

## 親子で決めよう 通信機器のルール

4年	人数(人)
30分に1回、目を休める。	2
1日にやる時間を決めてする。	6
変なサイトに行かない	2
課金や購入はしない	5
使用時間は1日に2時間まで。	6
1時間遊んだら、30分休む	1
1日30分まで	3
始める時は親に確認をとる。	2
宿題などやるべきことを終わらせてからにする。	14
ゲームとYouTubeは3時間まで。	1
21時までにはやめる。	13
家の人がいる時に使う。	5
ゲーム、YouTubeは1日1時間、土日は2時間。	2
スマホ・タブレットで、ゲーム・YouTubeはしない。かわりにPC(フィルター付)でのwebブラウジングはしても良い。デジタルメディアレシーバーでのYouTubeの視聴は良い。	1
20時以降はYouTubeやゲームをしない。	2
ゲームやYouTube、スマホ等は1日1時間以内。	8
平日はYouTubeは30分以内。お休みの日は1時間以内。	1
在宅時はスマホを親に預ける。	1
必要な場合は、親の許可を取る。	3
土日のゲームやタブレット(動画視聴)の使用は、1時間半まで。	1
平日にお父さんとスマホを見る時は、30分以内。	1
アプリの使用は親に通知が届く設定にしている。	1
22時までの使用	1
ゲームは休みの日と休みの前だけしてもいい。	1
ゲーム、インターネット、LINEは朝7時～夜10時まで	1
switchが2時間で切れるように設定している。	1
寝る前に使用しない。	1
YouTubeは30分まで、ゲームは1時間まで。	1
家族が使っても良いといったアプリ以外は使わない。	1
1日に観れる動画の数は12個までにします。	1
1か月に決まった事項を7回おろそかにした場合は、その月は観れない。	1
YouTubeは1日10分間。	1
ゲームは休日のみ、1日45分間。	1
休憩時間をはさむ。	1
宿題が終わるまでタブレット没収。	1
スマホ、ケータイは子どもケータイ以外使わない。	1

個人情報と言わない. 書かない。	1
知らない人・会ったことのない人とやりとりをしない, フレンドにならない。	6
ゲームをしない。	1
目的を持って(調べるなど)インターネットを使用する。	1
約束を破ったり, 変なサイトにアクセスした時は親に伝える。	1
休みの日は2時間まで使っても良い。	2
友達と連絡をとる時は, 親に内容を知らせる。	1
勉強やお手伝いをした時間の分だけ使用できる。	1
親に言われたらすぐやめる。	1
タブレットやゲームをした後は3時間空ける。	1
閲覧履歴を管理する。	1
サイトの制限。	1
ゲームやYouTubeは休日のみ。	2
スマホのゲームを控える。	1
TVゲームは, 休日のみで, 2時間まで。	1
動画視聴は, 週2回で20時まで。	1
20時になったら親に預ける。	1
平日は1日1時間まで。	1
成績が下がったらゲームを止める。	1
お手伝いを必ずする	1
暗い所で携帯・ゲームをしない	1
ゲームをする時は目が悪くなるのでTVでする。	1
ゲームやYouTubeは19時半までにする。	1
お金がかかるかわからない時は大人に聞く。	1
分からないところを勝手に触らない。	1
寝る1時間前にタブレットを預ける。	1
1日1時間半見たらもう見ない。	1
18時になったら, 親に預ける。	1
ダウンロードをする時は, 必ず親に確認承諾をとる。(何かを入れる時, アプリ, ゲーム, 写真加工など)	1
SNSは, 親のいるところ, または一緒にすること。(やりとりなど確認させること)	1
悪口や批判や人を傷つけてしまうような言葉を使わない, 書き込まない。	2
21時になったら, 夜ふかしをせず寝る。	1
ずっとスマホをさわらない。	1
ゲームを30分したら, 30分休憩(長時間続けてやらない)	1
設定や通信で困ったことがあったら必ず相談する	1
19時以降はYouTubeを見ない。	1
タブレットは寝る前に見ない。	1
タブレットやゲーム等見る時は目を離してする。	3
YouTubeを見る時は勝手に広告を押さない。	1

20時半以降はしない	2
ゲームやYouTubeの時間は1日30分～1時間まで	1