

共催：江別市教育委員会

江別市PTA連合会 子育て研修委員会

スマホ・ゲーム依存から子どもを守る ～健康問題を踏まえたルール作り～

2026. **11.20** (金)

18:30～20:00 (受付 18:00～)

会場

野幌公民館 ホール

住所

江別市野幌町 1 3 - 6

小学生・中学生の親御さんは
もちろん、未就学児の親御さん
もぜひご参加ください!



講演
内容

子どもの心身の健康を守りながら、
スマホやネットと上手に付き合うた
めの家庭内ルールとは

勉強や生活に欠かせないスマホやネット。便利で楽しい一方、こんな心配はありませんか？

- ・長時間使用による生活リズムや睡眠への影響
- ・SNSでのトラブルやリアルな体験の減少

発達段階に合わせて適切にコントロールし導くことは大人の大切な責任です。スマホやネットと上手に付き合いながら、健康な未来を育てるために必要な関わり方を一緒に学びましょう！

講師

中谷 通恵 氏

子どもとメディア北海道 副代表兼事務局長

白老町に移住後、子育てサークルを結成し、ミニコミ誌の発行などに携わる。2004年にNPO法人お助けネット設立後、地域子育て支援等に従事。これまで3,000人以上の保護者相談に応じる。北海道こども施策審議会特別委員等を務めるほか、NPO子どもとメディア公式インストラクターとして、全道で情報モラル等の講演活動を行う。

参加方法・お問い合わせ

江別市子育て研修委員会事務局

☎011-385-0851

江陽中学校 担当：藤本

右のQRコードまたはURLからお申し込みください。(先着200名まで)
申込×切 11/13 (金) まで
<https://forms.gle/Fba2CbxFX9As8Jvz5>

