

おおたく も かえ たぶれつ と かつよう る ー る 大田区「持ち帰りタブレット活用のルール」

おおたく ぎょうい くい いんかい
大田区教育委員会

がくしゅう ないよう よく りかい し、ゆたかな 学びを じつげん させていくためには、ひとりいちごの
タブレットを上手に活用することが大切です。

このタブレットを上手に使うことで、どのような場合でも学習を止めずに学
び続けること、一人一人に合わせて学びを深めることができるようになります。

タブレットは、皆さんの学習に役立てるための道具です。鉛筆や消しゴム、
ノートや定規のように、皆さんにとって「文房具」のように使いこなせるよう
になってほしいと考えています。

たいへん べんり じょうぐ しんぱい
大変便利な道具ですが、心配されることもあります。

そのために、この「持ち帰りタブレット活用のルール」を定めました。

みなさんでこのルールを守り、
タブレットを活用していきま
しょう。



がっこう か だ たぶれつ と がくしゅう かつどう つか
学校で貸し出すタブレットは学習活動のために使ってください。

たぶれつ と なに まな りっぱ がくしゅう
タブレットで何ができるかを学ぶことも立派な学習です。

じぶん どうぐ つか せっきょく つか
自分の道具として使いこなすことができるよう、積極的に使ってください。

その際、わからないことや不安なことが

あったら、家の人や先生にすぐ相談するようにしましょう。



たぶれつ と つか ちゅうい てん タブレットを使うときの注意点

- ◆ じぶん いえ つか
自分の家で使しましょう。
(がくしゅう じのく せき としょかん はくぶつかんどう つか
学習目的で図書館や博物館等で使いたいときは、いえ ひと きょか
家の人の許可を得てからにしましょう。)
- ◆ どうげこうちゅう たぶれつ と だ
登下校中はタブレットをかばんから出さないようにしましょう。
- ◆ たぶれつ と しょう ぜんご て あら
タブレットを使用する前後は手を洗うようにしましょう。
- ◆ なくしたり、ぬす ぬす まれたり、おとして壊したり、みず ぬ
なくしたり、盗まれたり、落として壊したり、水に濡らしたりする
ことがないように十分気を付けましょう。
- ◆ たぶれつ と も かし
タブレットを持っているときは走らないようにしましょう。
- ◆ たぶれつ と ちよくせつ じめん お
タブレットは直接地面に置かないようにしましょう。
- ◆ たぶれつ と つよ ちから こわ
タブレットは強い力がかかると壊れてしまいます。
たいせつ つか
大切に使しましょう。
- ◆ じめじめしたところや、おんど たか
じめじめしたところや、温度が高くなるところに置かないようにし
ましょう。
- ◆ がめん たっち ぱねる
画面はタッチパネルとなっています。
- ◆ えんぴつ ぼーる ぺん
鉛筆やボールペンでふれないようにしましょう。
- ◆ こしょう げんいん じしゃくとう ちかづ
故障の原因となりますので、磁石等を近づけないようにしましょう。
- ◆ かてい いえ ひと み
家庭では、家の人が見えるところに置きましょう。



健康のために

- ◆ タブレットを使用するときは、正しい姿勢で、画面に近付きすぎないように気を付けましょう。
- ◆ 30分に一度は遠くの景色を見るなど、目を休ませるようにしましょう。
- ◆ タブレットを使うことができる時間は、家の人とよく話し合っ
て決めましょう。
- ◆ 寝る30分前にはタブレットの使用をやめるようにしましょう。



安全のために

- ◆ 安全な利用のため、いつ、だれが、どのサイトを見たかについて記録をとっています。
- ◆ インターネット上で見られるサイトには制限がかけられていますが、もし不安を感じるサイトや、「変だな」と感じるサイトに入ってしまったときはすぐに画面を閉じ、家の人や先生などの大人に知らせましょう。



個人情報など

- ◆ タブレットは機器番号で管理されています。
他の人に貸したり、使わせたりすることはやめましょう。
- ◆ 自分や、他の人の個人情報（名前や住所、電話番号、メールアドレス等）は、インターネット上に書き込んではいけません。
- ◆ 相手を傷付けたり、怖い思いをさせたり、いやな気持ちにさせたりするようなことは絶対に書き込んではいけません。
- ◆ ログイン等のためのアカウント・IDは児童・生徒に配布されています。
他の人に分からないように、各家庭で保管してください。



写真・動画の撮影

- ◆ カメラ機能を使って写真や動画を撮影するときは、勝手に撮らず、撮影する相手の許可をとるようにしましょう。



データの保存

- ◆ タブレットで作ったデータや、インターネットから取り込んだデータ（写真や動画等）は、学習活動に必要なものだけ保存しましょう。



不具合や故障

- ◆ 家庭でこわれたり、なくしたりした時は学校に相談しましょう。（土日・祝日除く）
- ◆ 学習のために使っていて壊れた場合は学校で対応します。その際、保護者の負担はありません。



設定の変更

- ◆ 修理・調整の際に困る可能性がありますので、勝手に設定を変更してはいけません。



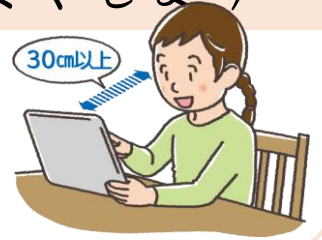
《使用の制限》

おたく「タブレット活用のルール」が守られていない場合は、タブレットを使うことができなくなります。そのようなことがないように、よく読んで、正しく使ってください。

タブレットを使うときの5つのやくそく

□ タブレットを使うときは姿勢よくしよう

- ・タブレットを見るときは、目から**30cm以上**はなして見よう。



□ 30分に1回はタブレットから目をはなそう

- ・30分に1回はタブレットの画面から目をはなして、**20秒以上**、遠くを見よう。



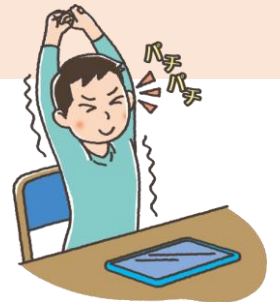
□ ねる前はタブレットを使わないようにしましょう

- ・ぐっすりねるために、**ねる1時間前**からはデジタル機器を使わないようにしましょう。



□ 自分の目を大切にしよう

- ・時間を決めて遠くを見たり、目がかわかないようにまばたきをしたりして、自分の目を大切にしよう。



□ ルールを守って使おう

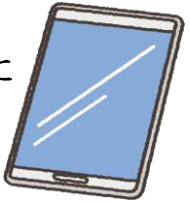
- ・ 分使ったら1回休む、学校のタブレットは**べんきょう**に関係のないことに使わないなど、**学校**や**おうち**のルールを守って使おう。



— 1人1台端末の時代となりました — ご家庭で気をつけていただきたいこと①

□ 端末を使うときの健康面の注意点について

端末を使うときの健康面でのポイントを、本人の習慣として身につけられるよう、学校でも指導しますが、特に低年齢のお子さまの場合などは、保護者の方にも気にかけていただけると効果的です。



注意点！



① 目を、画面から30cm以上、離して使う

☞ そのためには、良い姿勢を保つことが重要です。お子さまの成長に応じて、机と椅子の高さを正しく合わせることも必要です。

② 30分に1回は、20秒以上画面から目を離して、遠くを見る

③ 部屋の明るさに合わせて、画面の明るさを調整する

☞ 一般には、夜に自宅で使用する際には、昼間に学校の教室で使用する際よりも、明るさ（輝度）を下げます。

☞ 画面の反射や画面への映り込みを防止するために、画面の角度も調整します。

※ ①や②は、紙の本や資料を読む場合でも重要です。

ご家庭で気をつけていただきたいこと②

□ 端末の利用時間等のルールについて

ご家庭で過ごす時間全体の中で、ご家庭で用意したデジタル機器も含めて、端末を、いつどのように使うか、お子様と話し合うことが大切です。



<最低限、守っていただきたいこと>

- ・ 少なくとも、寝る1時間前からは、デジタル機器の利用を控えるようにします。

☞睡眠前に強い光を浴びると、入眠作用があるホルモン「メラトニン」の分泌が阻害され寝つきが悪くなります。

- ・ 学校で配られた端末は、学習に関係ない目的では使いません。

健康面に気をつけて使う場合でも、デジタル機器を使う時間があまりに長くなると、人と人とのリアルな関わり合いや、自分の感覚や行為を通して理解する学習、地域社会での体験活動などの時間も、少なくなってしまうます。

成長期のお子様のバランスの良い発達の観点からも、（使い方にもよるため、一概に何時間までならOKということはいえませんが）、お子様がさまざまな経験や活動ができるよう、ご家庭でもデジタル機器全般の使い方について、この機会にお考えください。

□ 端末の安全な利用について

お子様のインターネット使用時や、スマートフォンを持たせる際には、インターネット上の犯罪等の被害者や加害者にならないようにするなど、適切な指導が必要です。

☞フィルタリングは、お子様にとって不適切な情報へのアクセスを遮断したり、インターネットでのトラブルを防いだりするのに役立ちます。

ご家庭で用意するデジタル機器に、携帯電話会社などが提供するフィルタリングサービスを活用することについてもご検討ください。

※端末の利用時間等のルール及び安全な利用については、保護者向けリーフレット「保護者が知っておきたい4つのポイント」もご参照ください。

