わが家のスマホの約束

親子で話し合って書きこもう ｜ 見えるところに貼っておこう

1 使う時間

平日は1日 ＿＿＿＿ 時間まで　　休日は1日 ＿＿＿＿ 時間まで

2 使っていい時間帯

朝 ＿＿＿＿ 時から　夜 ＿＿＿＿ 時まで　夜 ＿＿＿＿ 時になったら、

スマホは ＿＿＿＿＿＿＿＿ で充電する（例：リビング）

3 使ってはいけない場面

☐ 食事中　☐ 勉強中　☐ 寝る前（布団の中）

☐ 歩きながら・自転車に乗りながら　☐ 家族と話しているとき

その他：＿＿＿＿＿＿＿＿

4 SNS・ネットの約束

☐ 知らない人とつながらない・会わない

☐ 自分や友だちの写真、名前、学校名をのせない

☐ 人を傷つける言葉を書かない

☐ 困ったこと・こわいことがあったら、すぐ家族に話す

5 お金（課金・買い物）の約束

☐ 課金やネットの買い物は、必ず家族に相談してから

1か月に使っていいのは＿＿＿＿ 円まで

6 約束が守れなかったときは

＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

7 約束を見直す日

＿＿＿＿ 月 ＿＿＿＿ 日（家族で話し合って、ルールを見直そう）

わたしは、この約束を守ります。

子ども ＿＿＿＿＿＿＿＿

年　月　日

家族も、いっしょに約束を守ります。

保護者 ＿＿＿＿＿＿＿＿