

親子で決めよう 通信機器のルール（集計）

2の3	
1	時間を決めて使う
2	お父さん、お母さんの決めた時間を守って見る。
3	遊ぶのは1日2回(学校が休みの日は3回)までにする
4	1回に遊ぶ時間は30分以内にする(30分に設定済み・自分のタブレットで遊ぶ時も30分以内にする)
5	インターネットの利用時間は1回に30分まで、など時間を決める。
6	平日30分、休日45分など時間を決めてやる。
7	休日は1時間まで
8	1日1時間以内とする
9	YouTubeを見る時は1時間以内になっている。
10	1時間以上、続けてしないようにし、目や頭をしっかり休める。
11	平日は1時間、休日は合わせて2時間以内の使用にする。
12	21時以降は、使用しない
13	20時までゲームOK。20時になったらゲームを親に預ける。
14	時間を言われた通り守る
15	宿題や準備が終わるまで使わない
16	宿題など、やる事が終わってから使う。
17	勝手にアプリをダウンロードしたり、アップデートしたりしない。
18	アプリをダウンロードする時は必ず母に確認をとる。
19	分からない画面が出たら親に聞く
20	親と一緒にいる時しか使用しない
21	携帯で遊びに行く時は親に伝える(父親か母親の携帯で遊ぶ)
22	親のスマホを借りて調べものや探し物をする時、関係ないボタンなどに触らない。
23	知らない人とは話をしない
24	汚い言葉を使わない、使ってしまった時はゲームをやめる
25	お金を使いたい時はおねがいで許可をもらってから
26	ゲームでお金のボタンはおさない。
27	夜はネットにつながるゲームはしない
28	寝室では使わない
29	ご飯の時は使わない
30	フィルタリングを利用する
31	歩きスマホをしない
32	お休みの日以外はスマホを見ない。
33	年齢制限のあるものはしない、または守る。
34	ブルーライトカット眼鏡を使う。