



「さすがに、使いすぎじゃない？」

一緒に考えるポイント① 何にどのくらいの時間を使っているかを「見える化」



使いすぎているかな

みなさんは1人1台端末を何に使う時間が一番長いと思いますか。
自分が使っていると思う時間が長い順にならべてみましょう。

1
何かを調べる時間

2
動画を見る時間

3
ドリルなどで
考えたり、回答する時間

4
プログラミングや
資料など、
何かをつくる時間

5
誰かと
チャットする時間

長い ←

→
短い

一緒に考えるポイント② ゲームやスマホ以外で、「楽しいこと」を探してみよう



新しくチャレンジしたいことは？

ゲームやSNSで遊ぶことも楽しいですが、その他にも新しくチャレンジしたいことを考えてみましょう。

1
体を動かす
サッカー、野球、バレー…

2
しぜん
自然
こん虫採集、キャンプ…

3
見学
博物館、美術館…

4
りょうり
料理
新しい料理、おかし作り…

5
育てる
花、動物、野菜…

6
考える
パズル、将棋…

7
つくる
手芸、プラモデル…

8
のんびり
読書、お風呂…

9
見る
映画、ドラマ…

10
話す
新しい友達、地域の人…

11
出かける
買い物、名所…

12
食べる
新しい料理、新しいおかし…

ひとりでやってみたい **A**

B 友達や家族と一緒にやってみたい



情報モラル 育成ガイド



自分で考え、上手に活用できているレベル

- 自分で目的を意識して、タブレットやスマホ、ゲーム、持ち帰った端末を活用できている。
- スマホやゲーム以外にも楽しめるもの、夢中になれるものがある。
- 困ったときだけでなく、いろいろなことを保護者に話してくれている。
- 自分のことだけでなく、友達やクラスのよりよい使い方も考えている。



保護者が管理しなくても活用できているレベル

- 保護者が言わなくても、タブレットやスマホ、ゲームに関するルールを守ることができている。
- 持ち帰った端末を子ども自身が管理できている。
- 困ったときには保護者に相談することができている。
- 子どもがタブレットやスマホでどんなことをしているか話してくれている。



保護者が管理すれば活用できているレベル

- タブレットやスマホ、ゲームに関するルールがある。
- 保護者が言えば、持ち帰った端末を管理できている。
- 保護者が言えば、ルールを守ることができている。
- 子どもがタブレットやスマホでどんなことをしているかがなんとなくわかる。



何も管理していないレベル

- タブレットやスマホ、ゲームに関するルールがなく、自由に使い続けている。
- 保護者が何度言っても言うことを聞かず、ケンカになることも多い。
- 持ち帰った端末を管理できているかわからない。
- 子どもがタブレットやスマホでどんなことをしているかわからない。