

あなたのネットの利用時間は？

家庭で取り組んでみよう！

計算してみよう！

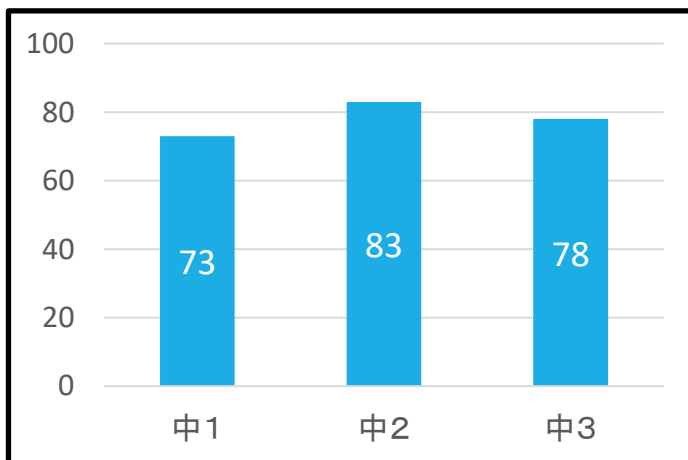
1日にどのくらいインターネットを使っていますか？

時間 × 365日 = 年間 時間

公立中学校の年間授業時間は **約1000時間**
あなたの利用時間は学校の活動より多いかな？少ないかな？

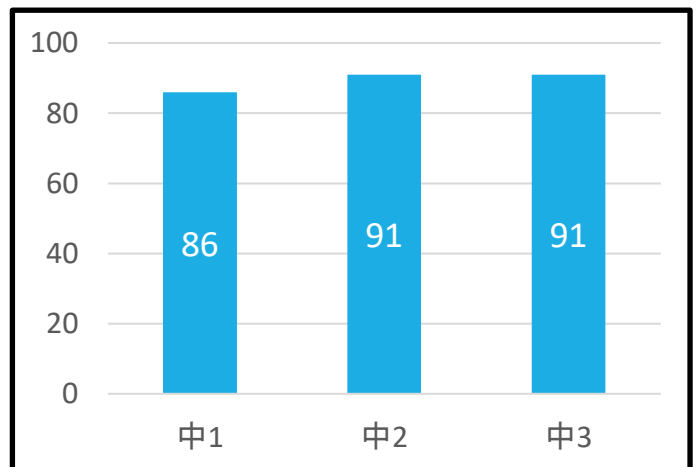
2020年度 ネット利用における実態調査結果(24,429名)より
1日のうち2時間以上、インターネットを使っている割合は、各学年において、
平日で7割以上、休日で8割以上となっている事がわかりました。

平日



中1	中2	中3
73%	83%	78%

休日



中1	中2	中3
86%	91%	91%

NEWS !

世界保健機関（WHO）は2019年にスマートフォンなどでゲームに依存し日常生活に支障をきたす『ゲーム障害』を国際疾病の一つとして認定しました。依存が進むと自分の力ではやめる事ができなくなります。まずは使用時間を把握し、使い方を見直してみましょう。

