

## 家庭でのルール作りの例

- 使用時刻だけでなく一日の使用時間を決める。
- スマホを自分の部屋に持ち込まない。
- 居間やリビングに充電器を置き、スマホを使用しない時はそこへ置く。
- スマホやゲーム機を学校に持って行かない。
- テスト週間、テスト期間中は使用しない。
- 食事中や入浴中、学習中は使用しない。
- 家族、友だち、先生などと一緒にいるときは使わない。
- 相手に大事な事を伝えるときは、直接ことばで伝える。
- スマホやゲーム機を使いながら歩いたり自転車に乗ったりしない。
- 使ってはいけない場所では使わない。
- メールを利用する目的を決める。
- 自分の自慢話や人の噂話、悪口を書き込まない。
- 怪しいサイトにアクセスしない。
- 名前、住所、電話番号、学校名、顔写真等の個人情報、誰のものでも送信したり掲載したりしない。
- 自分の電話番号やメールアドレスを人に教えるときは、おうちの人に相談してからにする。
- チェーンメール※を転送しない。
- アプリは信頼できるものだけを利用し、ダウンロード時は同意事項を必ず確認する。
- 有料サイトの利用や有料アプリをダウンロードしたい場合は、おうちの人に相談する。
- インターネット上で知り合った人とは会わない。
- 知らない人からメールが届いたら、返信したりせず削除する。
- 知らない人から電話がかかってきたら、電話に出ない、かけなおさない。
- 暗証番号、パスワードは保護者に教える。
- フィルタリングサービス※は必ずつける。
- 決めたルールを守らなかつたら、一定期間使わせない。
- インターネット上のやりとりで困った時は、おうちの人や学校の先生に必ず相談する。

※ 「チェーンメール」とは、送付されてきたメールを何人かに送付して欲しいというもので、送付しないと災いがある等、根拠のない文面である場合が多い。

「フィルタリングサービス」とは、有害サイトへのアクセスを規制するサービスのことである。