

## ① 時間とあそぶ場所のルール

|                                         |                                                                                                              |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> つかっていい時間をきめよう。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・平日（月～金）：1日（30）分／（21）時まで</li> <li>・休み（土日祝）：1日（60）分／（21）時まで</li> </ul> |
| <input type="checkbox"/> つかう場所をきめよう。    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リビング（おうちの人がいる場所）だけで使う。</li> </ul>                                    |

## ② つかい方・アプリのルール

|                                               |                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> やるべきことを終わらせてからつかうルール | <ul style="list-style-type: none"> <li>・宿題・明日の学校の準備を終わらせてから使う。</li> </ul>                                       |
| <input type="checkbox"/> 新しいアプリやゲームを入れるときのルール | <ul style="list-style-type: none"> <li>・勝手にダウンロードや課金をせず、必ずおうちの人に相談する。</li> </ul>                                |
| <input type="checkbox"/> 動画やゲームのルール           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・動画を見ながらゲームをする「ながら使い」はしない。</li> <li>・30分経ったら、10分間目を休める（休憩する）。</li> </ul> |

## ③ お友だちとの約束・マナーのルール

|                                            |                                                                                                                          |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> お友だちや周りの人にやさしくする。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分が言われて嫌な言葉（「下手くそ」「ウザい」など）は打たない・話さない</li> </ul>                                  |
| <input type="checkbox"/> 写真や動画のあつかい        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分やお友だちの写真・動画を勝手に人に送ったり、ネットにあげたりしない。</li> </ul>                                  |
| <input type="checkbox"/> LINE メッセージや連絡     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お友だちとの連絡は夜（ ）時までに終わらせる。</li> <li>・困ったメッセージや知らない人からの連絡が来たら、すぐに保護者に教える。</li> </ul> |

## ④ 安全・セキュリティのルール

|                                             |                                                                                                                 |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ロック番号はおうちの人と共有する。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・保護者がいつでも確認できるようにしておく。</li> </ul>                                        |
| <input type="checkbox"/> 個人情報（こじんじょうほう）を守る。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・本名・学校の場所・住んでいる場所・顔写真はだれにも伝えない。</li> <li>・ゲームのフレンド申請は親と一緒にする。</li> </ul> |

## ☑ ⑤ 【自由記述】わが家だけのオリジナルルール（自由に書いてね！）

|                                   |                      |
|-----------------------------------|----------------------|
| <input type="checkbox"/> わが家ルール ① | スマホの充電はリビングでする。      |
| <input type="checkbox"/> わが家ルール ② | テレビでユーチューブは見ない。      |
| <input type="checkbox"/> わが家ルール ③ | 学校を休んだら、ネットやゲームはしない。 |

## ルールを守れなかったときの約束：

約束のしるし（サイン欄） 日付：2026年（ ）月（ ）日

お子さま： / 保護者：&lt;u&gt;