

南中学校生徒会 SNS・携帯電話等利用の心構え

はじめに

みなさんが携帯電話を使えるのも、その環境をつくってくれているのも私たちの保護者です。そのことに日々感謝して、お世話になっている保護者を含めて周りの方々に迷惑をかけないようにこの心構えをしっかりと守りましょう。

一．家族で話し合って使用する時間・場所など家族のルールを決めましょう

- ・深夜の使用を避けて、使用時間は〇時～〇時と具体的に決めましょう。
- ・トラブルを起こさないためにも、家族の目の届くところで使用しましょう。
- ・やるべきことに集中できるように、携帯電話等の置く場所を決めましょう。

一．SNS・携帯電話等の連続した長時間使用を避け、睡眠、学習の時間をしっかりととりましょう

- ・睡眠不足によるイライラや、目が悪くなるなどの健康被害が南中生にも起きています。
- ・自分の身体のためにも長時間のSNS・携帯電話等の使用は控えましょう。
- ・勉強は大切です。毎日SNS・携帯電話等を利用している人は、その時間を少しでも勉強する時間としましょう。

一．送る前に内容を見直し、悪口や個人情報を書いていないか確認するようにしましょう

- ・相手と直接話をしていないからといって、相手を傷つけるような表現や誤解を招く表現はやめましょう。