

## 「豊明市スマートフォン等の適正使用の推進に関する条例」 Q&A

### Q1 この条例の目的は何ですか

A スマートフォン等は便利で生活に欠かせないもの、趣味娯楽などにも有用で魅力的なツールであることは間違いありません。その一方で、人によってはそれを歯止めなく長時間使いすぎてしまうことで睡眠不足などの健康面、生活面などに支障をきたしてしまうおそれもあることから、子どもを含めた全世代に対して、家族や個々の使用について見つめなおす機会をもっていただくよう促すことが目的です。

### Q2 条例の「余暇時間」とはどのような時間ですか。

A 学校や仕事に関する時間、睡眠や食事等の時間以外の、何に使っても良い自由な時間のことです。それぞれの方がこの余暇時間をどのように使うかについては、当然使われる皆様それぞれに任せられています。

### Q3 勉強や仕事にスマートフォン、タブレット、パソコン等を使用することは。

A 仕事、勉強、生活の必要においてこれらの機器を使うことが当たり前の社会となっており、そのような目的で使うことは余暇時間外、または余暇時間中であっても考慮いただく必要はありません。

### Q4 2時間を目安とありますが、どのように算出したのですか。

A 厚生労働省が出している「健康づくりのための睡眠ガイド2023」で推奨されている睡眠時間をもとに余暇時間を算出しています。あくまで啓発として目安を示しているにすぎず、また子どもたちに対する午後9時、または午後10時までという目安も同様です。

### Q5 2時間が3時間や4時間になってもいいと書いてありましたが。

A あくまで睡眠時間から逆算した余暇時間が2時間ぐらいなので、目安として2時間としました。2時間を超えても日常生活に支障がなく規則正しい生活ができていれば問題ないと考えており、一律にみなさんに2時間の使用とするよう求めるものではありません。

趣味などで2時間を超えて使用されるケースは当然ありうるものと思いますので、日によっては2時間ぐらいにする、といった、あまりに長時間とならないような意識をお持ちいただきながら、必要な時間で活用いただければと思います。

**Q6 2時間を超えると罰則はありますか。**

A 2時間は余暇時間での使用のあくまで目安です。個人の生活リズムや生活環境がありますので罰則を設ける意図はありません。みなさんの生活になんら制限を求めるものでもありません。また、厳密に2時間を計っていただく必要もありません。

**Q7 罰則がないと守らなくても良いのですか。**

A 目安として啓発するものですので、規制する意図や罰則は当然ありません。みなさんの健康のために睡眠時間の確保は大切だと考えますが、人それぞれ生活リズムや生活環境は異なると思いますので、それぞれの環境の中で健康のために使用時間の目安を考えるきっかけになればとの考えです。

**Q8 なぜ単なる啓発ではなく条例にしたのですか。**

A 市として、睡眠時間の確保などにつなげられるよう、それぞれのみなさんが1日の生活リズムを見直すきっかけとなる、大切なメッセージとして受け取っていただきたいため条例として制定しました。

**Q9 なぜこの時期に制定したのですか。**

A 長期休暇を終えた学校生活の2学期が始まるときに、生活リズムが不安定となり体調を崩すケースが見受けられます。その時期に合わせ、睡眠時間を中心として生活のリズムを見直しましょうという意味合いで、この時期で制定を進めました。

**Q10 市で取り組むことはどんなことですか。**

A 条例の趣旨や情報の提供、啓発はもちろんですが、スマートフォン等の過剰使用に関する相談や支援にも市役所全体で支援していきます。健康、子育て、教育、生活支援などの各分野が連携して進めていきます。

条例全体の啓発に関すること：生涯学習課

乳幼児の健康に関すること：子育て支援課

健康に関すること：健康推進課

支援や困りごとの相談：共生社会課（重層支援センター）

**Q11 保護者が取り組むことはどんなことですか。**

A 特に子どもたちの生活における睡眠時間の確保が最も大切なことと考えています。

すでに子どもたちのスマートフォン、ゲーム機などの使用について家族でルールを決めている家庭も

多いと思いますが、これをきっかけとして、それぞれの家庭環境の中で、改めてご自分のご家庭でのルールや生活などについて家族で話し合い、子ども、保護者が相互で理解を深めていただく機会をしていただくと良いと思います。

また、子どもたちには、単に「2時間」「9時、10時まで」だけが独り歩きすることがないように、この条例の趣旨や睡眠時間の大切さなどの観点から説明いただければ幸いです。

#### **Q12 歩きスマホ、SNS、ゲームの弊害といったその他の諸課題はどうするのか**

A 今回は、スマートフォン等の過剰使用と睡眠時間など健康の確保という課題のみに限定しています。その他の諸課題については本市でも当然認識しており、他の自治体でも同様と思われますが、今後、様々な課題解決の中で、関連した内容については対処していくこととなると想定しています。

#### **Q13 今後、市民に対して調査等を行うのか**

A 今後、市民の皆様にはアンケートなどから調査を行わせていただくことも予定しており、引き続きその状況や意見からさらなる課題などを抽出・検討してまいります。

#### **Q14 本条例第9条に、この条例に定めていない必要なことは、市長が別に定めるとありますが、どういうことですか。**

A 一般的に、自治体では条例を運用するにあたっては、地方自治法（第14条、15条）の規程に基づき必要となる細かい事項について規則等を定めることなどにより、事務を執行することとしています。本条例第9条の規定は、条例の運用に必要な事項を定めるための規定です。

ただし、地方自治法第14条第2項では、「普通地方公共団体は、義務を課し、又は権利を制限するには、法令に特別の定めがある場合を除くほか、条例によらなければならない。」とされているため、本条例第9条により市長が別に定めることができることは限定されています。