

# スマホ・タブレットの三箇条

東海村立東海中学校 2025改訂版

- ①発信する前に一度、内容をチェックする
- ②個人を特定する情報(名前、住所、写真等)は載せない
- ③SNSで知り合った人と直接会わない

- ・使用する時間や時間帯について、各家庭で話し合って決める
- ・食事・入浴中・寝る前は使用しないよう心がける

★困ったときは大人に相談する