

家族で生活のルールを作しましょう!!

【使い方】 ① お子さんに問いかけながら、当てはまる項目をチェックしていきます。

② チェックが終わったら、お子さんと一緒に我が家のルールづくりをしましょう!



健全です!

- ☐ 毎日、朝食を食べる
- ☐ 提出物を期限までに必ず提出する
- ☐ 毎日、7～8時間睡眠する
- ☐ 寝坊をせず、遅刻をしない
- ☐ 元気なあいさつができる
- ☐ 家の手伝いをする
- ☐ 横断歩道や歩道橋を使う
- ☐ 自転車に必ずカギをかける



このままだと
危険!

- ☐ 服装や髪の流れを先生から注意されたことがある
- ☐ 保護者に行き先を伝えず、夜遅くまで友達と遊んでいたことがある
- ☐ 保護者に「うるせえ、バカ」等の乱暴な言葉を使うことがある
- ☐ 友達を仲間外れにしたり、友達に嫌がらせをしたことがある
- ☐ いじめられている子を見ても、見ぬふりをしたことがある
- ☐ ネットやゲームをやり過ぎて、生活に支障が出ている
- ☐ SNSやオンラインゲームで知らない人と連絡をとっている



不良行為で
補導!

- ☐ 深夜に家を抜け出したことがある (家出したことがある)
- ☐ 隠れてお酒を飲んだり、タバコを吸ったりしたことがある
- ☐ 家族の財布から勝手にお金を持ち出したことがある
- ☐ 原動機付自転車 (原付) の後ろに乗ったことがある
- ☐ お小遣いをもらうために同世代ではない人とデートしたことがある



警察に
検挙・補導!

- ☐ 友達を殴ったことがある (暴行・傷害)
- ☐ 万引きの見張りをしたことがある (窃盗)
- ☐ お金を持ってこいと人を脅かしたことがある (恐喝)
- ☐ 他人の自転車を勝手に使ったことがある (窃盗・占有離脱物横領)
- ☐ 友達の名前や悪口をネット上に書き込んだことがある (名誉棄損)
- ☐ 裸の写真を送信したり、投稿したことがある (児童ポルノ禁止法違反)
- ☐ 先輩や知人から、大麻をもらったことがある (麻薬取締法違反)

<我が家のルール>