

【中河スマートルール】

ねん せいかつぶ
<R8年 PTA生活部>

な…なるべく一人ひとりで使つかわない。家族かぞくのいるところつかで使つかおう！

- 安全あんぜんな使つかい方かたをしまししょう。(危険きけんなサイトみを見たり、無断むだんでダウンロードしたりしないなど)
- 夜よる9時じいこう以降つかは使つかいません。(緊急きんきゅうな時ときは除のぞく)

か…家族かぞくと使つかい方かたを話し合はなおう！

- メディアおの置ばしよき場所しよや使つか用する場所ばしよなどを家族かぞくと決きめて正ただしく使つかいましょう。
- タブレット、ゲーム、スマホしよを使用つかする時間じかんを決きめましょう。

が…画面がめんの中なかだけが全すべてじゃない！

- 家族かぞくや友とも達だちと外そとで体からだを動うごかしたり、本ほんを讀よんだりすることも大たいせつ切せつです。メデたィいアあを使つかわない時間じかんで、新あたらしい体たい験けんや思おもい出でを作つくりましょう。

わ…わからときない時とき、すぐそうだん相談だん！

- 個人こじん情報じょうほうや他た人にんの悪わる口ぐちなどは書かきこみません。
- 困こまったことことがああった時ときには、すぐおとなに大おとな人しに知しらせまましょう。