

# 携帯電話使用契約書

使用者の氏名

さん

電話番号

さんは、 年 月 日より、個人の携帯電話を使用します。

携帯電話はとても便利で、あなたの可能性を広げてくれるものです。しかし、使い方を間違えると、人を傷つけたり、自分も傷ついたり、家族の不和を引き起こすことがあります。これから、成長に応じて、1年ごとに保護者と本人とで使い方を確認する「契約」を交わします。下記に1年間の携帯電話の使い方について、確認します。

- 1.貸し出し** あなたの電話は親が利用料を支払っていますので、親があなたに貸し出す形になります。そのため、以下に記す約束を守れていないと判断する場合は、利用を制限したり、使用方法を確認することがあります。
- 2.扱い** 電話にはあなたや家族、友達の個人情報が含まれています。個人情報はとても大切で、守らなければならないものです。電話を人に「貸さない」「壊さない」「無くさない」よう気をつけます。
- 3.写真** 写真を撮る時には相手の同意を得てから撮ります。また、他人の写真を本人の同意なく、メッセージで他の人に送ったり、ネットに公開したりしません。
- 4.やりとり** 友達とメールやSMSでやりとりする時には、相手の使い方（時間、返信の反応）を尊重し、返事を強要しない、早朝や深夜にメッセージを送りつけないなど、十分すぎる配慮を心がけましょう。
- 5.時間** 携帯電話、タブレット、テレビ等のデジタルの使用時間は、合計で平日 時間、休日 時間とします。やむを得ない事情でそれより長くする場合は、親と相談のうえ、その日の使用時間を決めます。
- 6.姿勢** デジタル機器を使う時の姿勢には気をつけます（目を近づけすぎない、視線をまっすぐに、背筋を伸ばす、時々遠くを見る）。
- 7.情報** ネットに流れる情報には、有益なもの、嘘や悪意のあるものもあります。流れる情報をむやみに信じず、誰が何のために出しているのかを自分の頭で考え、迷った時には親に相談します。

インターネットを使うことで、生活はとても便利になり、創造力を広げ、仕事や活動も効率化します。一方で、ネットに頼りすぎる、不必要に使いすぎるなど、依存性の高いものもあります。その特性を理解し、家族でその都度使い方を確認しましょう。

私は、この契約書に基づく条項を十分に理解しました。

あなたの氏名

保護者の氏名

あなたの生年月日

年 月 日

今日の日付

年 月 日

携帯電話を使う上で、困ったり、心配なことがある場合は

保護者1の携帯電話番号

保護者2の携帯電話番号

または

まで



名前

の

# ネットの使い方チェックリスト

楽しくネットを活用し続けるには、どんな約束をしたらいいかな？濃いめの油性ペンで書こう！

## 時間

- 
- 
- 
- 

## 電話・メール

- 
- 
- 
- 

## アプリ・写真

- 
- 
- 
- 

## 使い方

- 
- 
- 
- 



✓ 保護者のみなさん、安心してください。自分で決めた約束は守りますよ！

© 森ノオト mori no oto

