

すずかし

鈴鹿市

たんまつも

かえ

端末持ち帰りについての

てび

手引き



れいわ ねん がつかいてい
令和6年4月改訂

すずかしきょういくいいんかい
鈴鹿市教育委員会

もくじ 目次

- 1 ^{たんまつも かえ} 端末持ち帰りについて P2
- 2 ^{ひとりいちだいたんまつ かしだ} 1人1台端末の貸出しについての^{ごりかい かてい つうしん}御理解と家庭での通信
^{かんきょうせいび ねが}環境整備のお願い P3
- 3 ^{たんまつ} 端末 (Chromebook) の^{りよう}利用のしかた P7
- 4 アプリやサービスの^{つか かた}使い方
 - (1) ^{つか かた じどうせいとよう} ミライシードの使い方 (児童生徒用) P11
 - (2) ^{かつよう} クラスルームを活用した^{つか かた じどうせいとよう} Meet の使い方 (児童生徒用)
. P13
- 5 ^{いえ} 家で^{つか}クロームブックを使うときのルール P15
- 6 ^{ごかてい き} 御家庭で気をつけていただきたいこと
^{もんぶかがくしょう しりょう} (文部科学省 資料) P17

たんまつ も かえ 端末持ち帰りについて

ひごろ すずかし がっこうんえい ごりかい ごきょうりよく たまわ まこと
日頃より鈴鹿市の学校運営に御理解と御協力を賜り、誠にありがとうございます。

もんぶかがくしやう れいわ にほんがたがっこうきやういく こ 子どもたちがより豊かに学んでいくために、たんまつ
文部科学省は、令和の日本型学校教育において、子どもたちがより豊かに学んでいくために、端末を
じやうず かつやう がくしやう もと まんいちきやうこう がつきやうへいさ ぼあい じどう
上手に活用して学習することを求めています。また、万一休校や学級閉鎖などがあった場合、児童
せいと まな と たんまつ つか がくしやう たいへんゆうやう じどうせいと たんまつかつやう
生徒の学びを止めないために、端末を使ったオンライン学習は大変有用です。児童生徒の端末活用
きかい かくじやう かにがくしやう じゆうじつ ほんし れいわ ねんど たんまつも かえ じっし
機会の拡充や家庭学習のさらなる充実のため、本市では令和4年度より端末持ち帰りを実施していま
す。

そこで、たんまつも かえ たんまつも かえ てび さくせい がっこう しょうほう
そこで、端末持ち帰りにあたり、「端末持ち帰りについての手引き」を作成しました。学校で使用方
ほう じどう おこな かにい こさま たんまつ しょうじかん かつやうほうほう はなし
法の指導を行っておりますが、家庭でもお子様と端末の使用時間や活用方法などについて話をし
ただき、たんまつ あんしん しょう ごしどう ねが
ただき、端末を安心して使用していただきますよう御指導をお願いします。

もくてき 1 目的

じどうせいと たんまつかつやうきかい かくじゆうおよ かにがくしやう じゆうじつ き き そうさほうほう しゆうじゆく じやうほうかつやうのうりよく
児童生徒の端末活用機会の拡充及び家庭学習の充実、機器操作方法の習熟や情報活用能力
いくせい き そがくりよく ていちゃく こうじやう はか じゆうじやう しゆたいてき たいわてき ふか まな じかん かくほ
の育成、基礎学力の定着・向上を図り、授業での主体的・対話的で深い学びの時間をより確保することを
もくてき
目的としています。

たんまつかつやう そうてい 2 端末活用の想定

かにい たんまつ かつやう しゆくだい じゆうじやう よしやう ふくしやう かつやうとう そうてい
家庭での端末を活用した宿題や授業の予習や復習、デジタルコンテンツの活用等を想定しています。
きゆうこう がつきやうへいさ ぼあい じゆうじやう かつやう そうてい
また、休校や学級閉鎖などがあった場合は、オンライン授業での活用を想定しています。

かにい たんまつ かつやう 3 家庭における端末の活用ルールについて

ほんてび いえ とし ごさんしやう こ ほごしゃ
本手引き P15～の「家でクロームブックをつかう時のルール」を御参照ください。お子さんと保護者の
はな あ かにい たんまつ つか き まも たんまつ かつやう
話し合いにより、家庭における端末を使うときのルールを決めてください。ルールを守って端末を活用する
ごしどう ねが
よう御指導をお願いします。

たんまつとう たいよぶつびん ふんしつ こしやう はそん 4 端末等の貸与物品の紛失、故障、破損について

たんまつとう たいよぶつびん ふんしつ こしやう はそん ぼあい すみ がっこう れんらく こい じゆうだい
端末等の貸与物品の紛失、故障、破損があった場合には、速やかに学校に連絡してください。故意や重大
かしつ ふんしつ こしやう はそん ぼあい しゆうりだいきんとう ほ ごしやさま ごふたん
な過失による紛失や故障、破損があった場合には、修理代金等を保護者様に御負担いただくこともあります
ごちゆうい
ので、御注意ください。

と あ さき 5 問い合わせ先

ごふめい てんとう こさま かよ がっこう と あ
御不明な点等がありましたら、お子様が通う学校にお問い合わせください。

1人1台端末の貸出しについての御理解と

家庭での通信環境整備のお願い

ごりかい ごきょうりよく

御理解と御協力をおねがいします

- 学校で学習に使用している1人1台端末については、教育委員会で用意し、児童生徒全員に無償で貸与しているものです。
- 操作方法等の習熟具合を見極めながら、学年に応じて日常的に家庭へ持ち帰っての学習を行っています。学校でも十分に指導していますが、有効に活用しながら学んでいくためには、御家庭の協力が不可欠です。
- 1人1台端末の持ち帰りについて、御承知おきいただきたいこと、御家庭にお願いしたいことを以下に記載しましたので、御理解と御協力をお願いいたします。

ほごしゃ みなさま

ねが

ひとりいちだいたんまつ かした

保護者の皆様へのお願い ① 1人1台端末の貸出しについて

- 貸出された端末は、卒業もしくは転出するまで使用しますので、お子様が大切に使用するよう、御家庭でも適宜御指導をお願いいたします。
- 貸出しを受けるにあたって、同意書の提出をお願いいたします。
- 各学校を卒業する際、もしくは転出する際に、学校へ返却していただきます。
- 貸出しする端末は以下の2種類で、学校の判断でどちらかを貸与します。種類を選ぶことはできません。



①ASUS製 Chromebook C214MA-BU0029 ② NEC製 Chromebook PC-YAE11X21A4J2

どちらの種類でも操作方法はほとんど変わりなく、学習内容に違いはありません。

- 既存端末の有効活用という観点から、全員が同じ端末ではありません。
- 児童生徒が持ち帰る端末については『児童生徒本人が学習のみに活用する』ものとし、ごりかいで、御理解ください。
- 小学校低学年の児童については、機器・アプリケーションの操作に、保護者の支援が必要な場面もあるかと思われます。学校でも十分な指導を行ったうえで持ち帰りを 行いますが、可能な限り、御協力をお願いいたします。
- 鈴鹿市が導入した端末は比較的丈夫な設計となっておりますが、不注意による破損等ができるだけないように、御家庭でも御指導をお願いいたします。

貸出しや持ち帰り学習についてのQ & A

Q1 ひとりいちだいたんまつ も かえ はじ
1人1台端末の持ち帰りはいつから始まりますか？

A1：持ち帰りの準備が整い次第、開始時期を学校より改めてお知らせします。

Q2 もし、家庭で使用中に端末を破損してしまったら、どうすればよいですか？

A2：翌日、学校に破損したときの状況を電話等で伝え、端末を渡してください。

故障した場合は予備の端末を貸出しますが、予備の端末の数には限りがありますので、大切に使用するよう御家庭での御指導をお願いします。また、故意による破損等、場合によっては弁償していただくこともあります。

Q3 破損したかどうかわからないけれど、端末が思うように動かない（起動できない・アプリが使えない等）場合はどうすればよいですか？

A3：翌日、お子様から教員に状況等を伝えるようにしてください。

（必要に応じて、連絡帳等での補足をお願いします。）



Q4 有害サイトにアクセスしてしまわないか心配です。何か対策はありますか？

A4：1人1台端末には、フィルタリングサービスを導入して有害サイトへのアクセスをブロックしています。また、フィルタリングの設定については、学校の意見等を参考に適宜見直しいたします。

Q5 夜遅くまで動画を観てしまう等、生活リズムが乱れないか心配です。何かルールはありますか？

A5：使い方のルールを定め、深夜の利用を行わない等、学校でも十分に指導いたしますが、御家庭でも御指導をお願いします。（P15～参照）

Q6 利用履歴や学習履歴は記録されていますか？

A6：次の履歴を以下の目的のために記録しています。また、アプリのうち、ミライシードの学習履歴、Classroomの課題提出状況等については、各教員が指導のために確認できるようになっています。

【記録している履歴】端末へのログイン履歴、インターネットの閲覧履歴、Classroomやミライシード等のアプリの利用履歴

【記録の目的】システム障害時の原因究明や、生徒指導上問題となる行為および目的外での利用があった際の対策のため

かてい たんまつ つか がくしゅう れい
家庭での端末を使った学習の例



よしゅう ふくしゅう
○予習や復習

しら がくしゅう
○インターネットでの調べ学習

き そ きほん ていちゃく きょうざい かつよう
○基礎基本の定着（ドリル教材の活用）

重要!

保護者の皆様へのお願い ②持ち帰った時の通信環境の準備について

1人1台端末を家庭へ持ち帰って活用する際に、各御家庭にインターネット通信環境が必要になります。インターネット通信環境をお持ちでない御家庭におかれましては、この文書をお読みいただき、各御家庭で通信環境を整備していただきますよう、お願いします。

家庭の通信環境整備に対する鈴鹿市の考え方

○原則すべての家庭で通信環境を整備してください。

通信料は各家庭で負担してください。

※市による通信料の補助等はありません。

※モバイルWi-FiルーターやLTEドングルの貸出しについては、学校にお問い合わせください。

○やむを得ず通信環境が整備できない場合は、

モバイルWi-Fiルーター または LTEドングル(USB接続の通信機器) を

無償で貸与しますが、どちらも通信契約(マイクロSIMカードの準備)は各家庭で

行っていただきます。

○生活保護や就学援助を受給している世帯で通信環境の整備が困難な世帯には、

LTEドングル(通信契約済み)を無償で貸与します。



通信環境を整備することはわかったけれど、そういう分野には詳しくないから、どうすればいいんだろう・・・。

そんな方のためによくいただく質問等をQ&A形式でまとめました。最後まで必ずお読みください。

1か月に必要な通信量の目安

【持ち帰り学習】 3GB(ギガバイト)程度

※課題の量や達成にかかる時間等で若干増減します。

※参考

緊急時のオンライン授業の場合、毎日5時間限の

双方向授業を20日間受けると90GB程度となります。

つうしんかんきょう せいび
通信環境の整備についてのQ & A

Q1 持ち帰りのために新たな通信契約が必要ですか？

A1 すでにインターネット環境をお持ちの御家庭は現在の通信契約で問題ありません。利用時に以下のような症状がある場合は、通信機器(ルーター等)の設置場所の工夫や、契約内容の見直し等を検討してください。

○通信が頻繁に途切れる。

○複数の端末を接続していないのに、通信が極端に遅くなり、映像がコマ送りになった。

※現在の契約内容等がわからない場合は、契約中の事業者へお問い合わせください。

Q2 通信環境を整えるには、どのように契約すればいいですか？

A2 通信回線の契約は以下のような事業者と結ぶことが可能です。最適な契約方法は各御家庭によって異なります。詳しくは、以下のような各事業者や家電量販店、携帯ショップ等に御相談ください。

①NTT西日本(フレッツ光)やCTC(コミュファ光)等の通信事業者

②ケーブルテレビ事業者(CNS)

③携帯電話会社

(NTTdocomo、KDDI、softbank等)

④その他

☆急なオンライン授業等も考えられるため、容量無制限の契約や契約変更が容易なプランを

おすすめします。



Q3 スマホのテザリングでも対応可能ですか？

A3 契約する通信容量により、対応することも可能です。ただし、契約時の条件により、通信量の制限を超えることで、低速化する契約もありますので、注意が必要です。



Q4 集合住宅のため、自宅に回線工事をおこなうことができます

せん。どうすればいいですか？

A4 回線工事をすることなく、通信機器を家庭に設置することで通信可能となるものもあります。また、通信契約によってモバイルWi-Fiルーター等の通信機器を無償で提供している事業者もあります。詳しくは、各事業者、家電量販店やケータイショップ等へ御相談ください。

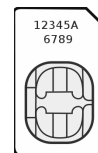


Q5 モバイルWi-FiルーターやLTEドングルを借りた場合、マイクロSIMカードの通信契約はどのように行えばいいですか？

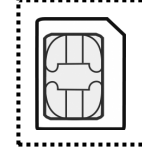
A5 通信事業者のWebサイトから契約することが可能です。また、家電量販店やケータイショップの店頭で「SIMカードのみの契約をしたい。」と伝えると対応していただけることがあります。

その際にSIMカードの種類は必ず「マイクロSIM」と伝えてください。

※SIMカードには以下の3種類があります。



SIM



マイクロSIM



ナノSIM

Q6 臨時休校等で、オンライン授業が必要になった場合、通信機器の貸出しはありますか？

A6 オンライン授業が必要な場合に通信環境が整わない児童生徒は、学校でオンライン授業を受講してもらう予定です。

御不明な点等がありましたら、お子様が通う学校にお問い合わせください。

たんまつ りょう 端末(Chromebook)の利用のしかた

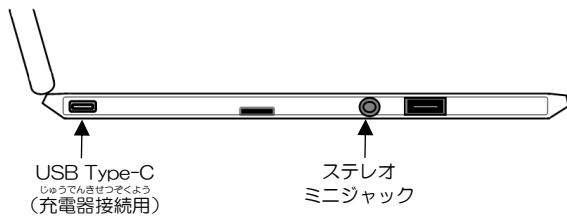
1 電源の入れかた

端末のふたを開けば、自動で電源が入ります。

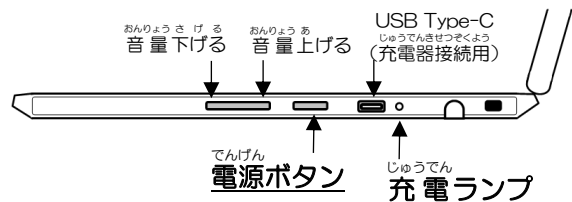
自動で電源が入らないときは、端末の電源ボタンを押してください。

<ふたに **ASUS** と印字されている端末>

・向かって左側面

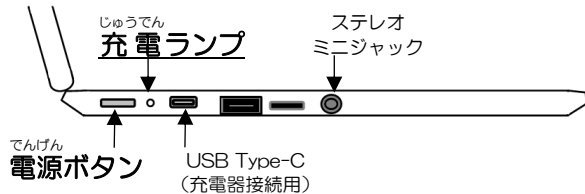


・向かって右側面

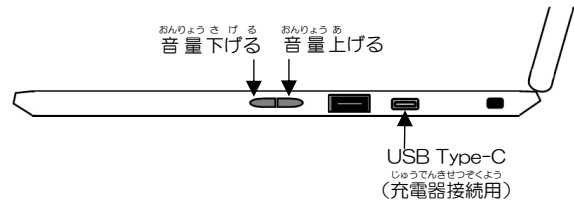


<ふたに **NEC** と印字されている端末>

・向かって左側面



・向かって右側面



※ 電源ボタンを押しても電源が入らないときは ※

- 電池が切れている場合は電源が入りません。充電器をつなげて充電してください。充電中は、端末の充電ランプがオレンジ色に光ります。白色に光れば充電が完了しています。
- 充電器をつなげてても電源が入らないときは、端末のリセットをしてください。

【リセットのしかた】

- ① **C** (キーボードの一番上の段の左から4番目のキー) を長押ししながら一度電源ボタンを押す。
- ② 電源が入ったら **C** を放す。
- ③ それでも電源が入らないときは学校に連絡してください。

※ 電源は入ったが操作ができないときは ※

- 端末のふたを180度以上開けるとタブレットモードとなり、キーボードやタッチパッドがつかえなくなります。タブレットモードのときはソフトウェアキーボードと画面のタッチで操作してください。端末のふたを戻すと、タブレットモードが解除されます。
- ソフトウェアのアップデートのため、下のような画面が出る場合があります。このようなときは数分間操作ができませんので、しばらくお待ちください。



- ③ それでも操作ができないときは学校に連絡してください。

2 Wi-Fi への接続のしかた

※ はじめて御家庭の Wi-Fi に接続するときに必要な作業です。 ※

※ 御家庭の Wi-Fi の SSID とパスワードを調べてください。 ※

SSID やパスワードは、御家庭の「Wi-Fi ルータ」の裏や底に印字されていることが多いです。

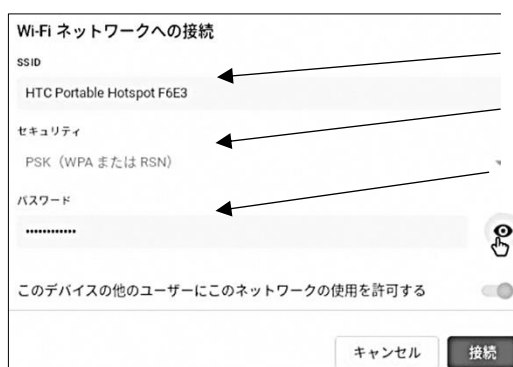
「Wi-Fi ルータ」のメーカーによっては、パスワードのことを「暗号化キー」や「KEY」、「PASS」、「セキュリティキー」などと呼ぶことがあります。

電源を入れた後に下のような画面になったら、一覧の中から御家庭の Wi-Fi をクリックしてください。



一覧の中から御家庭の Wi-Fi の SSID をクリックしてください。


御家庭の Wi-Fi のパスワードを入力してください。



① SSID が御家庭の Wi-Fi のものと同じか確認してください。

② セキュリティ（暗号化方式）を選んでください。
「PSK (WPA または RSN)」であることが多いです。

③ パスワードを入力してください。

※  ボタンを押すとパスワードの目隠しがはずれます。

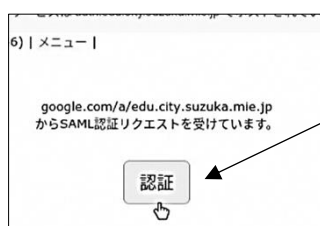
④  ボタンを押してください。


3 ログインのしかた

ログイン ID やパスワードはお子様に伝えてあります。わからないときは学校にお問い合わせください。



 ボタンを押してください。



 ボタンを押してください。

ボタンが  ではなく  と英語になっている

ときも、そのまま  を押してください。

Themis Account Manager Login ver.1.5.0.41417

① ユーザ選択▼ の横にユーザIDを入力してください。

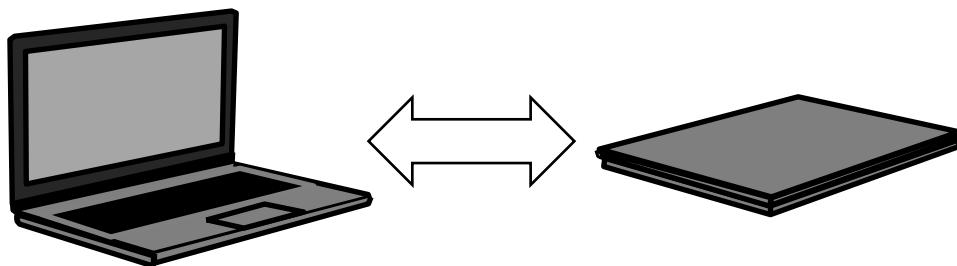
② 児童生徒 の字が黒くなっていることを確認してください。

③ 「パスワード」にパスワードを入力してください。
※ パスワードは一人ずつがいます。

④ 認証 ボタンを押してください。

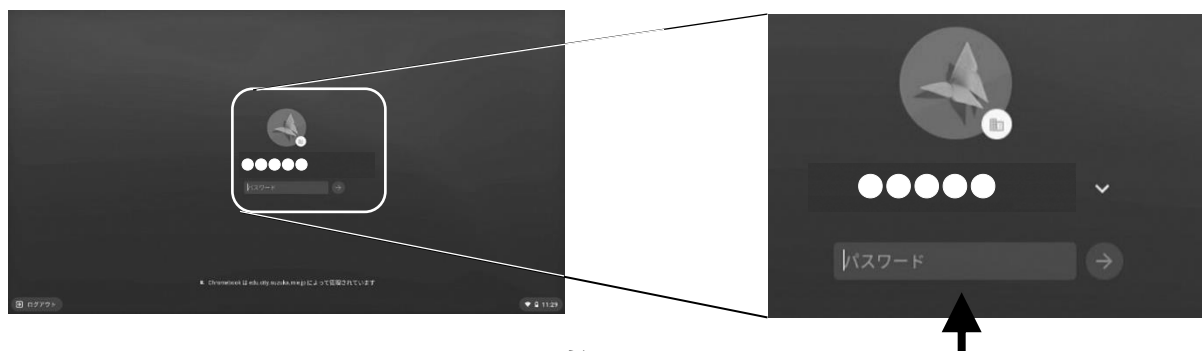
4 つかわないとき

つかわないときは、そのまま端末のふたを閉じてロックモードとしてください。



5 もう一度つかいはじめるとき

もう一度つかうときは端末のふたを開けて、ログインのときにつかったパスワードを入力してください。



「パスワード」欄にログインのときにつかったパスワードを入力し、 ボタンを押してください。

6 電源を切る

電源を切るときは、右下の時刻をクリックし、電源マークを押してください。

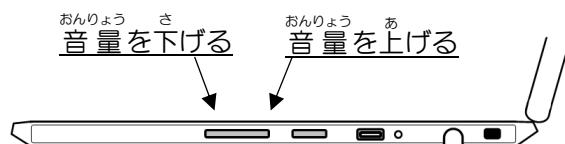


7 ^{ほか} その他

- (1) 音が出ないときは、端末の向かって右側面の音量ボタンで操作してください。

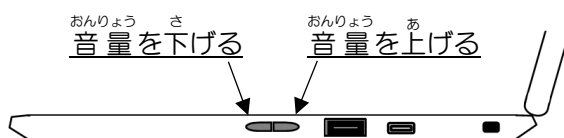
<ふたに **ASUS** と印字されている端末>


・向かって右側面



<ふたに **NEC** と印字されている端末>

・向かって右側面



- (2) 日本語が入力できないときは、 キー(キーボードの上から二番目の一番左のキー)を押してください。

- (3) 充電するとき、充電器を端末側面の USB Type-C に接続してください。



端末側面の USB Type-C に接続してください。
左右どちらの USB Type-C でも充電可能です。

- (4) 端末に貼ってある「ASUSコールセンター」や「NECサービス問い合わせセンター」、「NTTデータヘルプデスク」などの 会社の番号には絶対に電話をかけないでください。

「電源が入らない」などの 困ったことは、学校に連絡してください。

アプリやサービスの使い方

ミライシードの使い方（児童生徒用）

①ミライシードのアイコンを指で押すと、下のような画面が出てきます。



②自分の学年・組、出席番号、パスワードを入力する。

(※四角で囲まれたところを指で押すと入力できるようになります。)

しゅっせきばんごうは、1番の人は「1」、10番の人は、「10」といれます。

③ 「ドリルパーク」をお^お推^おし^おす^す。



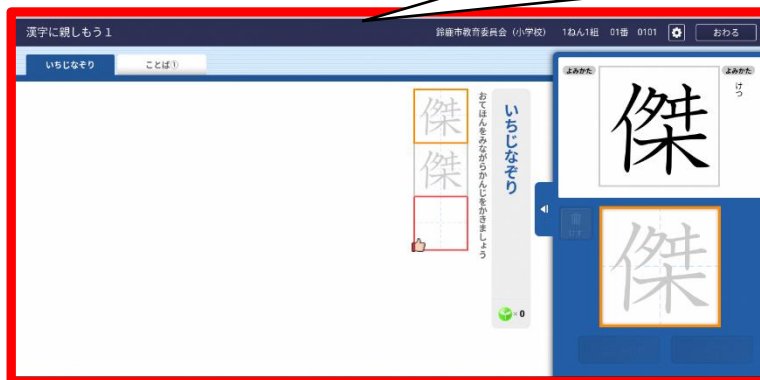
④ 自^じ分^{ぶん}の学^{がく}年^{ねん}、学^{がく}習^{しゅう}する教^{きょう}科^かを選^{えら}ぶとドリルがはじま^はりま^りす。

がくねん かくにん
学^{がく}年^{ねん}を確^{かく}認^{にん}しま^しま^しよ^う。

がくしゅう きょうか えら
学^{がく}習^{しゅう}する教^{きょう}科^かを選^{えら}びま^す。

The screenshot shows a selection interface. At the top, there are dropdown menus for grade ('1ねん') and subject ('こくご'). Below these are five rows of drill options, each with a 'シードポイント' (Seed Point) of 0 and a 'グレード' (Grade) button. The first row is 'かんじドリル' (Kanji Drill) for 'こくご' (Native Language). The other rows are 'ベーシックドリル' (Basic Drill) and 'パワーアップドリル' (Power Up Drill) for both 'こくご' and 'さんすう' (Math). At the bottom, there is a '総合学力調査' (Comprehensive Academic Ability Survey) button.

かんじ 漢^{かん}字^じドリルを選^{えら}ぶと、下^{した}のよ^ような画^が面^{めん}がで^でてき^きま^す。



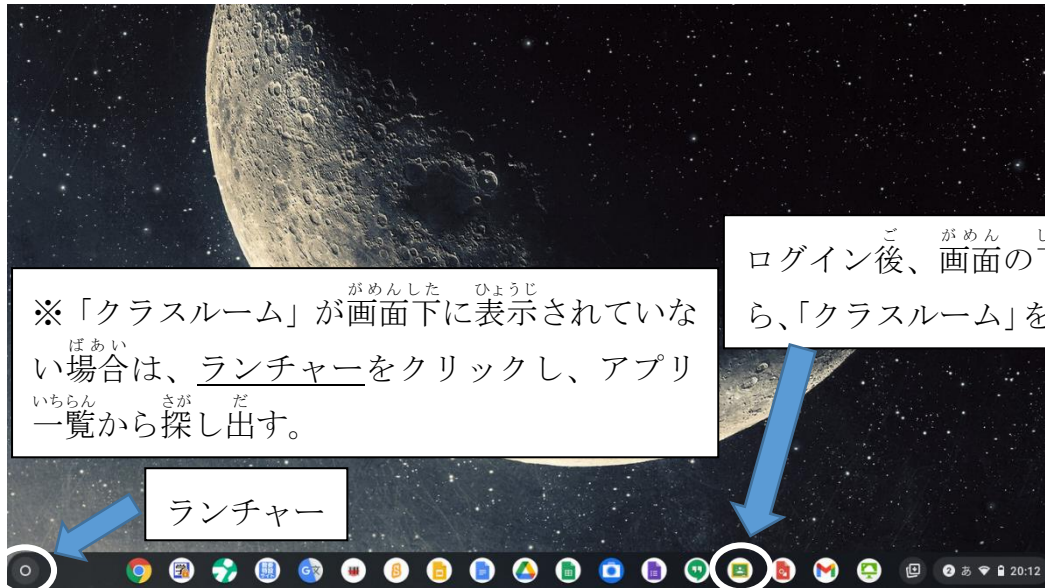
アプリやサービスの使い方

クラスルームを活用した Meet の使い方 (児童生徒用)

① クラスルームのアイコンを探す。



クラスルームのアイコン

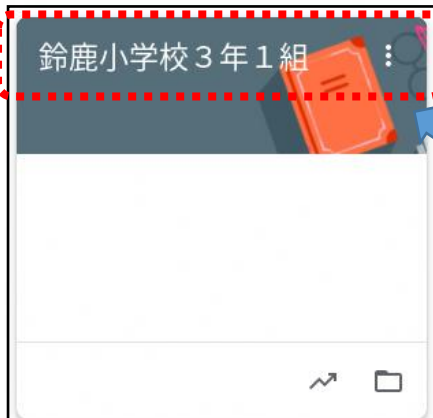


※「クラスルーム」が画面下に表示されていない場合は、ランチャーをクリックし、アプリ一覧から探し出す。

ログイン後、画面の下にあるアプリの中から、「クラスルーム」を探してクリックする。

※「クリック」と「指で押す」は、同じことです。

② クラスルームの中から、自分のクラスを見つけてクラスに入る。



この場合は、「鈴鹿小学校 3年1組」がクラス名です。

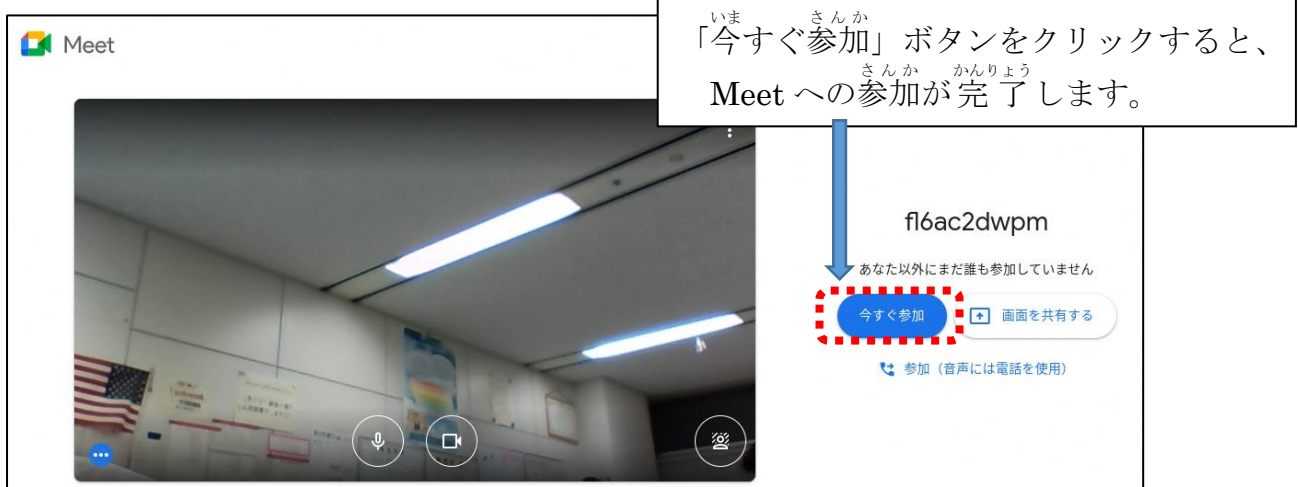
クラス名をクリックすると、自分のクラスに入ることができます。(指で押しても入れます。)

③ 自分のクラスに入ったら、Meet の参加をクリック (指で押す) する。

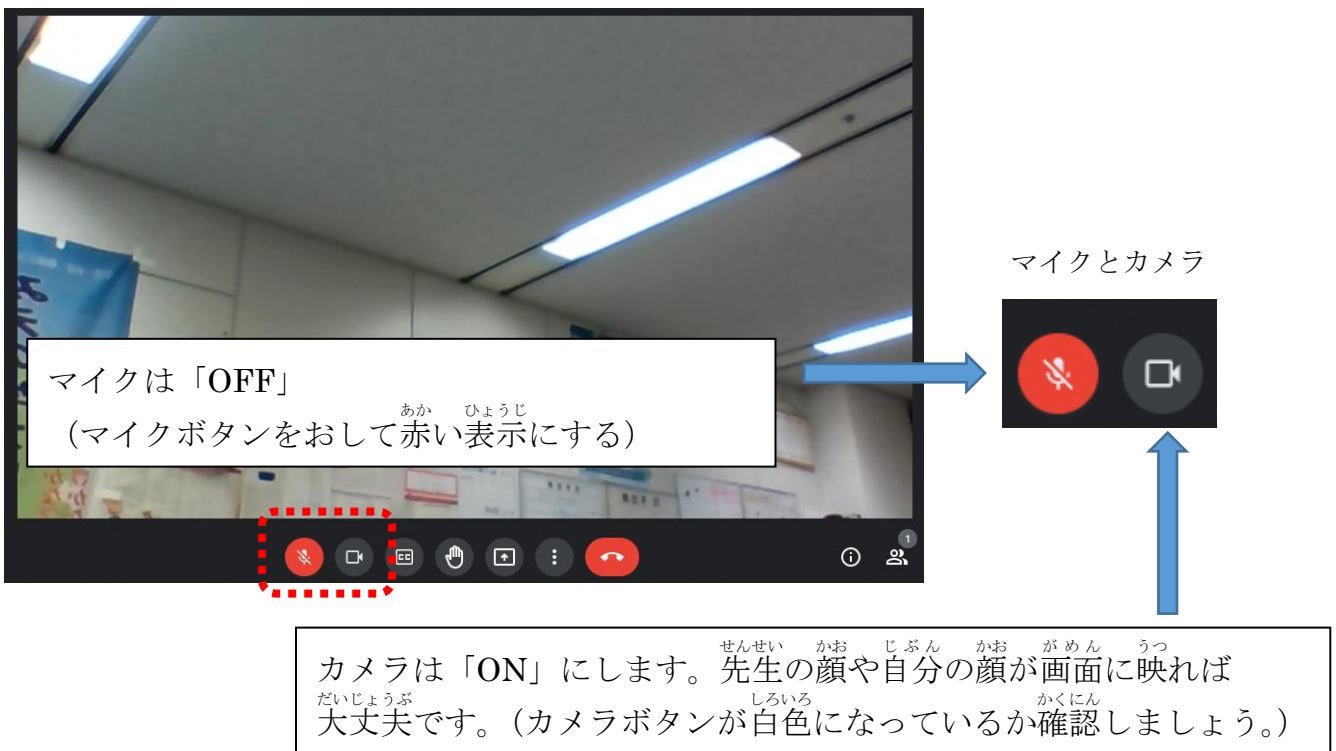


※ここには、先生からのお知らせが案内されます。クラスに入ったら、確認しましょう。

④ Meet の画面から参加ボタンをクリック（指で押す）する。



⑤ Meet へ参加したら次のことをかくにんする。



⑥ オンライン授業が始まったら、次のことを守って授業を受けましょう。

- 先生の指示があるまでは、Meet の画面にあるボタンはさわりません。
- 話をするときだけ、マイクボタンをクリックします。
- 授業が終わったら、📞 ボタンを押して、Meet から退出します。

家庭でクロームブックを使う時のルール しょうがっこうこうがくねんよう 小学校高学年用

クロームブックは、みなさんの学習に役立つため、鈴鹿市教育委員会から貸出されたものです。正しい使い方を身につけ、卒業まで、大切に使いましょう。

そのために、「家庭でクロームブックを使う時のルール」を決めました。みなさんでこのルールを守り、クロームブックを「安全・安心・快適」に使い、楽しく学習しましょう。

1 目的

クロームブックは、学習活動のために使うものです。ゲームや学習に関係の無い動画、趣味のものを見るためのものではありません。



2 使い方

- 画面にふれる時は、指やタッチペンを使います。えんぴつやペンでふれたり、落書きしたり、磁石を近づけたりしません。
- よごれた手やぬれた手では使いません。

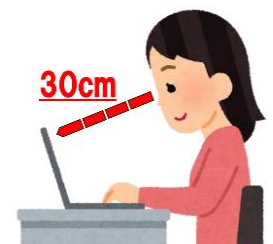
3 保管や持ち運び

- 登下校中は、クロームブックをかばんから出しません。
- クロームブックの上にものをのせません。
- クロームブックを持ったまま走ったり、床に置いたりしません。
- 家の人の目の届くところに置いておきます。
- 不安定で落ちてしまいそうな場所に置きません。
- クロームブックの近くに、お茶や水などを置きません。



4 健康のために

- クロームブックを、正しい姿勢で使いましょう。
 - ①いすに深く座りましょう
 - ②背中を伸ばしましょう
 - ③見やすい位置に画面の角度をかたむけましょう
 - ④クロームブックの画面から30センチ離しましょう
- 30分に1回は画面から目をはなし、遠くを見るなど、目を休ませます。
※長時間使うことにより、目が疲れしたり、視力が低下したり、体調が悪くなったりする人もいます。
- 就寝1時間前からはクロームブックの使用をひかえましょう。



5 安全な使い方



① インターネット

- ・ 学習に関係のないウェブサイトにはアクセスしません。
インターネットに接続した記録は残ります。
- ・ インターネットには制限がかけられていますが、もしもあやしいサイトに入ってしまったときは、すぐに画面を閉じ、家の人や先生に知らせます。
- ・ インターネット上でも悪口（誹謗中傷※1）は言いません、仲間外れもしません。

② カメラ機能

- ・ 先生が許可したとき以外は、カメラ機能を使いません。
 - ・ だれかを撮影するときは、勝手に撮らず、必ず撮影する相手の許可をもらいます。
- ※「カメラ」の機能は、個人情報の流出、肖像権※2、著作権※3の侵害等、多くの危険が含まれているため、特に気を付けて使う必要があります。

③ 個人情報

- ・ 自分のIDやパスワードをほかの人に教えません。
- ・ 自分やほかの人の個人情報（名前や住所、電話番号など）はインターネット上に書き込んだり、公開したりしません。
- ・ 家や学校などの決まったWi-Fi以外につなぎません。



④ データの保存

- ・ クロームブックで作ったデータやインターネットからダウンロードしたデータ（写真や動画など）は先生が許可したものだけ保存します。

⑤ 著作権

- ・ ほかの人の権利を侵害するトラブル（著作権、肖像権の侵害）に巻き込まれないようにしましょう。

※相手の許可なしに、ほかの人の個人情報（名前や住所、電話番号など）をインターネット上に公開することは違法となります。

⑥ 設定の変更

- ・ 先生の許可なしに設定を変えません。
- ・ クロームブックに入っているアプリケーションを削除しません。



6 不具合や故障等を防ぐために

- ・ 家のパソコンとクロームブックは、絶対に接続しません。
- ・ クロームブックに不適切な表示が出たり、使えなくなったりしたときはすぐに家の人や学校に知らせます。
- ・ こわれたり、なくしたりした時も、すぐに学校に連絡をします。



7 クロームブックを大切に使うために

- ・ クロームブックに貼ってあるシールをはがしたり、勝手にシールを貼ったりしません。
- ・ ルールが守れないときは、クロームブックを使うことができなくなります。

※困った場合は、必ず家の人と相談の上、学校に連絡してください。

- ※1 誹謗中傷・・・ほかの人の悪口を言いふらして、傷つけること。
- ※2 肖像権・・・自分の肖像（顔や姿）を許可なく写真や絵画、彫刻などに写しとられたり、公表したり、使用されたりしない権利。
- ※3 著作権・・・文章・音楽・写真・絵など、それをつくった人以外は勝手に使ってはいけないという権利。

ごかてい き 御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。

ちゅういてん 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。

ごかてい き 御家庭で気をつけていただきたいこと②

□ たんまつ りようじかんとう 端末の利用時間等のルールについて

ごかてい す じかんぜんたい なか ごかてい ようい
御家庭で過ごす時間全体の中で、御家庭で用意
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。



<さいていげん まも 最低限、守っていただきたいこと>

- すく ね じかんまえ 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。
- がっこう くば たんまつ がくしゅう かんけい もくてき つか 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。

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、御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。

□ たんまつ あんぜん りよう 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。

御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御検討ください。

鈴鹿市が貸与した端末には、フィルタリングサービスを導入しています。

出典：「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」(文部科学省)