

# 輝け！西中生！

## スマホトラブルから自分と周りの人を守るために・・・

この時代、スマホを持っている人は西中の中でもたくさんいます。その中で、「みなさんはスマホを正しく使っているのか？」と、少し気になっています。LINE 等で簡単に友だちと連絡することができる。Instagram や TikTok、YouTube 等で様々な情報を手に入れることができる。Whoop.等で位置情報が確認できる。スマホは非常に便利なツールですが、その反面、たくさんの危険もひそんでいます。

## 便利なスマホにひそむワナ

近年、SNSやネットを通じて、中学生が思わぬトラブルに巻き込まれるケースが増えてきています。特に、次のような事例が多く見られています。

- いじめや誹謗中傷 → グループ LINE や SNS での仲間外れ、画像や悪口の流出、拡散
- 個人情報の流出 → 制服や学校名入りの写真で居場所を特定される
- 不適切画像の送信 → 「送って」と言われ、軽い気持ちで送った写真が流出、拡散される
- ネット依存・課金トラブル → 深夜までゲーム、SNS で睡眠不足



このようなことが起こらないように、保護者の皆様にもご協力いただきたいと思います。

## 保護者の皆様へお願い ～家庭内でのルールやフィルタリングの活用～

### 【スマホの使用ルール例】

- パスワードの共有 ●個人情報をむやみに他人へ送らない、載せない
- SNS 上で見知らぬ人とのやり取りをしない、信用しない ●利用時間を決める
- 見られて困るようなメッセージ、画像や動画は絶対に送らない
- 人を傷つけたりするようなことはしない ●困った時はすぐに相談できる環境をつくる など

最近のスマホは、個人情報漏洩やトラブル回避のために「設定」から選択した機能をオフにできます。この機会に一度お子様とお話していただき、ぜひルールの共有をよろしくお願いします。

未成年の場合、スマホトラブルは契約者である保護者と使用者の責任となってしまいます。

西中生だけではなく、この時代、「これぐらい大丈夫やろ。」と、善悪の判断ができず、おもしろ半分で見返しのつかないことをしてしまう中学生が全国的にも非常に多いです。数百万円を超える課金トラブル、動画や画像の流出、いじめに該当するものは罪に問われる可能性もあります。

お子様のこれからの将来を守るために、ご理解・ご協力よろしくお願いします。

# スマホ安全チェックリスト

## 1. 基本ルール

- スマホを使う時間を決めています。(〇分/1日)
- 夜10時以降は使わないルールがあります。
- 食事中・家族の時間はスマホを見ません。
- 勉強中はスマホを机に置きません。



## 2. セキュリティ

- パスコードや指紋認証をしています。
- アプリや課金は保護者の確認をとっています。
- ウイルス対策やフィルタリングをしています。
- 位置情報の公開に注意しています。

## 3. ネット・SNSのマナー

- 個人情報(住所・電話番号・学校)を投稿しません。
- 写真や動画に他の人が写っている場合、許可を取っています。
- 知らない人と SNS 上でやりとりしません。
- 不快な内容を見たら、保護者に相談します。

## 4. トラブル防止

- 課金や有料サービスを勝手に使っていません。
- LINE や SNS で「悪口」「不適切な画像や動画の流出・拡散」などのトラブルがないか話し合っています。
- ウソの情報や事実かどうか分からない情報は広めていません。
- ネットで知り合った人と直接会いません。
- 利用時間やアプリの内容を親子で定期的に確認しています。

## 5. 健康管理

- 1時間ごとに休憩を取っています。
- 寝る前30分はスマホを見ないようにしています。
- 目や体の疲れを感じたら、スマホの使用をやめています。

このチェックリストはあくまでも参考です。時間がある時に家庭内で「できていること」にチェックを入れてみてください。もしチェックできていないところがあれば、保護者の方と一緒に話してくださいね。すべては自分と周りの人を守るためです。スマホは正しく使いましょう！