

あんぜんきょうしつ
 スマホ・ネット安全教室
 つか へん
 [使いすぎ編]

なまえ
 名前

お
 ① どうしてトラブルが起きたのだろう？

か
 買ってもらったスマホで
 ゲームをやろう！



じかん じかん
 1時間…2時間…
 よる じ す
 夜の12時を過ぎても…



コラ！
 ゲームのやりすぎ！



なぜ、^{ちゅうい}注意されてしまったのでしょうか？^{かんが}考えられる理由を
^か書いてみよう

つか かた かんが じぶん
 ② 使い方についてふり返って自分にあてはまるものに

○をつけよう

| | | かなり あてはまる | 少し あてはまる | あまり あてはまらない |
|---|---|--------------|-------------|----------------|
| 1 | やくそく じぶん 約束ややるべきことよりも優先して しまうことがある | 3 | 2 | 1 |
| 2 | き きんがく かね 決められた金額よりもお金を つか 使ってしまうことがある | 3 | 2 | 1 |
| 3 | しょくじちゅう つか 食事中に使う ちゅうい 注意されることがある | 3 | 2 | 1 |
| 4 | よるおそ 夜遅くまでしすぎて がっこう ねむ 学校で眠いことがある | 3 | 2 | 1 |

あんぜんきょうしつ
スマホ・ネット安全教室
つか へん
〔 使いすぎ編 〕

③ スマホやタブレットを^{つか}使いすぎないための^{くふう}工夫を

() のなかに^{きにゆう}記入してみよう

① ^お終わる^{じかん}時間を^{かみ}紙に^か書いて () に
はっておく

② ^{まえ}はじめる前に () をセットして
おく

③ ^{まえ}はじめる前に () を^{ほごしゃ}保護者に^{つた}伝える