

タブレット端末の利用について

～長期休業中に特に気をつけてほしいこと～

タブレット端末の利用について、「長期休業中に特に気をつけてほしいこと」を「中学生向け」「小学校高学年向け」「小学校低学年向け」の資料としてまとめました。

なお、【三島の心得】は、三島市全体の基本的な考えになります。
細かい約束については、各学校の約束やルールをふまえ、各家庭で
お子様と話し合い、決めるようにしてください。
よろしくお願いします。



【三島の心得】

- タブレット端末は、**三島市が貸し出している**ものです。
(LTEの通信料等をふくめ、**市民の皆様**の税金を使っています。)
大切に使い、学校及び家庭での**学習用**として使います。
- 貸し借りはせず**、許可なく設定の変更もしません。
- 相手を**傷つけたり、嫌な思いをさせたり**することは、**絶対にしません**。(個人情報、人権侵害、著作権等)
- インターネットは、**学習**に必要なことに使います。
- 正しい姿勢で、**時間を決めて**使います。
- トラブルがあった時は、**必ず学校や先生に知らせます**。

<長期休業> 特に気をつけてほしいこと

- 1 「**三島の心得**」や右図「**5つの約束**」をふまえ、使用方法や使用時間について、保護者とよく話し合ってください。ただし、健康を守るために、**22時から6時**の使用はできる限り控えましょう。
- 2 出先等で使用する場合は、目的をはっきりさせ、**大人の目の届くところ**で使用しましょう。（例・・史跡の写真を撮影する、日記等にまとめるために風景を撮影する等）
- 3 使用方法や通信量の様子は記録が残ります。必要に応じて、学校から個別に連絡したり、利用制限をおこなったりすることがあります。

文部科学省ホームページ

端末利用に当たっての児童生徒の健康への配慮等に関する啓発リーフレットについて

タブレットを使うときの5つの約束

- タブレットを使うときは姿勢よく

・タブレットを見るときは、目を**30cm以上**、離しましょう。



- 30分に1回はタブレットから目を離す

・30分に1回はタブレットの画面から目を離して、**20秒以上**、遠くを見ましょう。



- 寝る前にはタブレットは使わない

・ぐっすり寝るために、**寝る1時間前**からはデジタル機器の利用は控えましょう。



- 自分の目を大切にする

・時間を決めて遠くを見たり、目が乾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ましょう。



- ルールを守って使う

□ 分使ったら1回中断する、学校のタブレットは学習に関係のないことに使わないなど、学校や家庭のルールを守って使いましょう。



【三島の心得（みしまのこころえ）】

○タブレット端末は、**三島市が貸し出している**ものです。

（LTEの通信料等をふくめ、**市民の皆様**の税金を使っています。）

大切に使い、学校及び家庭での**学習用**として使います。

○**貸し借りはせず**、許可なく設定の変更もしません。

○相手を**きずつけたり、いやな思いをさせたり**することは、

絶対にしません。（個人情報、人権しん害、著作権等）

○インターネットは、**学習**に必要なことに使います。

○正しい姿勢で、**時間を決めて**使います。

○トラブルがあった時は、**必ず学校や先生に知らせます。**



<長期休業> 特に気をつけてほしいこと

- 1 「**三島の心得**」や右図「**5つの約束**」をふまえ、いつ、どのように使うか、おうちの人とよく話し合ってきめましょう。ただし、健康を守るために、**21時から6時**はできるかぎり使わないようにしましょう。
- 2 出かけた先で使う時は、目的をはっきりさせ、**大人の目のとどく**ところで使いましょう。
(例・勉強で使う写真をさつえいする、日記で使う写真をさつえいするなど)
- 3 使い方の記ろくが残ります。使い方によって、学校から連らくしたり、しばらく使えなくなったりすることがあります。

文部科学省ホームページ

端末利用に当たっての児童生徒の健康への配慮等に関する啓発リーフレットについて

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ペンきょうに**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。


【三島の心得（みしまのこころえ）】

- タブレット端末は、^{たんまつ} **三島市**^{みしまし}が貸し出している^か **もの**^だです。
(LTEの通信料等をふくめ、^{つうしんりょうとう} **市民の皆様の税金**^{しみん みなさま ぜいきん}を使っています。)
- 大切に^{たいせつ} 使い、^{つか} 学校及び家庭での**学習用**^{がっこうおよ かにい がくしゅうよう}として使います。^{つか}
- 貸し借り**^{か か}はせず、許可なく設定の**変更**^{きょか}もしません。^{せってい へんこう}
- 相手を^{あいて} **きずつけたり**、**いやな思い**^{おも}をさせたりすることは、
絶対に^{ぜったい} **しません**。^{こじんじょうほう じんけん}（個人情報、人権しん害、^{ちよさくけんとう} 著作権等）
- インターネットは、**学習**^{がくしゅう}に必要な^{ひつよう} **こと**^{つか}に使います。
- 正しい**姿勢**^{ただ しせい}で、**時間**^{じかん}を**決めて**^き使います。^{つか}
- トラブルがあった時は、^{とき} **必ず**^{かなら} **学校**^{がっこう}や**先生**^{せんせい}に**知らせ**^します。



なが やす ちゅう ＜長いお休み中＞ とくにきをつけてほしいこと

- 1 「三島のころえ」や みぎの「5つのやくそく」を ふまえ、いつ、どのように つかうか、おうちのひととはなしあって きめましょう。ただし、**21じから6じ**は、できるかぎり つかわないようにしましょう。
- 2 そとで つかうときは、**おとなといっしょ**に つかいましょう。（れい・・ベンきょうで つかう しゃしんをとる）
- 3 つかいかたの きろくが のこります。つかいかたに よって、がっこうから れんらくしたり、しばらく つかえなく なったりすることが あります。

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ベン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。
