2 家庭のルールを考えましょう

インターネットを安全かつ適切に利用するためには、お子様の年齢や力量に合わせた手助けが必要です。そこで、お子様の能力・発達および日常生活に見合ったインターネットの使い方を、ご家庭で考えてみましょう。
重要なのは、お子様が納得できるルールを決めること。また、ルールを守れなかった時のための対応も話し合っておきましょう。

STEP 1 初めてのインターネット期

サイトや動画の閲覧のみ
許可し、SNS等は禁止

閲覧

利用時間を家庭で決める

生活のルールやリズムを守ることを前提に、利用時間をご家庭で話し合って決め、インターネットを見て楽しみます。
この段階では閲覧のみに制限しましょう。

各段階でのルール例
［ルールはステップアップのタイミングで達成・継続・調整・追加などを話し合いましょう。］

- □ ゲームとネットを合わせて、使っていいのは1日＿＿分までです。
- □ 保護者にことわって、近くで使います。食事中や車の中では使いません。
- □ 夜＿＿時以降は使いません。リビングで充電します。

STEP 2 インターネットレベルアップ期

家族間に限って、
メールの利用を認める

閲覧 メール

家族限定でコミュニケーション

利用時間のルールを守れ、使い方にも慣れたら、家族間でメールをやりとりしてみましょう。文章の書き方など、上手な気持ちの伝え方をアドバイスしましょう。

- □ 家の中ではリビングで使います。
- □ 話しかけられたら手を止め応対します。
- □ 決まった人からのメール以外、返信やアクセスはしません。
- □ 変わったことや困ったことが起きたら、すぐに相談します。
- □ 公共の場で利用する時は、ルールやマナーを守ります。

STEP 3 SNSデビュー期

顔を知っている
友人や知人に限定して
メールやSNSの利用を認める

閲覧 メール SNS

友人知人とのやりとりもチェックを

メールの利用に慣れたら、仲の良い友人や知人に限り、SNSやメールを許可します。
家庭内のコミュニケーションを保ち、ときどきやり取りの様子を見せてもらいましょう。

- □ 自分や友だちの個人情報（名前・住所・学校名など）、写真はネットに公開しません。
- □ メールやSNSは実際に会ったことのある友だちだけにします。
- □ 自分が言われて嫌な事や悪口はSNSやメールで送りません。
- □ 目的をもって利用します。目的を終えたらスマホから手を放します。

STEP 4 SNSレベルアップ期

ネットを介して知り合う人との
コミュニケーションを認める

閲覧 メール SNS 買物※

※保護者の同意や許可を必要とするサイトが多い

自由に楽しませつつも見守りを

家庭のルールや社会規範に加え、ネットの特性を理解できる段階になれば、広く活用を許可しましょう。ただし、危険な行為や、犯罪に巻き込まれることを防ぐため、使い方を把握し、必要な注意やアドバイスをしてあげることが大切です。

- □ ネットやSNSで知り合った人とは直接会いません。
- □ ネットで買い物やお金のやり取りをする時は、保護者の許可を得ます。
- □ ネット上に公開する内容は、送信前にしっかり見直します。
- □ 他人にIDやパスワードは絶対に教えません。
- □ 毎月の通信量（料）をチェックし、計画性をもって利用します。

参考リンク　子どもたちのインターネット利用について考える研究会「オンラインコミュニケーション能力のモデル」　https://www.child-safenet.jp/material/