて考える機会(週間)を設定し、生活習慣を見直
したり、温かい家庭づくりの時間の確保に努めたりするような取組を実践しています。

メディア(スマホ・タブレット・ゲーム機など)をうまく使おう！

しゅくだい しら
宿題の調べもの
これかな？

もう時間
だから、退室
するね～

またね！

メディアは
使いこなす
モノ♪

メディアに自分の時間や行動をコントロールされていませんか？

自分がメディアの使い方をコントロールできるようになりましょう！



家族との時間を大切にしよう！

「使わない」
ルールだった！

しよくじちゆう
食事中は
どうするのかな？

メディアを使っ
ての
家族団らんもアリ♪

家族での会話やお手伝いなど、普段あまりできていないことを
一緒にすることで、家族とのつながりを築くことができます！

きょう
今日は
そとあそ
びの日！

「スマート・メディア」への道のり

～小さな失敗から学び、将来大きな失敗をしないように～

ミスは必ず起きるもの！ルールが守れないことも想定内！ルールは失敗が起きるたびに話し合い、なぜ失敗
したのか、次に失敗しないためにできることは何かを考えるなど、見直していくことが大切です！

～正しく恐れ、正しく活用できることをめざす～

必要以上にメディアの悪い面ばかりに注目して恐れるのではなく、最新で正確な情報に基づいて、恐れるべ
きは恐れ、活用すべきは活用するスマートな大人(子どもたちがめざす姿)を、まずは、われわれ大人がめざし
ましょう！

～家族でチャレンジ！～

子どもだけのチャレンジではなく、生活習慣の見直しや家庭での大切な時間を確保するために、お子さんとの
コミュニケーションを大切にしながら、家族でチャレンジしましょう！



「メディアをうまく使うために・・・」

家族で話し合い『わが家のルール』を作しましょう！

※メディアとは、スマホ・パソコン・タブレット・ゲーム機・テレビなどの電子メディアです。



下の いいルール
を参考にしなね！



高松市青少年健全育成
キャラクター「育実ちゃん」

【わが家のルール】

ぐたいてき
具体的で

守れそうなもの

①

②

③

スマートフォンもゲーム機も

上手に使って スマートに！

夜になったら
スマホも、ゲーム機も
お布団へ(〆off)



他にできることは？(✓を記入)

～決めておきたいこと～

い いつもの場所

→片づける、充電する場所も！

い いつもの時間

→いつ、どれくらい？

ルール ルールを守れることば

→○ 時間がきたよ！

○ これ手伝って！ など

→× やめなさい！だめでしょ！

- ☐ フィルタリング設定を必ずする(安全利用)
- ☐ 1日の使用時間を決める(家庭ごとのきまり)
- ☐ 夜遅くや寝る前は使わない(睡眠時間の確保)
- ☐ 食事中は使用しない(家族団らん)
- ☐ 友だちや自分の個人情報を書き込まない(悪用から守る)
- ☐ 写真や動画を送らない(個人が特定される)
- ☐ 悪口やうそを書き込まない
(相手を傷つけ、いじめやトラブルにつながる)
- ☐ 送る前にもう一度見直す(リシンク(Rethink))
- ☐ 困ったときの大人の相談相手を決めておく(早期解決)
- ☐ ルールが守れそうにないときや守れなかったときに
することを決める

高松市教育委員会

高松市PTA連絡協議会

高松市子ども会育成連絡協議会

高松市青少年健全育成市民会議