



明峰中学校 メディアルール



- 一 ネットを通じて友との親交を深め、誰も傷つけず、思いやりをもった利用を心がけましょう。
(他人の悪口・暴言・誹謗中傷を書き込みません。画像を撮ったり、上げたり、やりとりをしたりしません。)
- 一 日々の活動に計画性を持って取り組み、長時間のメディア（スマホ・タブレット・ゲーム等）の使用を控えましょう。
(平日1時間半以内、休日3時間以内の使用に収めましょう。)
- 一 睡眠が健康に与える影響を考え、電源を早めに切りましょう。
(どんなに遅くとも23時にはメディアの電源を切り、就寝の1時間前にはメディアの使用を控えましょう。)
- 一 メディアを制限することで、自律する力を身に付け、集中して学習に取り組みましょう。
(学習の際、スマホ・タブレット・ゲーム機器等は自室に持ち込まない、目につかない所に置く、必要に応じて家の人に預けるようにしましょう。)
- 一 自分勝手な使用をして、家族や友達に迷惑をかけないようにルールを守りましょう。
(家族とのルールを無視した使用、SNSのグループへの勝手な追加、知らない人との交流をしないようにしましょう。)



令和6年7月24日制定



みんなで考え、みんなで決めたことを
みんなで守りましょう！！