

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？

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