

親子で一緒に考えよう！スマホ・ゲームの使い方

「守ることができるルール」を作るために、まずは「保護者」と「子ども」の考えを共有して、話し合しましょう。それぞれの考えを共有したら、それをもとに2ページ目のルールを一緒に作りましょう。

1 子どもがスマホやゲームを使ってもよい時間は？

保護者の考え

子どもの考え

平日 ____ 時まで 合計 ____ 時間

平日 ____ 時まで 合計 ____ 時間

休日 ____ 時まで 合計 ____ 時間

休日 ____ 時まで 合計 ____ 時間

以降、チェック欄を2個ずつ用意しています。左側に保護者、右側に子どもがチェックを入れてください。

2 スマホやゲームを使ってもよい場所は？

スマホ… ☐保 ☐子 リビング

☐保 ☐子 自分の部屋

☐保 ☐子 外出先

ゲーム… ☐保 ☐子 リビング

☐保 ☐子 自分の部屋

☐保 ☐子 外出先

3 スマホやゲームを使ってもよいときは？

スマホ… ☐保 ☐子 歩いている時

☐保 ☐子 食事中

☐保 ☐子 電車の中(通話)

☐保 ☐子 電車の中(通話以外)

ゲーム… ☐保 ☐子 歩いている時

☐保 ☐子 食事中

☐保 ☐子 電車の中

4 SNS に投稿してはいけない内容は？

☐保 ☐子 学校名 ☐保 ☐子 自分が作った作品 ☐保 ☐子 顔が写っているもの ☐保 ☐子 住んでいる地域がわかるもの

5 メッセージで送ってもよい内容は？

☐保 ☐子 遊びの約束

☐保 ☐子 仲間うちのいじり

☐保 ☐子 悪口

☐保 ☐子 うわさ話

6 スマホを使っていて、保護者に相談した方がよいときは？

☐保 ☐子 注意や警告の画面がでたとき

☐保 ☐子 年齢を確認する画面が出た時

☐保 ☐子 名前や電話番号を入力する画面がでたとき

☐保 ☐子 別サイトに飛ばされるとき

7 スマホで撮ってもよい写真は？

☐保 ☐子 風景

☐保 ☐子 友達

☐保 ☐子 有名人

☐保 ☐子 友達・有名人(本人の同意をもらったとき)

8 アカウント情報を教えてもよい人は？

☐保 ☐子 家族

☐保 ☐子 仲のよい友だち

☐保 ☐子 知り合いの大人

☐保 ☐子 ネットの友だち

わが家のスマホ・ゲームルール

話し合って決めたルールを記入しましょう。

1 スマホやゲームをつかってよい時間

2 スマホやゲームを使ってよい場所

3 スマホやゲームを使う時のマナーについて

4 その他のルール①

5 その他のルール②

6 ルールを守れなかった時はどうする？