

「10オフ運動」の平成27年度取組結果及び平成28年度取組計画について

1 平成27年度取組結果（10オフ運動強化週間における児童生徒アンケート）

(1) 概要

① 目的

10オフ運動強化週間の取組の成果を確認し、今後の取組の参考とするため。

・第1回強化週間 7月6日（月）～12日（日）

・第2回強化週間 12月7日（月）～13日（日）

② 方法

質問紙法（無記名・自書式）

③ 対象

各区から1校ずつ抽出した小・中学校の小学校4年生から中学校3年生までの児童生徒（小学校8校、中学校8校、各校各学年1クラス）

④ 内容

ア 子どもの使用する携帯電話・スマートフォン等の所有状況

イ 「夜9時以降は送信しない」についての達成状況及び未達成の理由

ウ 「遅くとも夜10時までには電源をオフ」についての達成状況及び未達成の理由

エ 「家庭でのルールづくり」についての状況

オ 強化週間に取り組んだ感想

⑤ 回収結果

・第1回強化週間 1,375人（小学4～6年生 664人、中学1～3年生 711人）

・第2回強化週間 1,476人（小学4～6年生 678人、中学1～3年生 798人）

(2) 集計結果

別紙のとおり

(3) 成果、課題及び今後の方針

① 成果

10オフ運動強化週間の取組についての感想で、「早寝早起きなど規則正しい生活ができた」、「家族との会話が増えた」、「勉強時間が増えた」、「勉強に集中できた」などの回答が小・中学生とも3～5割あり、携帯電話・スマートフォン等の適正な利用について考え、生活習慣等を見直す良いきっかけとなったことが窺える。

② 課題

小・中学生とも、「夜9時以降は送信しない」、「遅くとも夜10時までには電源をオフ」が達成できなかった理由として約半数の生徒が「10オフ運動強化週間の取組を忘れていた」と回答しており、取組がまだ十分には浸透していないことが窺える。

小・中学生とも、達成できなかった理由から、夜9時以降も友達からメールやラインが送られてくる実態や、夜10時以降もゲーム、動画、音楽鑑賞などがなかなか止められない実態が浮き彫りになった。

③ 今後の方針

10オフ運動が、携帯電話等の適正な利用や生活習慣等を見直す良いきっかけとなっていることが窺えることから、10オフ運動を平成28年度も継続して、取組の更なる浸透を図ることにより定着をめざす。

2 平成28年度取組計画

(1) 取組期間

平成28年4月1日～平成29年3月31日

(2) 対象者

全市立小・中学校の児童生徒

(3) 10オフ運動強化週間

① 日程

長期の休みに入る1週間前までに終了し、振り返りをした後に休みに入る時期を設定

・夏の強化週間：平成28年 7月4日（月）～平成28年 7月10日（日）

・冬の強化週間：平成28年12月5日（月）～平成28年12月11日（日）

② 取組内容

ア 指導第一課、第二課から送付される道徳や言語数理運用科の指導資料等を活用しながら、各学校の実態に応じて、電子メディアとの付き合い方やSNSでの適切なコミュニケーションの取り方について児童生徒に考えさせる。

イ 指導第一課、第二課から送付される生活リズムカレンダー等に毎日記録しながら、自分の生活習慣について振り返らせる。

ウ 10オフ運動強化週間の取組の実態を把握するため、抽出校においてアンケートを実施する。

Ⓧエ 保護者向けのお願い文及び家族で取り組む10オフ運動達成記録表（強化期間中の家族の達成状況が記録できるもの）を各家庭に配布し、家族みんなで取り組む機運を醸成する。

(4) 平成28年度の啓発ポスター等の作成・配布計画

① 平成28年度版10オフ運動校内掲示用ポスター（平成28年3月下旬に各学校に配布済み）

平成27年度は12月の強化週間でポスターを作成し、各学校で校内掲示したが、掲示期間も短く、効率的でないことから、平成28年度の2回の強化週間日程を掲載した通年で校内に掲示できるポスターを作成し、全小・中学校に5枚ずつ配布した。

② 10オフ運動の家庭用ミニポスター【既存版】（平成28年3月下旬に学校に送付済み）

小・中学校新1年生の保護者に、学校を通じて10オフ運動の家庭用ミニポスターを取組の依頼文を添えて配布する。

③ 家族で取り組む10オフ運動達成記録表（夏及び冬の強化週間前に学校に送付予定）

平成27年度は強化週間用ミニポスターを7月と12月に配布したが、各家庭で取り組む機運の醸成に向けて、10オフ運動達成記録表（強化期間中の家族の達成状況が記録できるもの）を各家庭に配布する。

(5) 親の心得10か条の取組（3月下旬に学校に送付済、4月の保護者会、PTA総会等で配布）

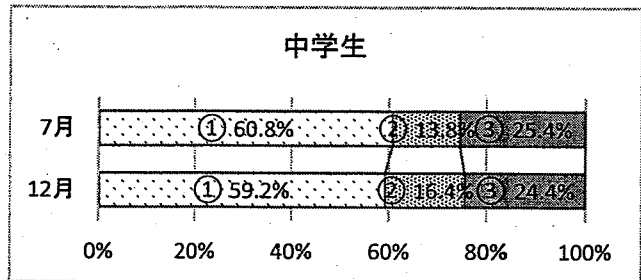
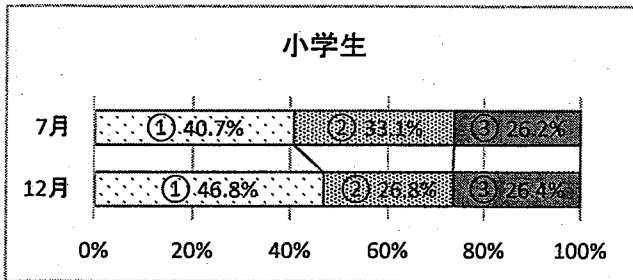
広島市PTA協議会が取り組まれている10オフ運動「親の心得10か条」を全市的な事業として、関係者会議の取組とする。

市P協で作成している「親の心得10か条」のチラシを、関係者会議の名前で発行し、全市立小・中学校を通じて全保護者に配布する。

「10オフ運動強化週間における児童生徒アンケート」集計結果

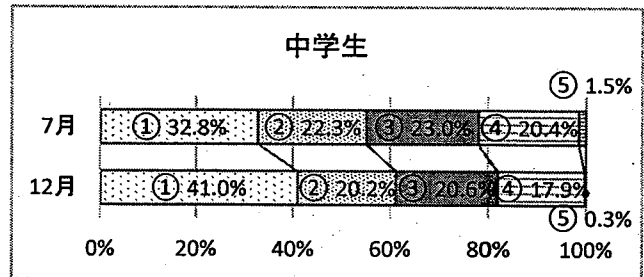
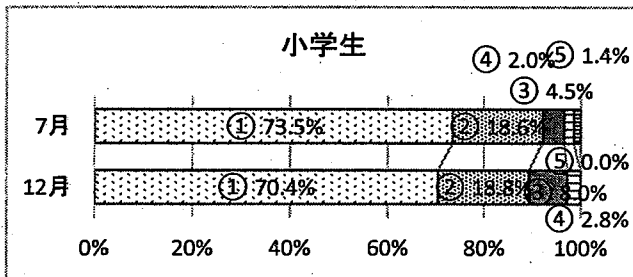
1. (問1)携帯電話・スマートフォン等を使っていますか？

- ① 自分専用の携帯・スマホ等を所有し、使っている。
- ② 家族が持っている携帯・スマホ等を一緒に使っている。
- ③ 使っていない。



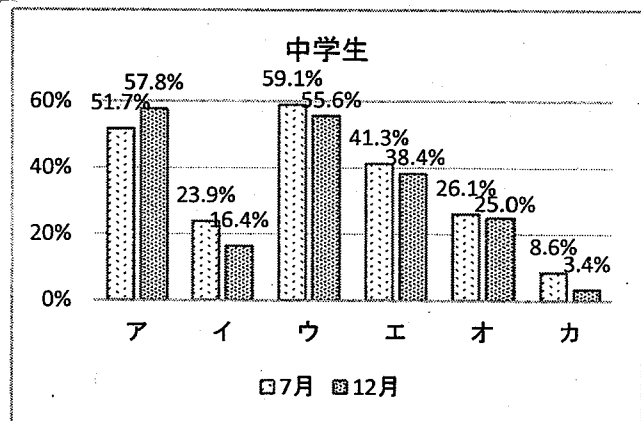
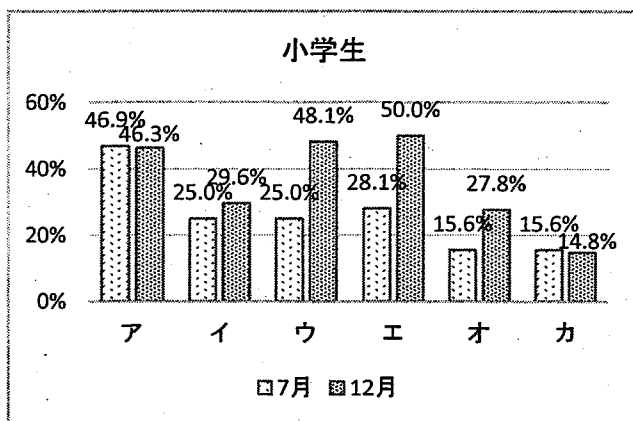
2. (問2)「夜9時以降は送信しない。」について、何日達成できましたか？

- ① 全ての日で達成できた。
- ② 4日以上達成できた。
- ③ 達成できない日が多かった。
- ④ 全く達成できなかった。
- ⑤ 未回答



3. (問2)未達成(③、④)の理由(複数回答あり)

- ア 10オフ運動強化週間の取組を忘れていた。
- イ 夜9時を過ぎたのがわからなかった。
- ウ 友達からメール、ライン等が送られてきたから。
- エ 家族や友達に連絡することがあったから。
- オ 少しくらい過ぎても良いと思った。
- カ その他



「その他」の内容

(小学生)

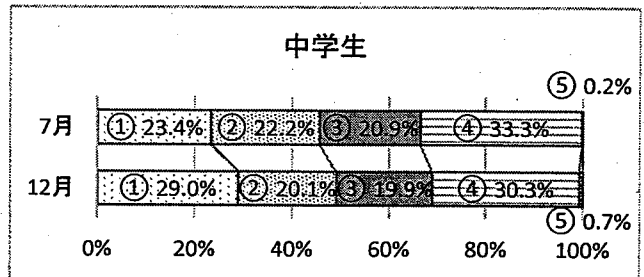
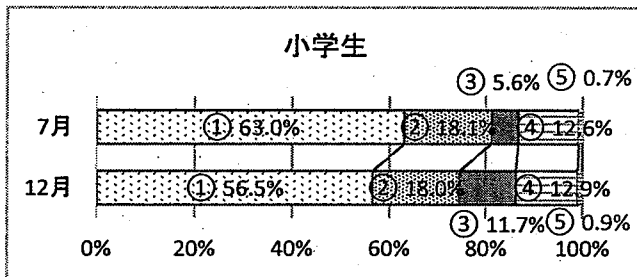
- ・塾が9時過ぎまであり、親に連絡する必要があるため。
- ・ラインが楽しくてやめられなかった。
- ・家庭内で10時までOKをもらっているから。

(中学生)

- ・時間割など学校に関わる事が分からなかったときに聞いたりするから。
- ・塾終わりの迎えの連絡のため。
- ・11時まで自宅で勉強し、寝る前に友達からのラインに返信するようにしているから。
- ・塾から帰ったら9時を過ぎているから。
- ・ラインに夢中になっていたから。

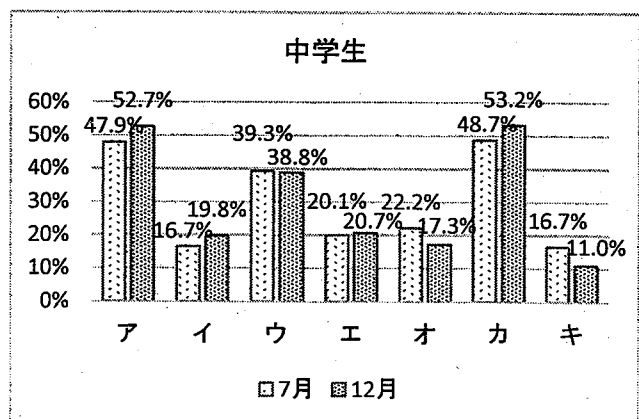
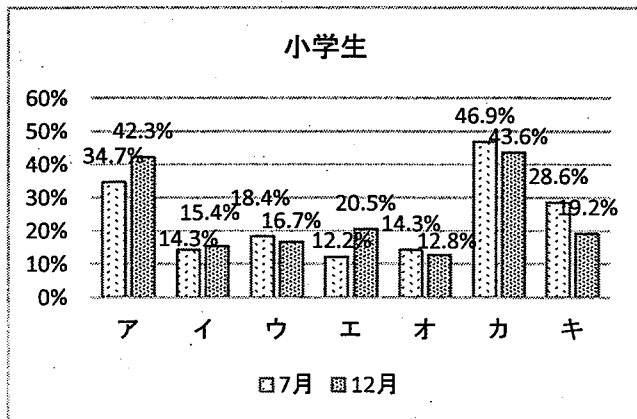
4. (問3)「遅くとも夜10時までには電源をオフ」について何日達成できましたか？

- ① 全ての日で達成できた。
- ② 4日以上達成できた。
- ③ 達成できない日が多かった。
- ④ 全く達成できなかった。
- ⑤ 未回答



5. (問3)未達成(③、④)の理由(複数回答あり)

- ア 10オフ運動強化週間の取組を忘れていた。
- イ 夜10時を過ぎたのがわからなかった。
- ウ 友達からメール、ライン等が送られてきたから。
- エ メールやライン等が気になって電源を切れなかった。
- オ 少しくらい過ぎても良いと思った。
- カ ゲーム、動画、音楽鑑賞などを止められなかった。
- キ その他



「その他」の内容

(小学生)

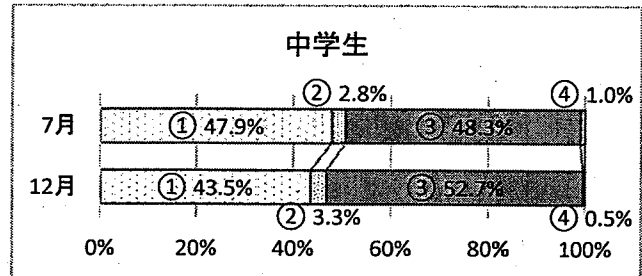
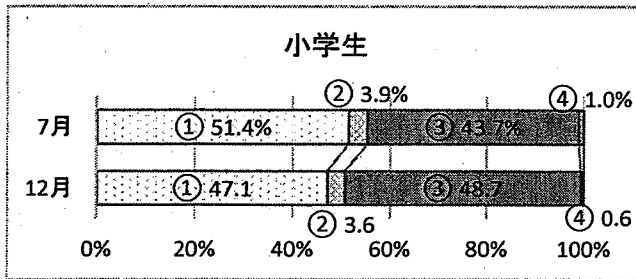
- ・メールはしないが、アラームを使用するため電源は切らない。
- ・習い事の連絡のため。
- ・調べもので使用するから。
- ・緊急の連絡があると困るから。
- ・充電するため。

(中学生)

- ・アラームをセットしていた。
- ・塾が終わった後、親と連絡を取り合っていたため。
- ・一度電源を切ると手間がかかるから。
- ・音楽を聴きながら眠るため。
- ・送信しなければ電源を切る必要がないと思うから。
- ・塾がある日は10時を過ぎるから。
- ・使わないなら、切る必要もないと思うから。
- ・勉強が終わったら遊んでいいというルールがあるから。

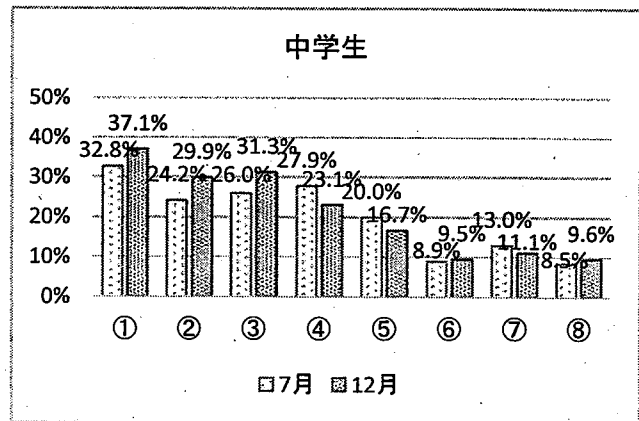
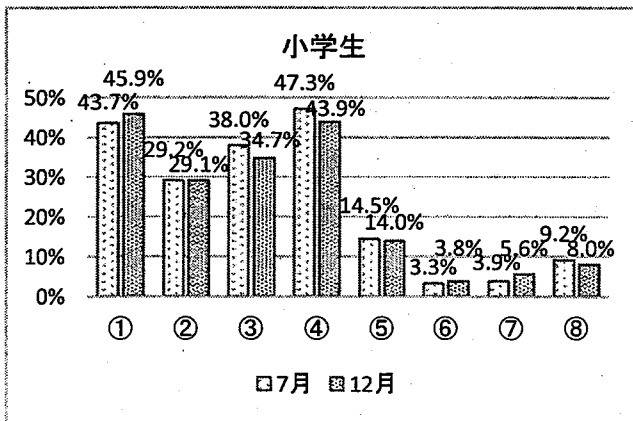
6. (問4) 家庭で、ケータイ・スマホ等のルールを作りましたか？

- ① 以前から作っている。
- ② 強化週間をきっかけに、ルールを作った。
- ③ 作っていない。
- ④ 未回答



7. (問5) 10オフ運動強化週間の取組をしてどうでしたか？(複数回答あり)

- ① 早寝早起きなど規則正しい生活ができた。
- ② 勉強時間が増えた。
- ③ 勉強に集中できた。
- ④ 家族との会話が増えた。
- ⑤ 夜遅くまでの友達とのやり取りを止める良いきっかけとなった。
- ⑥ 友達から夜9時を過ぎてもメールやラインが送られてくるので困った。
- ⑦ 電源をオフしても友達からのメールが気になった。
- ⑧ その他



「その他」の内容

(小学生)

- ・ゲームの時間が減った。
- ・遊ぶ時間が増えた。
- ・スマホがなくてもあまり困らなかった。
- ・これからもやっていこうと思う。
- ・9時を過ぎても、家族からメールやラインが送られてくる。
- ・普段と変わらなかった。

(中学生)

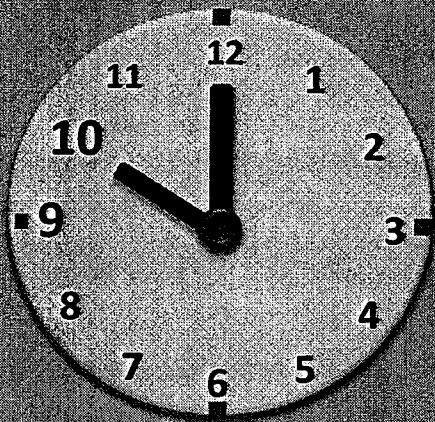
- 睡眠時間が増えた。
- 生活のリズムが整った。
- 本を読もうと思うようになった。
- 本を読む時間が増えた。
- 読書をするという目標を見つけた。
- 目が疲れなかった。
- ゲームを止められなかった。
- 自分でルールを作れた。
- スマホ、タブレットが気になった。
- 前から9時以降はメールを送らないというルールを作っているから、強化週間中も特に変わらなかった。
- いつもと変わらなかった。
- 不便だった。
- やる意味がない。

＼10オフ運動／ みんなでしようやー

広島市では、子どもたちを守るためにケータイ・スマホ等について、

- ・夜9時以降は送信しない、
- ・遅くとも10時までには電源を切る、
- ・家庭で話し合っ使用に関するルールをつくる、

10オフ運動に取り組んでいます。



自分のため

相手のためを思って

夜9時以降は送信しない

10時までには電源オフ！

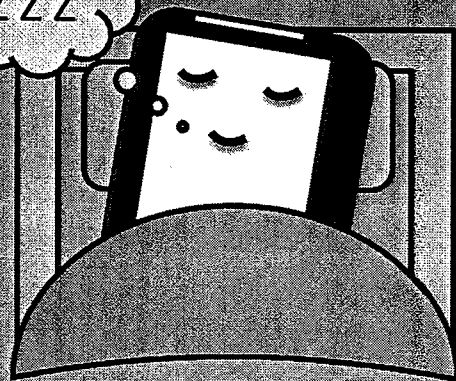
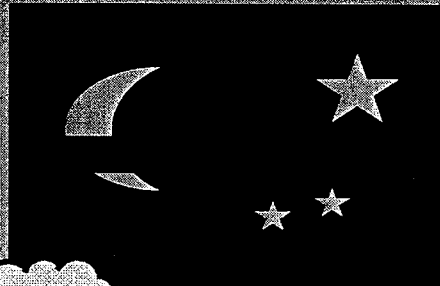
平成28年度

◇夏の強化週間◇

7月4日(月)～10日(日)

◇冬の強化週間◇

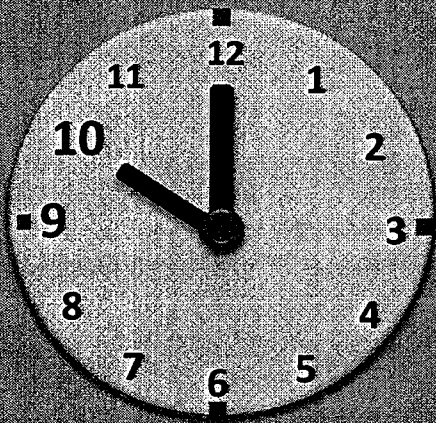
12月5日(月)～11日(日)



広島市教育委員会、広島市小学校長会、広島市公立中学校長会、広島市PTA協議会、広島市電子メディア協議会

＼10オフ運動／ はじめようやー

広島市では、子どもたちを守るために
ケータイ・スマホ等について、夜9時以降は送信しない、
遅くとも10時までには電源を切る10オフ運動を始めます。

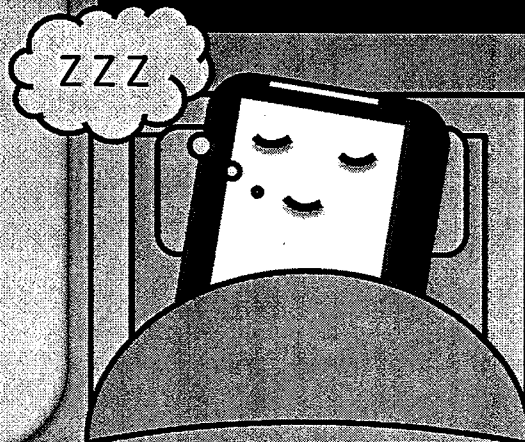
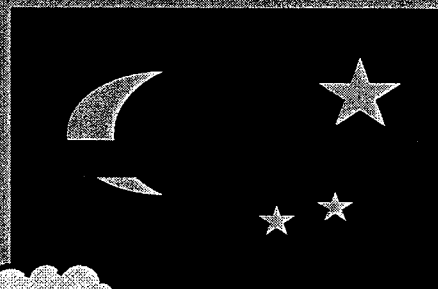


**自分のため
相手のためを思って
夜9時以降は送信しない
10時までには電源オフ!**

「我が家のケータイ・スマホ等の
ルール」をつくりましょう。

例：○時に電源オフ
食事中や会話中は使わない

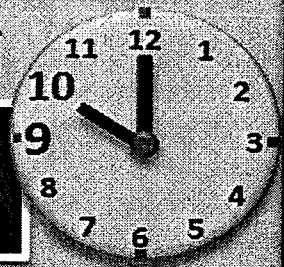
- ◆ _____
- ◆ _____
- ◆ _____



広島市教育委員会、広島市小学校長会、広島市公立中学校長会、広島市PTA協議会、広島市電子メディア協議会

10オフ運動

夜9時以降は送信しない
10時までには電源オフ!



親の心得10か条

第1条

ケータイ・スマホ等の管理は与えた親の責任です。

第7条

子どもに相談してもらえる親になりましょう。

第2条

普段から子どもの様子をしっかりと見ましょう。

第8条

人を傷つける言葉はやめましょう。その言葉を子どもがネットで使います。

第3条

家族で会話のできる時間をつくりましょう。

第9条

子どもと決めたルール親が守っている姿を見せましょう。

第4条

思いやりの気持ちを教えましょう。

第10条『我が家の1か条』

例:親も10オフを守りましょう。

第5条

何のために使うのか親子で話し合いをしましょう。

第6条

ネットの危険性を親自身がしっかり学び理解しましょう。

ご家庭で見えやすいところに貼ってご活用ください。



ネットトラブルから子どもを守るために