

SNS 使用についてのチェックシート

① やるべきことをしてから使用する。

- 1、 学校・塾などの課題を済ませてから使用している。 はい・いいえ
- 2、 必要な学習時間を確保できている。 はい・いいえ
- 3、 家庭での役割を果たしている。 はい・いいえ

② 次の日に支障をきたす、過度な使用をしない。

- 1、 十分な睡眠時間が確保できている。 はい・いいえ
- 2、 授業中に眠くならない。 はい・いいえ
- 3、 次の日にだるさ等がない。 はい・いいえ

③ SNS による悪口などの誹謗中傷を絶対しない。

- 1、 インターネット上に悪口を書き込んでいない。 はい・いいえ
- 2、 そのような行為を発見した場合止めている。 はい・いいえ
- 3、 自分や他人の個人情報を流出させていない。 はい・いいえ

生徒会から

冬休み期間は SNS を利用する時間が大幅に増加しますが、しっかりと自身をコントロールし、スマホ依存にならないよう上手に使用しましょう。

本郷中学校生徒会執行部