

危険?
依存?
法律違反?

そのネットの使い方

あなたは振り回されていませんか?

様々な情報の収集、友達とのコミュニケーション手段に欠かせないスマートフォンやパソコン。生活に支障をきたしていませんか?



勉強に集中できない!

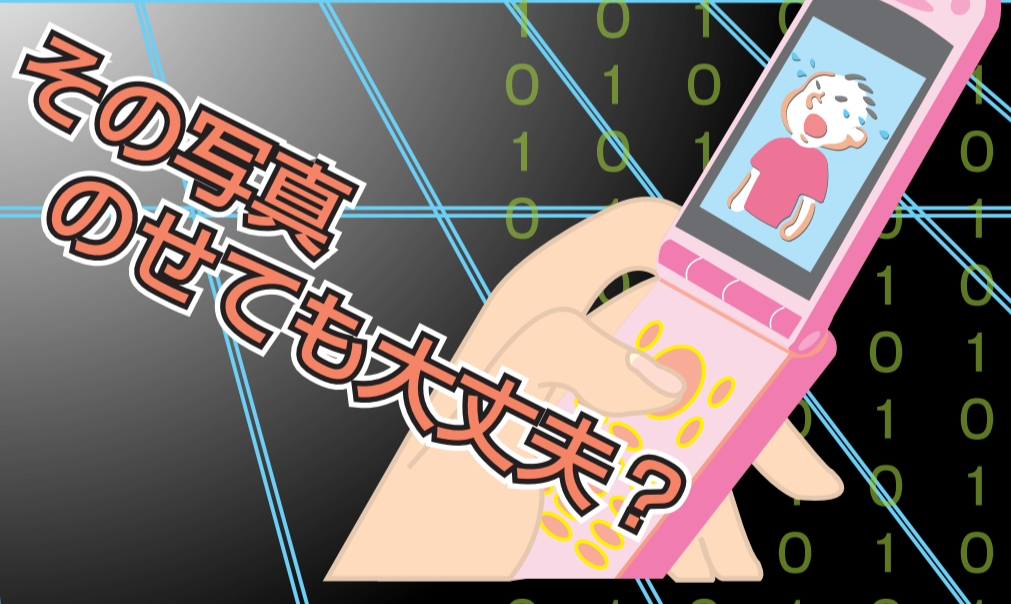
食事の時も
気になる。



今日まだ
ログインしてない!



寝る時間だけど
やめられない



その写真のせても大丈夫?

家族で話し合い、使い方を決めましょう

たとえば

- 自宅では、リビングでのみ使おう!
- 食事中はスマホ・ケータイを見ないようにしよう!
- 夜9時以降は使わないようにしよう!