

## ⑮ スマホ・ネット・SNS とのつきあい方【小・中学生用】

☆あなたは携帯電話・スマホを持っていますか？

はい(スマホ・携帯)      両方持っている      いいえ

〈持っている人に質問〉

☆1日どれくらいの時間利用しますか？

見ない    1時間以内    1～2時間      2～3時間      3～4  
時間      4時間以上

☆使用時間について家の人と約束やルールを決めていますか？

しっかり決めた      ある程度決めた      あまり決めてい  
ない

☆1日何時間くらい YouTube 等の動画を見ますか？

見ない    1時間以内    1～2時間      2～3時間      3～4  
時間      4時間以上

☆使用していない時でも、携帯・スマホ等の事ををよく考  
えている時がある。

はい      いいえ

☆より多くの時間、携帯・スマホ等を使っていないと満足できない。

はい      いいえ

☆携帯・スマホ等を使う時間をコントロールしようとしてもうまくいかない。

はい      いいえ

☆携帯・スマホ等を使わないと落ち着かなかったり、イライラしたりする。

はい      いいえ

☆予定していた時間よりも長い時間、携帯・スマホ等を使ってしまう。

はい      いいえ

☆携帯・スマホ等のせいで家族や友達と仲が悪くなったり、勉強や手伝いをしなくなったりすることがある。

はい      いいえ

☆携帯・スマホ等を利用している時間や、熱中していることについて、家族や友だちにうそをついたことがある。

はい      いいえ

☆嫌なことから逃げたり、落ちこんだ気分を盛り上げるために、携帯・スマホを利用したりしている。

はい      いいえ      どちらとも言えない

〈ゲームをする人に質問〉

☆ゲームの時間を減らそうとしがた減らせなかったことがある。

はい      いいえ

☆友だちとの遊びや宿題、寝ることよりも優先したことがある。

はい      いいえ

☆家族や友だちから怒られたり、宿題をしなかったり、眠たかったが、ゲームを続けたことがある。

はい      いいえ

## 【親(父兄)用】

☆お子様が利用している携帯・スマホはどなたのものです  
か？

保護者     子ども専用     両方とも使用     持っていない

☆子供専用の携帯・スマホはいつからがよいと思われます  
か？

小学生から     中学生から     高校生から     それ以外

☆携帯・スマホを持たせることで保護者として安心します  
か？

とても安心する     ある程度安心する     不安である

☆子供専用の携帯・スマホを持たせていますか？

はい     いいえ

→「はい」の場合     持たせた理由は？

みんな持っていると言われた     部活や塾から帰宅時  
間などの連絡

居場所が GPS 機能でわかるから安心

その他(     )

☆携帯・スマホの使用時間を制限していますか？

はい いいえ

→「はい」の場合 もし守れなければ？

しばらく没収する お小遣いを減らす 注意する  
その他(    )

☆食事の時間に携帯・スマホはどうしていますか？

禁止 急用以外は禁止 禁止していない その他

☆フィルタリングはしていますか？

している していない

☆子供の使用状況・内容を把握していますか？

詳しく把握している ある程度把握している 把握  
していない

☆携帯・スマホの使用料金を子供に教えたことがありますか？

ある 時々ある ない

☆子供の携帯・スマホの、本体の料金についてどう思いますか？

高過ぎる      高い      適正      安い      わからない