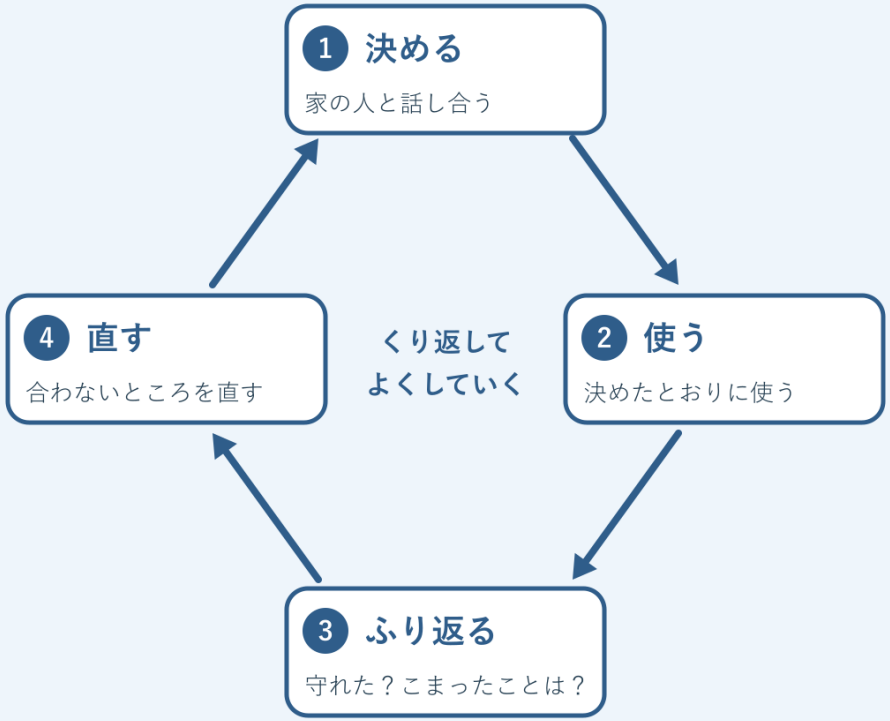
ネットやAIを使うときのマイルールづくり

自分に合ったルールを、どのように決めて、見直していけばよいだろう

ルールづくりの流れ



決めることの例

時間
いつ、どれくらい使う？　ねる前は使わない、など

場所
どこで使う？　家族のいるへやで使う、など

入力しないこと
名前・住所・学校・写真は　入れない、のせない

こまったとき
だれに相談する？　すぐに家の人や先生に話す

使うものや年れいによって、合うルールはかわる。ときどき家の人と見直そう。

使える年れいが決まっているサービスもある。使う前に、家の人といっしょにたしかめる。

※ 模式図。ルールの中身は、家庭や学校で決める。