

お留守番チェックリスト



出かける前にチェック

- ☐ 鍵をかけた
- ☐ 火の元を確認した（ガス・電気ポット・コンロなど）
- ☐ 緊急連絡先を確認した
- ☐ お約束を子どもと一緒に確認した
- ☐ 帰宅予定時刻を伝えた
- ☐ ベランダに踏み台になるものはない



留守番のお約束チェック

- ☐ 困ったことがあったらすぐに連絡する
- ☐ 知らない人は絶対に家に入れない（点検と言われても入れないこと）
- ☐ 火は使わない（ガス・ライター・マッチなど）
- ☐ 体調の変化に注意する
- ☐ インターホンが鳴ったら「お母さんは手が離せません」と応答
- ☐ 知らない人からの電話には出ない（着信履歴のみ確認）

外出から帰宅したら チェック

- ☐ 家の前で周囲を確認してから鍵を出した
- ☐ 後ろに人がいないかチェックした
- ☐ イヤホンを外して周りの音に注意した
- ☐ ドアを開けたらすぐに中に入った
- ☐ すぐに鍵を閉めた

親が帰宅したら チェック

- ☐ お留守番中の様子を話そう
- ☐ 困ったことがなかったか確認しよう
- ☐ 頑張ったことをほめてもらおう
- ☐ 次回に向けて改善点があれば一緒に考えよう

緊急連絡先

パパの携帯：_____

ママの携帯：_____

おじいちゃん・おばあちゃん：_____

近所の_____さん：_____

家事・緊急：119

警察：110