



スマホの購入・管理は保護者の責任です

我が家の「スマホのルール」

貼っておこう

親子で話そう

スマホとの 上手なつきあい方

スマホデビュー＆デビュー予定の子どもと保護者向け

まずは親子の意識の「ズレ」をチェックしよう

Q1

スマホで一番やりたいことは？

1

LINE での
コミュニケーション

2

Twitter や
Instagram
などの SNS

3

ゲーム

4

動画や音楽

5

学習

6

その他

Q2

スマホのトラブル、何が一番不安？

1

長時間利用

2

ながら
スマホ

3

コミュニ
ケーション
トラブル

4

個人情報の
公開

5

著作権の
侵害

6

知らない人
との出会い

Q3

平日、ネットを使ってもよいのは何時まで？

1

夜 6 時

2

夜 7 時

3

夜 8 時

4

夜 9 時

5

夜 10 時

6

11 時以降

Q4

スマホでスタンプを使いたいときやゲームで遊びたいときは？

1

無料のスタンプを使う

2

おこづかいの範囲で
買ってよい

3

相談して買うこともできる

Q5

これまで、いろいろなルールを守ってきたと思う？

1

きちんと守ってきた

2

まあまあ守ってきた

3

まったく守ってない

あらかじめ考えておこう「こんなとき、どうする？」

友だちのグループ LINE から、
自分だけ外されてしまった！



歩きスマホで、お年寄りにぶつ
かって、ケガをさせてしまった！



スマホを落として、画面が
割れちゃった！



Mysurance は SOMPO グループの一員です

MYSURANCE

こどもスマホ保険

スマホ本体の補償



破損・汚損



水濡れ



故障



盗難・紛失



データ復旧

もしもの時も
安心



無料で法律相談できる
サービス付き！

SNS
いじめ

個人情報
拡散

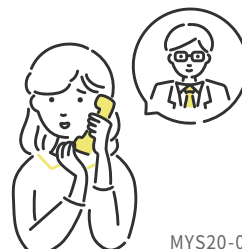
著作権
侵害

課金
トラブル

歩きスマホ
トラブル



詳しくは QR コードを
読み込んでください



MYS20-001117

このリーフレットは、Mysurance 株式会社と静岡大学教育学部塩田研究室（情報モラル）の共同研究の成果です。

ワースト
1位

スマホの使いすぎ

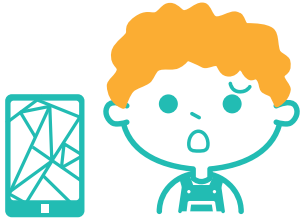


スマホのトラブルで一番多いのは「使いすぎ」の問題です。27.7%が「勉強や生活に大きな影響が出て自分ではやめられない」と回答しています。

- ・スマホやネットを使っていて家族から「使いすぎ」と注意された（58.1%が該当）
- ・スマホやネットを使っていて勉強や生活に大きな影響が出て自分ではやめられなかった（27.7%が該当）

ワースト
2位

ながらスマホ



「ながらスマホ」がワースト2位です。なお、「ながらスマホ」等が原因で、約30%が「スマホを壊したことがある」、約20%が「画面を割ったことがある」と回答しています。

- ・歩きながらスマホを操作した（44.4%が該当）
- ・自転車に乗りながらスマホを操作した（16.8%が該当）

ワースト
3位

SNSでの悪口



3位はコミュニケーショントラブルです。顔が見えない相手とのコミュニケーションでは、自分の感情が伝わりにくく、自分は冗談のつもりでも、相手は冗談と捉えない可能性があります。

- ・SNSでのメッセージのやりとりで「バカ」「キモい」などの相手を傷つける言葉を使った（14.9%が該当）
- ・SNSでのメッセージのやりとりで「死ね」「殺す」などの相手を強く傷つける言葉を使った（7.0%が該当）

ワースト
4位

個人情報の発信

- ・自分や友だちの住んでいる場所が特定される可能性がある写真や動画をSNSで公開した（6.3%が該当）

ワースト
5位

著作権の侵害

- ・著作権を侵害しているかもしれない動画や音楽が公開されているサイトからダウンロードした（6.0%が該当）

STEP 1 「今の生活」をチェックしてみよう	子ども	保護者
朝、きちんと起きることができている	☐	☐
ゲームやネットを決められた時間で使うことができている	☐	☐
学校の宿題や提出物をきちんとやっている	☐	☐

STEP 2 「家庭のルール」を決めよう

① 平日、ネットを使ってもよいのは何時間まで？

1 0分

2 30分

3 1時間

4 1時間30分

5 2時間

6 2時間以上

② 平日、ネットを使ってもよいのは何時まで？

1 夜6時

2 夜7時

3 夜8時

4 夜9時

5 夜10時

6 11時以降

③ スマホでスタンプを使いたいときやゲームで遊びたいときは？

1 無料の範囲で使う

2 おこづかいの範囲で買ってよい

3 相談して買うことができる

④ ネットに公開してはいけない情報は、どんな情報？（3つ書いてみよう）

1

2

3

⑤ 保護者に相談する場合はどんなとき？（3つ書いてみよう）

1

2

3

STEP 3 「ルールを守れない場面」を考えてみよう

上記のルールについて、「ルールを守れない場面」（ルールを破ってしまう場面）を考えてみよう。どんな時、ルールを守れないかな？

例

スマホを使ってもよいのは夜9時までだけど、友達からメッセージが来たら、ついつい時間を破って返信してしまう。

・

・

・

もし、ルールを守れない状態が続いたら、どうする？

*Kenta Mitsushita, Kyohei Sakai, Nishio Yuki, and Shingo Shiota “Risk evaluation of social networking service troubles in school age children by severity and frequency” ,2020 International Conference on Advances in Education and Information Technology

2

3