

スマートフォンを持つ未来ある青少年のあなたへ

使い方を考えようそして自分を守ろう!

スマートフォンは
とても便利...

だけど。

お前の写真ばらまくよ?
イヤなら
裸の写真送って

SNSで友達に
仲間外れにされた...

そのスマホ、
両親に
見せられる?

動画配信で
簡単にお金
稼げるよ

身バレして
拡散された...

どうしよう...
親に絶対言えない...

● サイバー空間には、**危険な誘惑**や**悪意をもった人**がたくさんいます。

その写真、**本当に送って大丈夫? 撮らせて大丈夫?**

インターネットに拡散した写真は**一生消せません。**



インターネットに夢中になり、「ネット依存症」になることも...

● ネット依存がもたらす心身、生活への影響

身体面	低栄養・筋力低下・視力低下等
精神面	睡眠障害・引きこもり・抑うつ症状等

学業・仕事	成績低下等
経済面	浪費・多額の借金等
家族・対人関係	攻撃的・友人関係悪化等

家族でルールを作ろう ～ “使い始め” が肝心!! ～

犯罪やトラブルから自分を守るために、フィルタリングは有効な手段になります。しかし、フィルタリングは万能ではありません。特に**スマホを使い始めるタイミング**で、親と話し合い、一緒に考えながら、スマホやネットの使い方について**家族のルールを作ることが**大切です。

ルールづくり
のポイント!

- 使用する「時間」
- 使う「場所」
- 利用する「場合（状況）」

- 例) 夜9時以降は使用しない。1日1時間まで。
- 例) 自分の部屋には持って行かない。
- 例) 食事中は利用しない。勉強中は使わない。

