

一日にゲームなどの趣味で使用する時間は1以内にす、勉強で使うときは時間制限はなし。
ハッキングされたら親に伝える。
22時以降は使わない。
ラインで人の悪口を言わない
何かに巻き込まれたりしたら必ずすぐに親に伝える。
・スマホの使用時間は平日は午後4時から7時、
休日は1時間や1時間半など時折休止時間を設けつつスマホをらせるよう制限している
・スマホを見るときは、時間を決めて、それを守る。
・タブレット使用時は、何に使うか知らせてからにする。
・ライン等で、けんかしたり、悪口を書き込まれたときは、必ず母に言う。また、自分がそんなことをしない。
・機械が故障したときは、必ず父に言う。
・インターネットで、知り合った人と、簡単に会わない。
・変なサイトを開かない。
・勝手にアプリをインストールしない。
① 使用できる時間帯を決めてあり、特例で調べものがあるときは短時間だけ使用
② 使用できない時間帯はスマホは親が保持
夜遅く使わない
人の悪口、噂などを立てない。
人が傷つく言葉や勘違いする言葉はさける。
ごはん、お風呂、トイレ、歩くときなどスマホを触らない。
・トラブルに巻き込まれないようにする。
・ネットに気軽に投稿しない。
・ゲームをしすぎないようにする。
・勉強の時遊びに使わない。
・22:00～はスマホ、タブレットを遊びで使わない。
・使える時間が15分に制限されていてそれ以上使いたいときは許可をもらわないと使えない設定になっている。
・トラブルに巻き込まれないように普段から気を付けて使う。
①スマホを触る時間は、両親の許可を得てから、触る。
②インスタグラムなど、勝手に登録しない。
③変なサイトに入らない。
④知らない人とSNSで、つながらない。
⑤時間を決める。→ダラダラしないように！！！！
・使う場所はリビングなどWi-Fiがある場所のみ。・ネットで知り合った人を簡単に信用しない。
・使う時間は一時間（無くなりかけてる。守ってない。）
・使用時間は21時まで
・悪口、個人情報などは書き込まない
・怪しいサイトには入らない
・トラブルに巻き込まれたらすぐに親に伝える
・勝手にアプリをダウンロードしたり、お金を使ったりしない
・時間を決めて使い、生活リズムに支障をきたさないようにする
携帯を使う時間は、朝の9時から夜の20:30まで。
ラインのグループラインは、部活やクラスなど以外のグループラインはできるだけ入らない。
テスト期間は、できるだけ使わない。
携帯を使っているときに、トラブルに巻き込まれたときは、必ずお母さんに伝える。
携帯を使ってもいいが、宿題（勉強）を終わらせてからにする。
・ゲームは1日30分以内
・新しいアプリを入れたい時は、親に聞いてからにする
・グループラインにはあまり入らない
自分の部屋にiPadをもっていかない
やることはしっかりとやる
①スマホ使用時間は月曜から木曜は1時間、金曜は1時間15分、週末は1時間半まで(強制的に使いなくなるように設定されている)
②タブレット(プライベートの)の使用時間は一人30分まで(3人で30分ずつで1時間半以上ゲーム・お絵かきアプリを使用すると強制的に一部のアプリが使えなくなるように設定されている)
③自分のスマホではサイト(chromeが使用できなくなっている)を開けない
④タブレットを遊びで使用する場合、できるだけ親の目に届く場所で使用する
(⑤YouTubeを見るときはテレビで見る)

基本、リビングで使用する。
<ul style="list-style-type: none"> ・一日の利用制限は2時間30分 ・リビング以外では使ってはいけない。 ・使用していい時間帯は6時半から22時まで。 ・勝手にアプリをインストールしてはいけない。アインストールも ・9時以降は返信しない。 ・個人が特定できるような写真などを載せない。 ・ゲームで課金しない。 ・ネットだけの情報がすべてではないので、簡単に信じないようにする。
使用時間は基本22時まで、不正なアクセスはしない、知り合い以外は友達追加しない、SNSで人の悪口、画面のスクショなどをしたりしない、テスト前は必要以外には触らないなどです。
親がいつ見てもいいようにする。
ゲーム系は一日2時間まで
ごはん中は使わない
自分の部屋には持ってかない
10時半以降はスマホを使わない
1、学校のグループラインには入らない。
2、SNSなどは使用しない。
ゲームは一日2時間
①安心フィルターをかける。
②21時半以降はスマホが使えない設定にしてある。
③インスタグラムに投稿しない。
<ul style="list-style-type: none"> ・スマホは平日1時間～2時間まで、休日は2時間から3時間まで。 ・Twitter、Instagram、TikTokなどは高校生まで使わない。 ・ゲームなどはいれない。 ・スマホが使える時間は夜12時まで。
勉強もする🔄
携帯の使用時間制限
名前、住所、などの個人情報を我が家では書き込んだり教えないのを守ればよいのと、あまり遊びすぎることがないようにすればよいというルールになっています。
<ol style="list-style-type: none"> ① 人が話をしている時は、スマホを見ない、触らない ② 親に内緒で、スマホから買い物をしてしない ③ 寝転がってスマホをしない ④ ラインの使用ばかりではなく、実際の会話も大切にする ⑤ 一呼吸おいて相手の気持ちを考えてから、言葉を選ぶ
ゲームと勉強のメリハリをつける
時間を決めて行動する
<ul style="list-style-type: none"> ・自室には持ち込まない（リビング、ダイニングのみ） ・夜12時以降は使わない ・アプリなどをダウンロードするときは親に許可を得る ・SNSなどで人の悪口を言わない ・個人情報の取り扱いに注意する
スマホを自分の部屋にもって行ってはいけない。使用時間は一時間内、6時～9時まで。
アプリを入れるときは、親の許可をとる。インターネット使用時に、トラブルに巻き込まれた場合、必ず親に伝える。ラインで人の悪口や文句を言わない。チェーンメールは送らない。外でWi-Fiを使わない。
スマホに、利用時間の制限をかけています。
トラブル回避のため、SNSは使用させていません。
ネット上に余計なコメント等を書かないよう、声がけをしている。（親が）
以上。
<ul style="list-style-type: none"> ・家の中で使用するときにはリビングでする ・使うのは10時半まで ・アプリをインストールするときは親に伝える ・個人情報は載せない
<ol style="list-style-type: none"> 1 スマホを触るのならば5分しかダメ 2 ゲームやアプリを勝手に入れたらダメ 3 SNSやインスタグラム、Twitterはやったらダメ

SNSへの書き込みはしない。
勝手にアプリのダウンロードはしない。
9時以降は使わない
1日一時間以内
LINEで人の悪口や文句を言わない。
・アプリを勝手に入れない ・人の悪口を書かない
①スマホやタブレットは親の許可を得て使用する。
一日の使用時間は2時間以内にする。
ラインで人の悪口や文句を言わない。
長時間スマホを使用しない。
近視にならないよう、連続して長時間使用しない、またある程度の距離を保つ。
グループラインに参加するときは、親と相談。
時間が決まっている
載せたりしない
・夜9時～朝7時まではスマホの電源を切っておく。使用禁止。 ・グループLINEに入るには親の許可が必要。基本的には入らない。 ・LINEに新しく人を登録するときは親に許可を得る。 ・平日は1時間、休日は2時間の使用制限有。 ・中学生用のフィルターをかける。(有害サイトに繋がらないように) ・寝室にスマホを持ち込まない。
① ゲームは、45分
② すべて合わせて、使用時間一時間
③ スマホは、自分の部屋に持っていかない。
ネットに個人情報を書き込まない。
危険なサイトには入らない。
ネットで買い物をしない。
危険なサイトに入らない。
誹謗中傷しない。
スマートフォンを使っていて困った事があったら親に相談する。
スマホ、ゲームは1日1時間。
・スマホの使用する時間帯は6：30～9：00まで1日のスマホの利用時間は3時間まで ・スマホでLINE以外のSNS(twitter・tiktokとか)は利用しない ・基本リビングで使用する(スマホ・iPad) ・YouTubeで動画を見るのはやることが終わってから
緊急のことがないかぎり使っているのは夜の10時まで
悪口言わない
・やるべきこと(宿題や、身支度など)をしっかりと終えてからスマホを使う。 ・用事が発生したら、すぐに止めて片付ける。 ・就寝時間(23時頃)になったら、すっぱり止める。 ・怪しいサイトにアクセスしない。 ・トラブルに巻き込まれた場合、親に速報する。 ・グループLINEに極力入らない。
夜遅くは、使わない。
何かあったら親に報告。
スマホは高校から。
①使用時間は朝7時から夜9時まで。②フィルタリングを外さない。③九時以降はリビングの指定位置に置く。
④利用したいアプリがあるときは親に確認する。⑤1日の利用時間は、1時間。週末は2時間まで。⑥SNSは、知らない人、直接あったことのない人は、友達登録しない。⑦面と向かって言えないことは、メールやLINE
でも言わない。⑧身に覚えのないメールは開かないで消去する。知らない番号からの電話にはでない。
⑨有害サイトや、違法サイトにアクセスしない。⑩個人情報、他人の悪口を書き込まない。
①学校用タブレットは遊びに使わない。
②ネット上で人の悪口を書き込んだりしない。
③勝手に設定をいじったりしない。

<ul style="list-style-type: none"> ・通話は9時まで ・使用は12時まで ・離してみる
<ul style="list-style-type: none"> ・インターネットを使う時間は22:00までにする。寝る前に見ない。 ・勝手に人の写真をlineなどで送らない。また、人の気持ちを考えて発言する。
<p>①インターネットの使用時間は一時間以内にする。</p> <p>②ゲームは使用しない。</p> <p>③危険なサイトにアクセスしない。</p>
<p>ゲームは2時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・20:00以降は使わない ・スマホを使うときはリビングで使う ・1日2時間まで ・怪しい広告が出たときには親にすぐ伝える ・知らない人とは繋がりを持たない
<p>夜遅くまで使わない</p> <p>ラインで悪口を言わない</p> <p>友だち追加するときには親に聞く</p> <p>変なサイトはみない。などなど</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・やる時間はほどほどに。 ・掲示板等には書き込まない。 ・怪しいサイトはひらかない。 ・ネット上で知り合った人には会わない。 ・人の悪口をネット上で言わない、書かない。
<p>①携帯の使用は1日1時間</p> <p>②LINE以外のSNSの使用禁止</p> <p>③携帯の使用はリビングのみ（部屋での使用は認めない）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習以外の目的で使用するときは、21:00までとする。 ・ラインで人の悪口を書かない。 ・グループラインには極力参加しない。 <p>〔最近、強制参加の機能があるため、友人には事前に参加しないことを伝えておく。〕</p>
<p>ゲームを入れない。ツイッター インスタグラムなどを入れない。いちにち二時間以内</p>
<p>ゲームは二十時半まで</p> <p>その他ライン、Twitterなどは二十二時まで（スマホの制限が二十二時までなので）</p> <p>その他は特にありません。</p>
<p>ケータイ「スマートフォン」を使う間</p> <p>夜の10時から11時までの間にしている。</p> <p>あまりSNS関係は、なるべくしないようにしている。</p>
<p>①タブレットの使用は平日は2時間まで、休日は3時間までにする</p> <p>②時間は22:30までに終える</p> <p>③二階にはタブレットを持って上がらない</p> <p>④人の悪口や噂話は言わない</p> <p>⑤勝手にアプリやデータをダウンロードしない</p>
<p>スマートフォンは22:00までの制限だが勉強の妨げになるような使い方はしないようにすると</p> <p>スマートフォンを使用している時に困っていることがあればすぐに親に言うこと</p>
<p>22:00以降はスマートフォン・タブレットを触らない。</p> <p>ゲームは決められた時間内にやる。</p>
<p>ゲームの時間は1時間10分</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・スマートフォン23:00まで。 ・宿題など、やるべきことが終わったらゲームなどをしても良い。 ・知らない人とやり取りをしない。 ・メールなど、開いてもいいものか、自分で判断できないときは言う。

- ・平日は2時間、休日は3時間半
- ・テスト中は自分の部屋に持って行かない（リビングでは○）
- ・休憩をとる
- ・個人情報をSNSにあげない
- ・知らない人とやり取りをしない
- ・携帯の使用時間は11時まで
- ・ラインで、人を傷つけるようなことをしない

一週間の平均スマホ使用時間は1時間

知らない人とはチャットしない

- ・個人情報または個人の特定につながる情報を上げない。

- ・(全般)使用は2200まで。
- ・危険と思われるサイトにアクセスしない。
- ・基本、情報を鵜呑みにせず疑ってかかる。
- ・自分で判断して情報を選別する。
- ・異常を感じたらすぐに相談する。

- ・自分の部屋に持っていかない。

- ・LINEで悪口を言わない。
- ・トラブルに巻き込まれたらすぐに言う。
- ・変なメールが来たら言う。

(2時間の時間制限、10時以降は使えない、アプリは親が許可しないと入れることが出来ない等の制限が設けられています)

スマホの使用時間を朝七時から夜十時までにする。

- ・インスタグラムやTikTokなどの不特定多数の人が閲覧するものに投稿したり、個人情報を載せたりしない
- ・アプリ内の課金はしない
- ・よく分からないメール、URLをむやみに開かない
- ・スマホをリビングのみで使用する
- ・スマホの使用時間は5:00～23:00まで、ゲーム系やインスタ、TikTokは一日当たり30分。

① 使用できる時間帯を決め、調べものがあるときは短時間だけ使用させている

② 使用できない時間帯はスマホは親が保持

スマホはリビングで使う。(2階に持っていかない)

アプリを新しくインストールする場合は親に確認する。

知らない人と友達にならない。

①ゲームや動画を見る時は1回30分とし、うっかり時間を忘れないようにタイマーを使っている。

②見た後は30分以上目を休める。

③22時～9時(翌日)は使えないように設定している。

ゲームは1日1時間前後。

新しいアプリなどを入れるときは親に必ず伝える。

人の悪口は言わない。

- ・SNSは1日2時間まで
- ・トラブルに巻き込まれたら必ず親に伝える
- ・ラインで人の悪口などは絶対に言わない
- ・勝手にアプリをダウンロードしたり、ものを買ったりしない
- ・知らない人の連絡先は登録しない
- ・オープンチャットなどには参加しない

インターネット使用時に、トラブルに巻き込まれた場合、必ず親に伝える

ゲーム時間=45分 それ以上は、時間を決めて、親に許可をもらう。

個人情報を言わない

スマホを持っていないのでスマホを持つ時は、ルールを決める。

ゲーム上で人の悪口や文句を言わない

<p>①スマートフォンの使用時間は7：00～9：00までの間にする</p> <p>②ゲームアプリはインストールしない</p> <p>③インターネット使用時に、トラブルに巻き込まれた場合、必ず親に伝える</p> <p>④LINEで人の悪口や文句を言わない</p> <p>⑤LINEでは人の気持ちを考えて送信するようにする</p> <p>⑥知らない人とのつながりを作らない</p> <p>⑦勝手にアプリをインストールしない</p> <p>⑧SNS（LINEなどの連絡ツール以外）に書き込みをしない</p> <p>⑨見たことのない電話番号や知らない人から来たメッセージは無視して親に伝える</p> <p>⑩他人の個人情報を勝手に広めない</p>
<p>①使用する時間帯は21：00までの間にする</p> <p>②一日の使用時間は15分以内にする</p> <p>③何かインターネット上でトラブルが起きたら電源を切ってすぐ親に伝える</p> <p>④リビングの特定の場所に置いておく</p> <p>⑤ラインで人の悪口や文句を言わない 人を傷つけることはインターネット上で言わない</p> <p>⑥匿名は匿名ではないことを知る</p>
<p>1時間毎に休憩を挟む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・時間を決めて使用する ・自分がやられて嫌だと思ふ書き込みなどは絶対にしない ・知らない人とやりとりしない
<p>危険なサイトにアクセスできないようにフィルターをかける</p> <p>一日にスマホを触っていい時間を決める</p> <p>個人情報を流出しない</p> <p>顔の见えない人や知らない人とメールをしない</p> <p>学習などの必要な時以外の使用時間は30分ほどまで</p>
<p>怪しいサイトにアクセスしない</p> <p>①人が嫌だと思ふ事を書き込まない</p> <p>②ネット上で不信に思つた時点で、必ず親に相談すること</p> <p>③時間を守る</p> <p>④話をする時は、携帯電話を置く</p>
<p>使える時間30分以内</p> <p>親がいるところで使う</p> <p>良い姿勢で使用する。</p>
<p>1時間くらい使つたら30分くらい休憩する。</p> <p>寝る前のスマホ・タブレットは控える。</p> <p>使用するのは必要と思ふが、使用内容をよく考えて使う。</p> <p>例) 勉強や自分に必要なこと、向上することに使う。</p> <p>スマホは基本、やる事が全て終わつてから。</p> <p>食事中は見ない。</p> <p>平日1時間30分、休日3時間以上はNG×</p>
<p>ゲームは1日30分</p> <p>夜は21：30まで</p> <p>インターネット使用時にトラブルに巻き込まれたら、必ず親に伝える</p> <p>・YouTubeなどの動画を見るときは、1日2時間程度</p>
<p>①インターネットを使う時には、やる目的を親に伝えること。</p> <p>②人の悪口を書いたり書き込んだりしない。</p> <p>③相手の立場も考える。</p>
<p>アプリで許可なく課金をしない。</p> <p>外で動画を見ない。</p> <p>SNSで発信しない。</p> <p>自分が特定されるようなことはネットに出さない。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何かあつたら親に相談する。 ・何か買うときは時間があるときに親と一緒に買う。 ・寝るときは寝室以外で充電しておく。
<p>①決まりがない</p> <p>②伝えない</p> <p>③当たり前</p>

<p>①スマホはリビング以外で使用しない。</p> <p>②一度に長時間使すぎない。(連続して使えるのは三十分から一時間)</p> <p>③アプリをインストールするときは許可制。</p>
<p>17時から18時半と22時から23時までの間に使用する。(それ以外の時間は使用制限がかかって画面が開けない)</p> <p>危険な行動をしない</p> <p>親への態度が悪かったら没収</p> <p>ゲームなどはその日のぶんの勉強が終わってからする。</p>
<p>家族での共有タブレットなので、SNS関連の決まり事は全くありません(そもそもSNSを一切しない)。</p> <p>時間は、見過ぎは良くないということですが、明確な基準はなく、時間の制限もありません。</p> <p>お金が発生するものは親に話す。</p> <p>あまりSNSで他の人と話さない。</p> <p>これらは大体暗黙の了解で過ごしてます。</p> <p>・欲しいものがあつたときに、親に相談する。・SNSは、LINEしか入れない。</p>
<p>やりすぎには注意する。</p> <p>9時以降はやらない。</p> <p>平日1時間以内、休日3時間以内。(テスト習週間を除く)</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・Twitter、Instagram、TikTok等のLINE以外のSNSは禁止 ・習い事や外出時などの連絡が必要な場合のみスマートフォンを使える(必要がない日は使わない) ・必要がない日は基本使用を禁止とするが、単語テストでなんか満点取ると、1ページごとに10分貸してもらえる ・テストで目標の点数を下回った場合、3週間の没収 ・勉強に集中するためテスト10日前から終了まで没収 ・YouTubeや、その他ネットではコメント厳禁 ・他人へのスマートフォン貸し借りは禁止 ・ネット友達やオープンチャットなど見ず知らずの他人と話すことが出来る機能は利用禁止 ・アプリのインストールは事前に許可をとる ・夜9時半以降はスマートフォン及びゲームは禁止 ・友達とオンラインでのゲームは一日30分まで ・課金禁止 ・LINEやメールの内容は"抜き打ち"で確認させる ・通信料は増やさない(一ヶ月3ギガ)
<ul style="list-style-type: none"> ・平日にゲームをしない ・寝る一時間前にスマホやタブレットを使わない ・知らない人とラインをつながない ・勉強以外(Youtubeとか)では1時間まで
<p>塾がある日は夜10時まで塾がない日は夜9時までにする。</p> <p>食事の時は使用しない。</p> <p>ながら使いはしない。</p>