

家庭で

メディアルールを 考えよう!

- スマートフォン・ゲーム機・タブレットなどの利用について、ご家庭でルール作りをしましょう。
- お子さまの性格や状況に適したルールと一緒に考えることが大切です。
- 特に低学年のお子さまは、まだまだ自分をコントロールすることが難しいので、保護者の皆さまのサポートをお願いいたします。

ステップ1 知らせよう

ゲーム依存症や目の病気、暴力的なゲームの悪影響、インターネットゲームの課金など、危険なことがあることをお子さまと話しましょう。

ルール作り



ステップ2 ルールを作ろう

危険性のことをお話ししたらお子さまに考えてもらい、どのくらい理解しているか見極めましょう。それを踏まえて、ご家庭の状況にあったルール作りを行います。

ルールの例

- ・ゲームをやる時は必ず親がいるところでしましょう
- ・宿題や勉強が終わってからや寝る〇分前まで
- ・ルールが守れなかった次の日はゲーム禁止
- ・平日は〇分、休日は〇分と時間を決める
- ・1時間勉強したら1時間ゲームOK
- ・家族で出かける時はゲーム機をもっていかない など



ステップ3 話し合おう

保護者とお子さまがよく話し合ってルールを決めてください。保護者が一方的に決めるのではなく、お子さまも納得するようなルール作りが大切です。お子さま自身が決めたことはきっと守れるはずです。ルールを紙に書いて、お部屋に貼りましょう。

ルールを決めて ゲームを楽しみましょう!

