

浦添市版：スマホと仲良くなるための「10か条」

～みんなで守って、もっと楽しく！～



浦添市

自分で自分を守る！「安全」のルール

1 写真や名前は「秘密の宝物」



自分や友達の大切な個人情報は、ネットにのせないようにしましょう。

2 知らない人とは「つながらない」



ネットだけの知り合いとは、連絡先交換や会う約束は絶対にダメ。

3 お金やアプリは「まず相談」



新しいアプリを入れたり、お金を使ったりするときは、お家の人の人に確認しよう。

4 フィルタリングは必需品



危険なサイトから守ってくれるフィルタリングをしっかり設定しよう。

5 相手を思う「心のブレーキ」



悪口や嫌なことは書かない。画面の向こうには人がいることを忘れないで。

毎日を元気に過ごす！「使い方」のルール

6 使う時間を決めて「おしまい」の達人に



決めた時間がきたら、ゲームのように「クリア」の気持ちで終わらせよう。



7 夜はスマホも「おやすみなさい」



夜_____時になったら、お家の人にあずけてぐっすり眠ろう。

8 勉強と食事は「スマホなし」で集中



「ながらスマホ」はやめて、目の前のことや会話を大切にしよう。

9 使う場所は「みんなが見えるところ」で



自分の部屋に持ち込まず、リビングなど家族の目が届くところで使おう。

10 大人(お家の人)も一緒に守ろう



浦添市のルールは家族全員で、お家の人と一緒にお手本を見せてね。