

SNS家庭ルール（3月15日提出まで）

各ご家庭から頂いた情報です。

- ・使う場所はリビングだけ、時間も決められた時間内に使う
- ・夜遅くにLINEしない
- ・ゲームは時間を決めて行う
- ・スマホの使用時間（22時）を守る
- ・9時までにスマホをやめる
- ・リビング以外では使わない
- ・時間を決めてやる
- ・時間を決めて使うようにしている
- ・夜22時になると強制的にスマホの電源をOFFにします
- ・22:00～使用しない
- ・スマホ利用は23時まで
- ・22時以降は電源を切る
- ・スマホは必ずリビングで使う
- ・使うのは夜9時まで
- ・ケータイの使用時間を決める
- ・時間を決めてやり取りする
- ・見える所でスマホを触るのでOK
- ・言わなくてもスマホを使う時間決まってるので安心（22時まで）
- ・1日の使用時間の管理
- ・スマホを使っている時間がどれくらいか意識する
- ・時間、内容制限
- ・10時までLINE、電話連絡のみの使用
- ・9時以降は使わない
- ・スマホの時間を決めて自分の時間を決める
- ・22時以降使用しない
- ・使用時間、使用できる場所など決めている
- ・時間制限
- ・23時以降はケータイを自分とは別の部屋に置き、使用しない
- ・ケータイは1日4時間以内にする
- ・時間を（希望する時間帯を含む）決めて、ロックをかけない
- ・7:00～21:00まで使用できるが、それ以外はロックをかける
- ・1つのアプリにつき1時間使用できる
- ・スマホとゲームの時間は、1日3時間とする
- ・スマホは1日2時間半
- ・ユーチューブ等は平日1時間半、土日2時間まで
- ・朝は使わない
- ・テスト1週間前から、LINE禁止
- ・スマホを使う時間を調整して、自分の為の時間を作り大切にする
- ・タブレットは夜10時まで
- ・寝る直前までスマホを見ない（ブルーライトが睡眠の質を悪くするため）
- ・時間を決めてスマホの使用
- ・利用時間に気をつける
- ・寝る前の使用禁止
- ・スマートフォンは1日1時間以内
- ・時間を決めて使うこと

- ・ LINE など時間制限
- ・ 1 日スマホの利用時間合計 2 時間以内
- ・ 夜遅くまで使用しない
- ・ 個人情報を教えたり、知らない人と会ったりしない
- ・ 写真や動画を拡散させない
- ・ トークやタイムラインなどを上げない、コピらない
- ・ 勝手に人の写真をのせない
- ・ 画像（自分、友達）を送ったりしない
- ・ 個人情報を流失しないようにする
- ・ 知らない人に個人情報を教えたりしない
- ・ 知っている人とかしか連絡しない
- ・ 個人情報を教える時は親に確認してから
- ・ 個人情報につながる事は載せない
- ・ SNS などで知らない人とやりとりをしない
- ・ 知らない人とはつながらない
- ・ 個人情報の流出に注意
- ・ 知らない相手とやりとりしない
- ・ 友達の写真などを勝手に使用しない
- ・ 個人情報（自分も他人も）を載せない
- ・ 写真は友達が写っているときは SNS などにのせない
- ・ インスタグラム等は、非公開にし、フォローリクエストが届いた場合は必ず相手を確認してから承認するようにする
- ・ 写真は、許可なく投稿しない
- ・ 写真、動画を許可なく撮影、掲載したり、拡散させたりしない
- ・ 個人情報を教えたり、知らない人と会ったりしない
- ・ 写真、動画をむやみに投稿・掲載しない
- ・ SNS でコメントしない
- ・ 個人情報を教えない
- ・ 自撮り写真を送らない
- ・ 写真は家族の間で送受信を許可する（特に人物は気をつける）
- ・ 個人情報を流失しない
- ・ ネットで知り合った人と実際に合わない
- ・ グループラインなどは、特に相手の気持ちを考えて言葉にも気をつける
- ・ 友達の悪口等を送ったりしない
- ・ 自分が言われたら嫌な事は書き込まない
- ・ 人の悪口をいわない
- ・ 送信前に文面をよく考えてから送信する
- ・ 個人情報の取り扱いは細心の注意を払う
- ・ 友達が嫌な気持ちになるような言葉は送らない
- ・ 人を傷つけるような書き込みやメールなどをしない
- ・ 送信前に自分の打った文を必ず読み返す
- ・ 大事なことは LINE などの文章だけではニュアンスが伝わりにくいので“より丁寧に”心がける
- ・ SNS に細心の注意を払う
- ・ SNS への無駄な投稿はしない
- ・ SNS に投稿しない
- ・ 相手を傷つけることは書かない
- ・ メールを送る時は相手の気持ちを考える
- ・ 基本 SNS は見るだけ
- ・ オンラインの VC はお互いに知り合いである（友達）間柄のみ

- 相手の気持ちを考えてメッセージを送信する
- LINEは送る前に見直してから送信する
- LINEなど送信した内容を親に見せること
- 寝る前は、携帯をいじらない
- 勉強中はリビングに置いておく
- スマホを勝手に使わない、使わせない
- 学校の友達以外（ゲーム上で知らない人）と連絡を取ったりしない
- LINE以外のSNSはしない
- 必ずパスワードを設定する
- 食事中にスマホを見ない
- 自分の部屋にスマホを持ち込まない
- SNS 東京ルールと SNS 鹿中ルールを守る
- 使用する際は親に使って良いか許可を求めてから
- 親（母）が「終わり！」と言ったら終了
- 一般的なルールを守ること
- スマホ類（ネット含む）に触れない日を週1，2作る
- パスワードを設定する
- 課金しない
- フィルタリング
- LINEは親が時々みる
- 依存しないように自制する
- 東京ルールと同様
- 知らない人とはつながらない
- 保護者の管理にしているので、勝手にダウンロードできないようにしている
- パスワード等は親が管理しているので勝手にダウンロード等はできません
- アプリなどのダウンロードは必ず親の許可を取ること
- スマホはいつでも保護者に見れるように勝手にパスワードを変更しないこと
- 世界とつながっていることを認識し、世界の広さとネットの怖さを考えながら使う
- アプリをインストールするときのパスワードは親が管理している
- 勝手に課金しない
- 課金する時はどうして「課金したいか」聞いて話し合っただけでOK（その場でおこづかいからもらいます）
- コソコソしない
- 自分に必要でないことはやらない
- 必要と感じた時には、自制心をもちよく考えてから
- 公共のルールを守る（音を消す、無断撮影、会話する場所等）
- 日常生活に影響を及ぼさないように使う
- 変なリンクをおさない
- 家のルール上のことでスマホは持たせていない
- アプリは親のOKがでたもののみ入れて良い
- ユーチューブ禁止
- 東京、鹿中ルール。人としてのルール
- アプリの数の制限がある
- 特になし（信用しています）
- 親が管理可能な設定
- スマホやパソコンを使う時は親の近くでやる
- 寝る前は見ない
- 変なサイトにアクセスしない（課金はもちろん×）
- 新しいアプリをとるときは、親と相談する

- 目を休める時間を作る
- スマホの所持は一定の成績が条件（落ちたら没収）
- 親がいつスマホを見ても大丈夫なような使い方をする
- 目を休める
- 課金をしない
- 食事中、スマホを見ない
- 安心フィルターを付ける
- スマホのパスワードを親に知らせること