



佐世保市立清水中学校区五校会  
(清水中学校・清水小学校・大久保小学校・春日小学校)



# “メディア”みんなの約束

メディア機器には、正しい使い方とマナーが不可欠です。  
知識と危険性を学び、安心・安全に活用しましょう！

**家庭独自のルールが必要です。**  
**全ては、親の責任です。**

テレビ、パソコン、携帯電話やスマートフォン、ゲーム機などの情報メディアは、現代社会において欠かすことのできないものとなっています。

過度の使用による生活習慣の乱れやネット上のトラブルなどの問題がとりざたされています。「五校会」では小学校・中学校の保護者が一緒になって子どもたちを守るために約束事を決めました。

## 困ったときの相談先

- 長崎県サイバー犯罪相談窓口……………095-820-0110
- 親子ホットライン……………0120-725-311
- 佐世保市市民生活部消費生活センター……………0956-22-2591
- 警察相談ダイヤル……………#9110
- 24時間子供SOSダイヤル……………0120-0-78310
- ヤングテレホン(少年サポートセンター)……………0120-786-714



## 親の約束



親は、メディアの知識を身につけ、  
愛する子どもを守るため、次の約束を守ります。

### 時間の管理

- 学習中や食事中は使用させません。
- 午後〇〇時以降は使用させません。
- 長時間使用はしません。させません。

### 場所の管理

- 保管は親がします。
- 自分の部屋には持ち込ませません。
- ゲーム機は外に持ち出させません。

### 子どもを被害者、加害者にならないために

- 親子での会話を増やします。(子どもの変化を察知するため!)
- 〇〇〇(歩き・自転車など)ながらのスマホはしません。させません。
- フィルタリングを設定し、パスワードは親が管理します。
- 話が聞ける大人になります。
- ネット上に書き込みをさせません。  
(個人情報や写真・動画を含む)

### もしも、トラブルがおきたら

- 安易に学校へ解決を求めません。
- 親が相談先を知っておきます。



学校名 \_\_\_\_\_

年 組 名前 \_\_\_\_\_

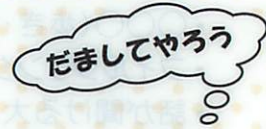




# 小学生の約束



- 困ったときにはすぐに、話ができる大人に相談します。
- 利用する時間を決めます。
- 勉強中、食事中はメディアを使いません。
- 寝る〇〇時間以上前には、メディアの電源を切ります。  
(メディアもお休みさせましょう。)
- 利用する場所を決めます。
- 暗証番号は親に決めてもらいます。
- 自分で勝手にサイトに登録をしません。
- お金がかかるゲームやアプリはしません。
- ネットに書き込みをしません。
- 知らない人からのメールは親に見せます。  
(削除は親にしてもらいます。)
- ネットで知り合った人には、絶対に会いません。
- 親にメディアを見せてと言われたら、必ず見せます。
- 体を使った外遊びをします。
- ゲーム機は外へ持って行きません。
- 〇〇〇(歩き・自転車など)ながらのスマホはしません。
- ゲーム機はネットにつながません。
- ルールを破ったときの約束を親と決めます。



# 中学生の約束



- 困ったときにはすぐに、話ができる大人に相談する。
- 利用する時間を決める。
- 勉強中、食事中はメディアを使わない。
- 寝る〇〇時間以上前には、メディアの電源を切る。
- 利用する場所を決める。
- 暗証番号は親が管理する。
- ゲーム機は外へ持ちださない。
- 〇〇〇(歩き・自転車など)ながらのスマホはしない。
- サイトに登録する場合は、親が登録する。
- お金がかかるゲームやアプリはしない。
- ネットに個人情報や顔写真、動画、位置が特定できるものは、絶対にアップしない。
- タイムラインなどに、書き込みをしない。
- メールやメッセージは送信前に見直す。
- ネットに、悪口を書き込まない。(ディスらない。)
- 知らない人からのメールは親に見せる。  
(削除は親にしてもらう。)
- **ネットで知り合った人には、絶対に会わない。**
- 親にメディアを見せてと言われたら、必ず見せる。
- ルールを破ったときの約束を親と決める。



この約束は親からの願いです。一緒に考えましょう。

