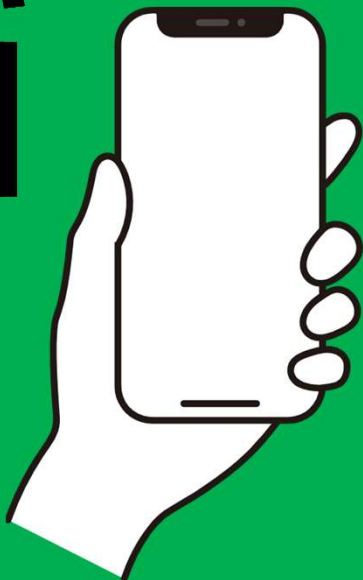


10オフ
Plus!

家族みんなで取り組もう！

スマホメリハリ チャレンジ



スマホは連絡や情報収集に欠かせないツールでも…こんなお悩みありませんか？



勉強中も
スマホが
気になって
集中できない



食事中も
スマホをみて
家族の会話が
減っている..

そこで！

なりたい自分を目指して、90日間、
ONと**OFF**を切り分けてスマホを使う
「スマホメリハリチャレンジ」

を大募集します！

対象

広島市に居住し、スマホを使っている
小・中学生とその家族（20世帯）

募集期間

令和8年7月1日(水)～7月31日(金)

実施期間

令和8年9月14日(月)～12月31日(木)
の期間中連続した**90日間**

内容

開始前に「なりたい自分」になるために必要な「スマホメリハリ利用計画」を作成。
実施後、起こった変化等を教えてください。

その他

- ・希望者には必要に応じてスマホを
しまえる「**メリハリケース**」を貸与
- ・実施後「**認定証**」を交付するとともに
素晴らしい取り組みを広島市の
ホームページ等で発表します！

応募方法・詳細等は右のQRコードより
本市ホームページをご参照ください。



【問合せ先】 広島市こども未来局
こども青少年支援部 青少年育成担当
TEL 082-504-2963
Eメール ikusei@city.hiroshima.lg.jp

大募集！