電子メディアの使用ルールづくりの参考となる例を掲載しましたので、家庭内のルールとしたい項目にチェックを付けたり、空欄を埋めるなどしてお使いください。

電子メディアに関する家庭のルールづくりシート

石狩市教育委員会

* スマートフォン（スマホ）
* タブレット端末・パソコン
* ゲーム機
* 市教委貸与タブレット端末（１人１台端末）
* その他（　　　　　　　　　 　　　　　　　　）
* 夜（　　　時　　　分　）を過ぎたら使いません
* 寝る（　　　　　）時間（分）前からは使いません
* １日の使用時間は　　平日は（　　　　　）時間（分）以内にします

　　　　　　　　　　　　　 休日は（　　　　　）時間（分）以内にします

□ 友達とSNSやチャットをする時間は（学級・学校）ルールに従います

* 食事中・（　　　　　　中）は使用しません
* 自転車運転中や歩きながらは使用しません
* 公共の施設や電車・バスの車内ではマナーを守って使用します
* 市教委貸与タブレット端末は学校のルールに従って使用します
* 勉強など、やるべきことを優先します
* スマホ等はペアレンタルコントロールの設定をして使用します
* スマホ等はフィルタリングを設定して使用します
* 年齢制限のあるゲームは、対象年齢を守って使用します
* 自分や友達の個人情報（氏名や住所）、写真などはネットに公開しません
* 友達の悪口など、トラブルになる情報はネットに書き込みません
* ネット・ゲームで知り合った人に、写真を送りません。実際に会いません
* 寝るときや必要のないときはリビングに置いておきます
* このルールが守れなかった時は、親にスマホを（　　　　日間）預けます
* ルールを変更したい時は、親に理由を説明してよく話し合います

□ 不安や困ったことがあったらすぐに保護者に相談します

□ いしかりふれあいＤＡＹのルールを守ります

□ 上記以外の家庭のルール

**ルール対象**



**使用時間**

**使用マナー**

**使用方法**

**そ の 他**

**電子メディアを使用する時は 上記のルールを守ります**

 　　　　年　　　　月　　　　日

児童生徒氏名