

わが家のスマホ契約書

決めた日 年 月 日 / 見直す日 年 月 日

① 時刻（いちばん守られるルール）

- ・夜は_____時以降は使いません。
- ・朝は_____時まで触りません。

② 置き場所（守れているかが一目で分かる）

- ・勉強しているあいだは、_____に置きます。
- ・寝るときは自分の部屋に持ち込みません。

③ 使い方

- ・知らない人とはやりとりしません。
- ・自分や友だちの写真、住所、学校名は載せません。
- ・課金するときは、金額にかかわらず先に相談します。
- ・困ったこと、こわいことがあったら、怒られないので必ず言います。

④ 例外（先に決めておく）

- ・友だちと出かける日、部活の連絡がある日は_____。
- ・テスト前の_____日間は_____。

⑤ 守れなかったときにどうするか

- ・1回目は_____。
- ・続いたときは_____。

⑥ 親が守ること

- ・勝手に中身を見ません。心配なときは、見る前に理由を言います。
- ・食事のあいだは、親もスマホを触りません。

本人サイン _____

保護者サイン _____