



AI有料プラン要否判断シート

といのタネ

ステップ1 今週の使い方を書き出す

ここでは、AIを使った場면을1週間分、思い出しながら書き出します。作業の種類と回数を書くと、無料枠で足りているかどうかが見えやすくなります。

No	作業内容	頻度(週)	無料枠で足りたか(○/×)
例	探究レポートの要約を頼んだ	3回	○
1			
2			
3			
4			
5			

ステップ2 上限に触れた場面を選ぶ

ここでは、ステップ1の中から回数制限や待ち時間の表示が出た作業を選び、詳しく書きます。表示された文言をそのまま書き写すと、あとで契約が必要かどうかを判断する材料になります。

作業内容: _____

表示された文言: _____

起きた回数: _____

同じ作業で2回以上上限に触れていれば、契約を検討する材料として扱います。

ステップ3 支払い方法と上限額を決める

ここでは、契約する場合の支払い名義と月の上限額を、家族で話し合っ決めて決めます。上限額を先に決めておくと、契約後に請求額を見て慌てずに済みます。

支払い名義: _____

月の上限額: _____ 円

契約する/しないの判断日: _____

契約内容を確認する家族: _____

上限額を家庭の通信費や小遣いの枠と合わせて考えると、決めやすくなります。

ステップ4 契約の年齢条件を確認する

ここでは、契約しようとしているサービスの公表ページで、年齢条件を確認します。年齢条件は保護者の同意を必要とする場合があるため、契約前に確認しておく手順です。

サービス名: _____

公表されている年齢条件: _____

確認した日: _____

確認した人: _____

確認した条件は契約後に変更されることがあるため、月1回程度の見直しをおすすめします。

記入例

空欄のままでは書きにくい場合の記入例です。数値や名前は、家庭の状況に置き換えて書きます。

支払い名義: 保護者(母) / 月の上限額: 2,000円 / 判断日: 記入した週の日曜日 / 確認する家族: 保護者と本人の2人

サービス名: 契約を検討しているサービス名を書く / 年齢条件: 公式ページに記載の条件をそのまま書き写す / 確認した日: 確認した当日の日付 / 確認した人: 確認作業をした家族の名前