

## SNS 日本橋小学校ルール

### いえ つか 家で使うときには

・SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）を使う時は、がくしゅう れんらくかくにん 学習や連絡確認など、もくてき あ つか かた 目的に合った使い方をします。

・スマホやタブレットを友達に貸したり、ともだち か 目的以外で使ったり、もくてきがい つか してはいけません。

・学校で示した時間を参考に、がっこう しめ じかん さんこう 家庭で使い方・かてい つか かた 使う時間についてルールを決めましょう。

(参考) ていがくねん ごご じ 低学年…午後7時まで      ちゅうがくねん ごご じ 中学年…午後8時まで      こうがくねん ごご じ 高学年…午後9時まで

・健康のため寝る時間の2時間前からは、けんこう ね じかん じかんまえ つか 使うのをやめます。

・外にある そと Wi-Fi にむやみに接続をせつぞく しません。

### じぶん とも まわ ひと まも 自分や友だち、周りの人を守るためには

・30分に一度は遠くを見るなど、ぶん いちど とお み ときどき目を休ませるようにします。

・明るい部屋で使い、あか へや つか 暗い部屋では使わないようにします。

・良い姿勢を保ち、よ しせい たち め 目とスマホやタブレットとの距離を約30cm離すなど健康に気を付けましょう。

・むやみに写真や動画は撮ってはいけません。

・自分や他人の個人情報じぶん たにん こじんじょうほう なまえ じゅうしょ でんわばんごう（名前、住所、電話番号、メールアドレスなど）を、インターネット上じょう か こ に書き込む

ことなどはしてはいけません。

・インターネット上じょう にあるファイルには危険なものもあるので、きけん むやみにダウンロードしてはいけません。

### さんこう 参考①

とうきょう  
「SNS 東京ノート」

(低学年) 

とうきょう  
「SNS 東京ノート」

(中学年) 

とうきょう  
「SNS 東京ノート」

(高学年) 

### さんこう 参考②

とうきょう  
「SNS 東京ルール  
の改訂について」



れいわ ねん がつ び  
令和3年4月22日

ちゅうおうくりつにほんぼししょうがっこう  
中央区立日本橋小学校