



# おうちのスマホルール（ がつ 月 にち 日 ~ がつ 月 にち 日 ）

ていがくねんよう  
【低学年用】

ひとはなあき  
おうちの人と話し合って決めましょう!!



なまえ  
名前（ \_\_\_\_\_ ）

ルール1 つかいすぎない!



できた  
すこしできた  
できなかった

ルール2 ながらスマホをしない!



できた  
すこしできた  
できなかった

ルール3 ひとがいやなきもちになる  
つかいかたをしない!



できた  
すこしできた  
できなかった

ルール4 きけんなサイトをみない!



できた  
すこしできた  
できなかった

**ふりかえり**

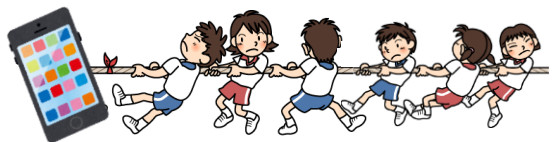
がんばったこと

これからがんばりたいこと

**おうちの人から**

# うちのスマホルール（ 月 日～ 月 日）

【中学年・高学年・中学生用】



うちの人と話し合って決めましょう!!



名前（ \_\_\_\_\_ ）

つ

ルール1 つかいすぎない!

できた  
少しできた  
できなかった

な

ルール2 ながらスマホをしない!

できた  
少しできた  
できなかった

ひ

ルール3 ひとがいやなきもちになる  
つかいかたをしない!

できた  
少しできた  
できなかった

ま

ルール4 きけんなサイトをみない!

できた  
まあまあ  
できなかった

ふりかえり

がんばったこと

これからがんばりたいこと

うちの人から