



いしわら



令和7年5月
調布市立石原
校長 飯島 慶裕



<http://www.chofu-schools.jp/isiwara-sho/>

スマートフォン 18の約束

校長 飯島 慶裕

新緑と爽やかな風の中で過ごした5月が過ぎ、明後日からは初夏の香りが漂う6月です。間もなく水泳指導も始まります。

ところで、今から13年前の2012年、アメリカで、母親が13歳の息子にスマホを与えるときに交わした「18の約束」が話題になりました（原題は「Gregory's iPhone Contract」）。この契約書の文言については賛否両論があるようですが、当時からスマートフォンを子供が使うことに対して、危機感があつたのだと思います。この「18の約束」には、一緒にルールを守っていくために、親子でスマホと上手に付き合うヒントが詰まっていますので、いくつか抜粋して紹介します。

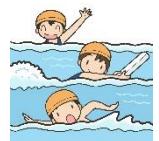
- 1 これは私のスマホです。私が買いました。あなたの毎月の通話料も私が支払います。
～これを児童用タブレットに置き換える、「これは、調布市のタブレットです。あなたの毎月の通信料も調布市が払います。」となります。児童用タブレットは、調布市から貸与されたものです。～
- 4 学校がある日は夜7時30分、週末は夜9時になったら、速やかに両親のどちらかにスマホを手渡すこと。夜間は電源を切って、朝7時30分に再び電源を入れます。
- 5 メールを交わしている相手と実際に会話をしなさい。それが生きていくための大変なことです。
- 7 この機能を使って、人に嘘をついたり、馬鹿にしたり、欺いたりしてはいけません。誰かを傷つけるような会話には参加しないで。まずはいい友達になること。厄介なことに巻き込まれないように。
- 8 直接相手に言えないことは、スマホでも言わない、メールにも書かないこと。
- 9 友達の親がいる前で言えないことは、スマホのメッセージでもメールでも書かないこと。書く前に自分でしっかり確認しなさい。
- 12 あなたや誰かのプライベートな部分の写真を、送ったり受け取ったりしてはいけません。笑わないでね。どんなにあなたが賢くても、いつか誘惑にかられるときがあるでしょう。それはとても危険なことで、あなたの10代～大学生～大人と、すべての人生を台無しにしかねません。それはいつだって最悪なこと。インターネットの世界は広大で、強力です。広まった悪い評判を消すことはとても難しいのです。
- 14 ときどき家に携帯を置いて出かけてください。そしてその選択に自信をもってください。携帯は生きものじゃないし、あなたの一部でもありません。携帯なしで生活することを覚えてください。
- 17 上を向いて歩いてください。あなたの周りの世界をよく見てください。窓から外へのぞいてください。鳥の鳴き声を聞いてください。知らない人と会話をもってみてください。グーグル検索なしで考えてみてください。

スマートフォンやタブレットは大変便利な道具ですが、依存症からの生活の乱れ、SNSをめぐる誹謗中傷や仲間外れ、そして犯罪など、様々な問題が起きています。これらの問題を避けるために使わせないとという考え方もあるかと思いますが、スマートフォンやタブレットの機器が問題なのではなく、使う側の姿勢の問題です。これだけ普及し、メリットも多い機器ですから、上手な使い方を子供たちに伝えていくのが大人の役目です。併せて、自分と同じように相手も大切にすることも継続して伝えていきたいと思います。

<水泳学習について>

★ 持ち物や実施する上での配慮事項等

- ・ 水泳カードは、**健康観察**、**体温の記入**、**捺印**を忘れずにお願いします。記入漏れがあった場合はプールに入れませんので、事前に確認して児童に持たせてください。
- ・ 学校で水着に着替えます。水着を含めて下着、靴下、タオルなど、持ち物には全て記名をしてください。
- ・ ゴーグル・ラッシュガードは必要であれば持たせてください。ラッシュガードはチャック・フードのないもの、ゴーグルは自分でつける練習とサイズ調節をお願いいたします。
- ・ 身に付いているもの（ミサンガなど）は、必ず外して入ります。糸創膏やガーゼ、湿布など水中ではがれやすいもの、また水質管理に影響があるものについても外してください。
- ◎ 水泳実施に伴う時間割が変更になる場合があります。詳しくは各学級からの連絡で御確認ください。



各学年の水泳指導日

(各学年5回程度)

校時	月	火	水	木	金
1・2		1年	2年	1年	3年
3・4	6年	4年	5年	4年	2年
5・6	5年	3年		6年	

※ 「水泳学習実施についてのお願い」でお知らせしましたが、御参考までに指導日について再掲載します。