

夏休み前に、各ご家庭でインターネット利用に関するルールを作成してください

子どもたちのインターネットの利用時間は年々増加し、それに伴い、ネット依存におちいったり、インターネット上のトラブルに巻き込まれたりする子どもたちも増えています。インターネットの利用時間が特に増えがちな夏休みを迎える前に、各ご家庭で利用に関するルールを作りましょう。

家庭内ルールを作るときのポイント

ポイント 子どもと話し合って決めること

保護者が決めたルールを押しつけても、子どもはなかなか積極的に守ろうという気にはなれません。子どものインターネットの利用状況や希望を聞いたうえで話し合っ、子どもと保護者がお互いに納得のいくルールを作ることが大切です。



ポイント 具体的なルールにすること

例えば「インターネットを使いすぎないようにする」のようなあいまいなルールだと、子どものさじ加減で利用時間は変わってきます。「インターネットの利用時間は、1日〇時間まで」といったように、具体的なルールを作ってください。

NG ・インターネットを長時間利用しない。
・夜遅くまでインターネットを使わない。

OK ・インターネットの利用は平日〇時間、休日〇時間までとする。
・夜〇時になったら利用を止め、インターネット機器を寝る部屋に持ち込まない。

ポイント ルールを守れなかったらどうするか決めておくこと

もしルールを守れなかった場合は、「1週間インターネットの利用時間を短縮する」「夜〇時になったら、インターネット機器を没収する」などの決まりを作っておくことで、より積極的にルールを守ろうと、子どもたちに意識づけすることができます。

ポイント 定期的にルールを見直すこと

ルールは1度作ったらそれで終わりではありません。半年に1度など時期を決めて子どもと話し合い、そのときの子ども利用状況や生活リズム等にあわせたルールに変更していきましょう。



重要! 保護者の方も適切なインターネット利用を

保護者の方が長時間インターネットを利用したり、なにか他のことをしながらインターネットを使っていたりすると、子どもも積極的にルールを守ろうという気持ちにはなれません。子どものよきお手本となるよう、適切な利用を心がけてください。



家族で話し合っ、そのときの子どもに適したルールを作成し、子どもが安全にインターネットを利用するための手助けをしてあげてください。