

# 生徒指導栄養

～ 生徒指導を進めるための栄養源に ～



## #12【親子で「ズレ」を確認】

総務省「令和4年通信利用動向調査」によると、6歳から12歳の年代で約45%、13歳から19歳の年代で約87%がスマホを所持しています。

スマホを使用する際には、「ネットを使い過ぎない。」などのルールがよくあると思いますが、家庭において、こうしたルールはなかなか守られないことが多いのではないかと思います。では、このようなルールは何が問題なのでしょう。それは、親の思う使い過ぎと、子供の思う使い過ぎで、ズレが大きいことです。ルールを作る際は、このズレを意識して、ズレを議論することがポイントになります。使い過ぎとは何時間で、どんな状態なのかを議論しておくことが、ルール作りのスタートになります。

Q3 平日、ネットを使ってもよいのは何時まで？

1 夜6時

2 夜7時

3 夜8時

4 夜9時

5 夜10時

6 11時以降

この画像は、以前紹介した「SNSノート」を開発した静岡大学の塩田真吾准教授が、子供にスマホを持たせるときに親子で確認すべきことを、保険業者の「Mysurance」と共同開発した教材です。親子で「せーの」で指をさして「ズレ」を確認し、ルール作りをしていきます。学級懇談会等で紹介してみてもいかがでしょうか。



令和6年1月30日（火）

呉市教育委員会 学校安全課 生徒指導グループ

