



# わが家のスマホルール

おうちの人と話し合って、守るルールに  
✓をつけて、\_\_\_\_\_に書いてみよう！



## 時間を守る

- 使っていい時間は、1日\_\_\_\_\_時間
- 夜\_\_\_\_\_時には使うのをやめる



長時間  
使いすぎないように



## きほんを守る

- スマホを\_\_\_\_\_にかさない、使わせない
- ID・パスワードは\_\_\_\_\_にかんりしてもらう
- スマホは\_\_\_\_\_など決められた場所で使う

安心してスマホが  
使えるように



## マナー・ルールを守る

- 歩きながら、自転車に乗りながら使わない
- 食事や他の人が話しているときは使わない
- 人がいやがる発言や、他人の画そう・動画を勝手に投こうしない
- メッセージを送るときは、相手にごかいされないよう、言葉の使い方に気をつける

まわりの人に  
いやな思いを  
させないように



## きけんから自分を守る

- かんたんにネットやSNSで知り合った人をしん用しない（会わない、写真を送らない）
- 下着すがた・はだかの写真はとらない、とらせない
- こまったときや心配なときはすぐに\_\_\_\_\_に相談する
- 知らない人からメッセージがきたら\_\_\_\_\_に相談する



トラブルに  
まきこまれない  
ように



## 使い方をを守る

- アプリやゲームでお金が発生するときは\_\_\_\_\_に相談する
- 写真や動画をネットに投こうするときは\_\_\_\_\_が分かる  
写真・動画を投こうしない
- 自分や友だちの\_\_\_\_\_を書きこまない



- **ルールが守れなかったとき**  
(おうちの人と決めよう)

### 決めたルールを守ります

〈サイン〉

月

日

名前

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_