

铃鹿市 有关将平板电脑带回家使用的 指南手册

(中国語版)

鈴鹿市端末持ち帰りについての手引き



令和8年3月修改

铃鹿市教育委员会

目录

- 1 有关将电子设备(平板电脑)带回家使用事宜 P 2
- 2 有关理解一人一台电脑的出借事宜以及拜托完善家庭通信环境设备 P 3
- 3 平板电脑 (Chromebook) 的使用方法 P 7
- 4 在家使用平板电脑时的规则 P11
- 5 需要各家庭予以注意的事项
(文部科学省 资料) P13

致各位家长

端末 (Chromebook) 持ち帰りについて

有关将平板电脑 (Chromebook) 带回家中使用事宜

诚挚的感谢各位家长日常对于铃鹿市学校运营工作中给予的理解与合作。

文部科学省在令和型日本型的学校教育方面，为了更加充实孩子们不断进取的学习内容，寻求投入使用平板电脑让孩子们开展学习。遇到突如其来的闭校与关闭班级等事情发生时，为了不影响孩子们的学习进度，使用平板电脑的学习起到了非常显著的作用。为了扩充儿童灵活使用平板电脑的机会以及更加充实对于家庭学习等方面，在本市从去年开始正在实施着将平板电脑带回家中供学生们在家学习使用。

面向将平板电脑带回家中，也编辑制作了「有关携带平板电脑回家的指南」手册。在校老师会对于使用方法等事项做指导，为了孩子们可以安心的使用笔记本电脑，拜托家长在各自家庭内与儿童对于平板电脑的使用时间与方法等事宜进行谈话与指导。

1 目的

以扩充学生对于接触与使用电子设备的机会以及对于充实家庭学习方面的支援，培育学生对于电子器材的操作方法的熟练度与灵活运用与使用情报的能力，目的是力求让儿童扎实掌握并提高在基础学习方面的能力，确保好在授课中让学生发挥主体性以及沟通互动方面等深入学习的时间。

2 设想利用平板电脑

设想在家庭内会使用平板电脑完成家庭作业与课前的预习及复习，数字信息内容的利用。

另外，设想在闭校与班级关闭等情况时在网课授课时使用。

3 关于在家庭内对于平板电脑在使用方面的规则

请您参照本指南手册第 11 页 ~ 「在家使用平板电脑时的规则」。通过家长与儿童进行谈话，请大家约定好在家使用平板电脑时的规则。拜托家长指导儿童要遵守使用平板电脑的各项规则。

4 有关借出物品平板电脑的遗失、故障、损坏等事宜

如果遇到平板电脑等借出物品发生丢失、故障、损坏等情况时，请立即联系学校说明。如果是因故意或重大的过失而造成的丢失、故障或损坏等情况时，修理费用会由家长负担。敬请注意。

5 咨询窗口

- 如果有任何不明的事项，请向儿童所在学校咨询。

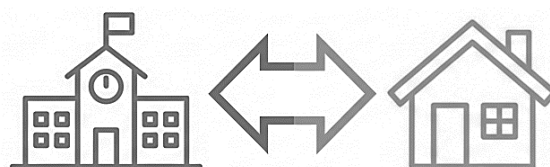
致各位家长

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

对于每人出借一台电脑方面的理解与家庭内网络通信环境调整的请求

在理解与合作方面的请求

- 学生在校所使用的「每人一台平板电脑」是，由本市教育委员会为全体学生提供的无偿借出物品。
- 在辨别儿童操作熟练程度的基础上，按照学年无论是家庭学习还是日常生活中都在有效的被利用着。在校我们也会针对如何正确并有效的使用电脑等方面做教育指导，为了让孩子们在正确并有效使用电脑方面做好衔接，需要各家庭给予的协助也必不可少。
- 综上所述，我们将电脑带回家中使用相关的留意事项进行了归纳，望各位家长确认好内容并给予我们理解与合作。



面向家长的请求① 对于出借给每人一台电脑的事宜

- 出借的电脑可在转学与毕业为止的期间内持续使用。望各家庭教导儿童要注意对电脑的保护使用。
- 对于出借手续，需要您提交「使用电脑的同意书」。
- 电脑在毕业的节点或转学的节点需要将电脑返还给学校。
- 在出借的三种型号中，分别是学校指定的物品。大家不可自行选择型号，望予以理解。
 - ① ASUS 制 Chromebook CZ1104FM2A ② ASUS 制 Chromebook C214MA-BU0029
 - ③ NEC 制 Chromebook PC-YAE11X21A4J2
- ※任何一种型号的物品在操作上没有差异，在学习内容等方面也没有不同。
- 从有效利用电脑的观点出发，全校学生使用的电脑在型号上会有所差异，望大家理解。
- 对于将电脑带回家的事情，是为『学生本人有效完成学习』的目的而使用。
- 对于小学低学年学生在操作方面的相关事情，在校会进行教育指导，但根据必要也请各家庭给予支援与协助。
- 铃鹿市导入的电脑虽然在质量方面具备着可靠性，但为了防止因一时大意而造成的损坏等事情的发生，拜托各家庭对于如何正确使用电脑等方面持续的进行阶段性指导。



面向家长的请求② 有关将电脑带回家中时在设置网络方面的调整

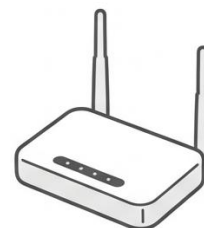
对于每人一台电脑的有效使用，需要各家庭具备可使用网络的环境。对于还未设置可使用网络环境的家庭，拜托大家在设置网络方面给予合作。

对于家庭通信环境调整方面铃鹿市的观点

○ 关于设置网络与费用的负担

为了在家庭学习中有效的利用电脑，原则上需要各家庭设置好可通信的网络设备。

此外，对于网络费用，需要各家庭自行承担（市里没有相应的补助）。



○ 有关通讯器材的出借（通信费用由各家庭自行承担）

如果有不得已原因无法设置网络的情况时，我们会免费出借 Wi-Fi 路由器或 LTEdong gu lu wifi 适配器。但是，通信契约（SIM 电话卡）以及通信费用等需要各家庭协助完成。详细情况请咨询学校。



○ 基于特定要件的免费出借

正在接受生活保护与就学援助等，对于协助设置通信环境困难的 家庭，我们会免费出借已办理过通信契约手续的 LTEdong gu lu WiFi 适配器。



（参考） 一个月必要的通信经费

【带回家中学习】3GB（流量）程度※

※根据完成的课题量与做题时间等关系，有若干差异。

※对于发生紧急情况上网课的情况时，每天按照 5 个小时，双向授课方式授课 20 个日程时，流量会变为 90GB 的程度。

有关出借与带回家学习 Q&A

Q1: 从什么时候开始可以带平板电脑回家?

A1: 以做好可带回家的准备时, 带回家的开始时间学校会再行通知。

Q2: 如果电脑在家中使用时出现了损坏, 该怎么办?

A2: 用电话联系学校并将损坏的原由报告给学校, 并将电脑提交给学校。
发生故障的情况时, 学校会将备用电脑出借, 但是由于数量有限, 拜托家长指导孩子要珍惜使用物品。此外, 如果是故意损害的情况, 那么, 需要您个人承担赔偿责任。

**Q3: 不清楚是否是损坏的情况, 但是电脑不能正常运作时该怎么办?**

A3: 请家长让儿童在第二天向老师报告电脑的状况。(根据必要您也可以在联络本上添加说明。)

Q4: 担心孩子是否会点击有害网站。有什么对应措施吗?

A4: 我们已引入过滤服务功能, 为此, 可以阻挡进入有害网站。

Q5: 担心孩子熬夜看视频等从而造成生活作息的紊乱。有什么规定吗?

A5: 在校会教导孩子需要按照使用规则以及不能在夜间使用等事情, 望各家庭也给予这方面事情的教育指导。(P13 ~ 参照)

Q6: 流量记录或学习记录会被留记录吗?

A6: 以下的履历会因以下的目的而做记录。

【记录的履历】登录的履历以及浏览的履历、Classroom 和电脑内未来习题等的使用履历

【记录的目的】在发生系统障碍时的原因调查、学生使用目的外的使用以及学生出现需要被教导的问题时的对应。

另外, 应用 App、未来习题的学习履历、Classroom 的课题提出状况等, 各教员在指导教学方面可以进行确认。

此外, 在家庭内的学习 (预习与复习・使用互联网做学习调查・有效使用习题册教材的基础知识巩固等) 主要使用的应用程序和网络服务、Google Workspace、bei nei sei 未来习题 (增强版服务・习题乐园)、内田洋行 L-Gate 等。今后的应用 App 等。孩子的学习状况等都会经手。

有关协助调整通信环境设备的 Q&A

Q1: 对于将电脑带回家, 需要重新签通信契约吗?

A1: 如果已有互联网的通信设备, 那么就没有必要签新的契约。但是, 在使用时如果出现了以下的状况时, 请您调整 Wi-Fi 路由器的位置或重新审视契约内容等。

○经常会出现断网。

○视频静止或出现卡顿。

※有关现今的契约内容与通信速度等方面, 如有不清楚的内容, 请您咨询签约的电信公司。

Q2: 对于通信环境的设置, 都有什么样的契约方式?

A2: 可以与以下公司签约。由于每个家庭在用途上会有所不同, 为此, 建议您前往居家附近的家电商店或电信公司的咨询窗口等, 咨询「家庭内使用的 Wi-Fi 路由器相关事宜」。

① 电信公司 (NTT 西日本和 KDDI 等)

② 有限电视公司 (CNS 等)

③ 电信公司

(NTTdocomo、KDDI、softbank、乐天等)

Q3: 可以对应手机网络共享(手机热点)吗?

A3: 根据签约的流量大小, 可以进行对应。但是, 根据签约的条件, 如果用量超出了流量范围, 也有在契约标有流量变慢的情况, 望大家予以注意契约的那么会出现网速变慢的情况。

Q4: 由于居住在集体住宅区域, 无法将网线迁入自家的情况。遇到这种情况时需要怎么做?

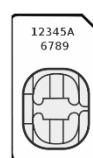
A4: 有可以不用施工的器材。另外, 也有免费提供这种器材的经销商。请咨询家电商店。

Q5: 已借到网络 Wi-Fi 路由器与 LTEdong gu lu wifi 适配器的情况时, 需要怎样签 SIM 卡的契约?

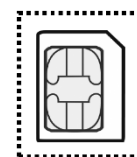
A5: 可以在各电信公司的网站或店铺 (电信公司分店、家电商场等) 进行签约。

在办理手续时, 需要务必注意以下几点内容。

○请务必将「SIM 电话卡 (微型-SIM 电话卡)」指定再进行签约。



SIM



マイクロSIM



ナノSIM

○根据出借的器材种类, 有部分电信公司不适用。

在签约前, 请务必将学校出借的器材型号等确认后与电信公司商谈。

Q6: 在发生临时听课等情况, 需要上网课时, 可以出借通信器材吗?

A6: 对于没有通信环境的学生, 计划实施在校上网课。

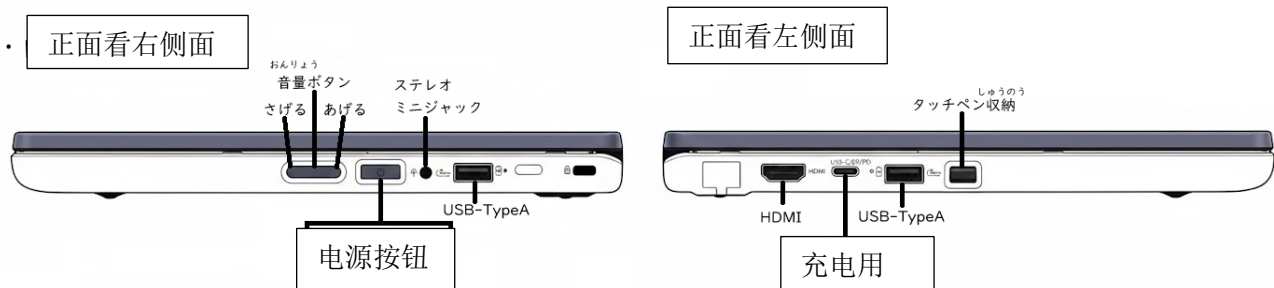
如有不清楚的事项, 请您咨询孩子就读的学校。

平板电脑 (Chromebook) 的利用须知

1 如何打开电源

将电脑打开后电源会自动开启。



如果电源不能自动开启，那么，请按电脑上的电源开关。



※ 按电源按钮也无法打开电源时 ※

- (1) 如果是没有电量的情况，那么就无法开机。请使用充电器进行充电。
充电期间，电脑的充电显示灯会发出橘红色灯光。灯光变成白色后，表示充电已完毕。
- (2) 即便接入电源也无法充电时，请将平板重置。

【重置方法】

- ①  (键盘最上方第一行从左数第三个按键) 需要长按此键的同时重新按电源按钮。
- ② 接入电源后，松开  键。
- (3) 如果以上方法都没有效，那么请您联系学校。

※ 电源已接入但是无法操作时 ※

- (1) 将平板的屏幕打开至 180 度以上时会变为平板模式，键盘与点击笔功能无法使用。
平板模式时，请操作屏幕自带键盘与直接点击屏幕。
将平板屏幕盖上后，平板功能会自动解除。
- (2) 因系统实施更新，有时会出现以下的画面。如果出现了此情况时，会有几分钟内不能操作的情况发生，请您耐心等待。



- (3) 如果还是不能顺利操作，那么请您联系学校。

2 如何连接 Wi-Fi

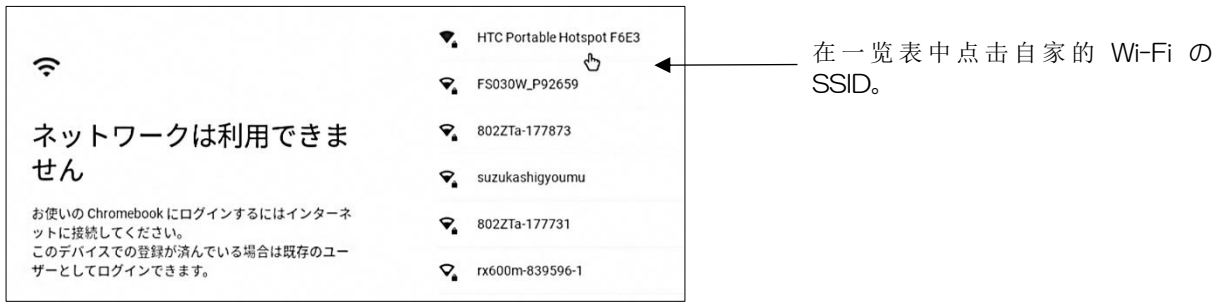
※ 初次连接家里的 Wi-Fi 时需要完成的操作。

※ 请查找好家里 Wi-Fi 的 SSID 和密码。 ※

SSID 和密码，在家庭里「Wi-Fi 路由器」的背面或底部被印刷表示的情况较多。

根据「Wi-Fi 路由器」的品牌，密码所表示的事情分别有像「暗号化记号」和「KEY」、「PASS」、「セキュリティーキー」等方式的字面表示。

接入电源后如果出现了下方的画面，请在一览表中选择自家的 Wi-Fi。

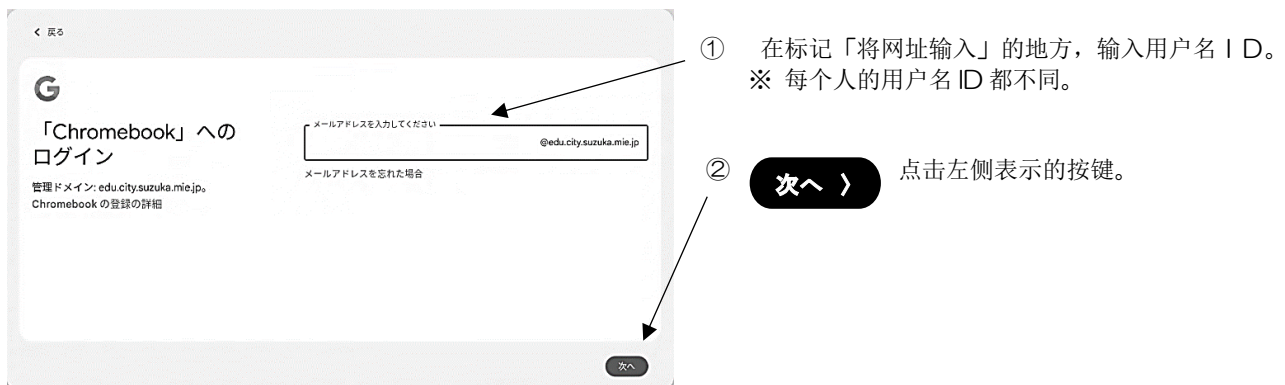


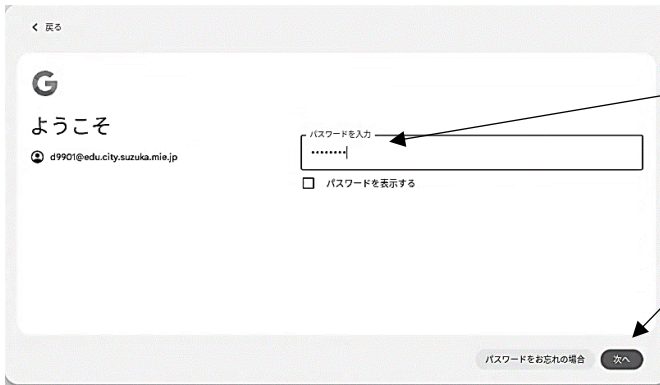
请输入家里 Wi-Fi 的密码。



3 登录方法

学校会告知孩子用户名 ID 和密码。如果有不清楚的情况时，请联系学校。



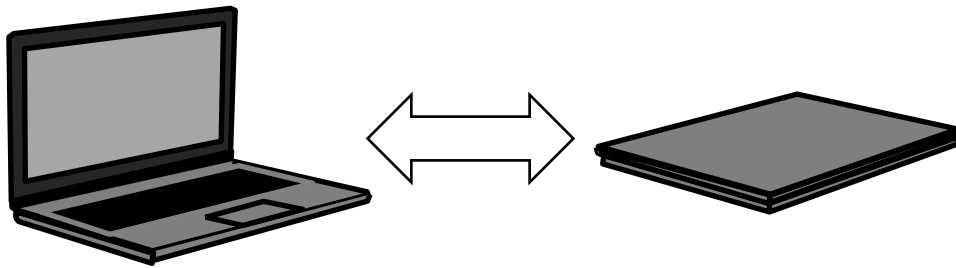


③ 在「输入密码」的栏目内将密码输入。
※ 每个人的密码都不同。

④ **次へ** 点击左侧表示的按钮。

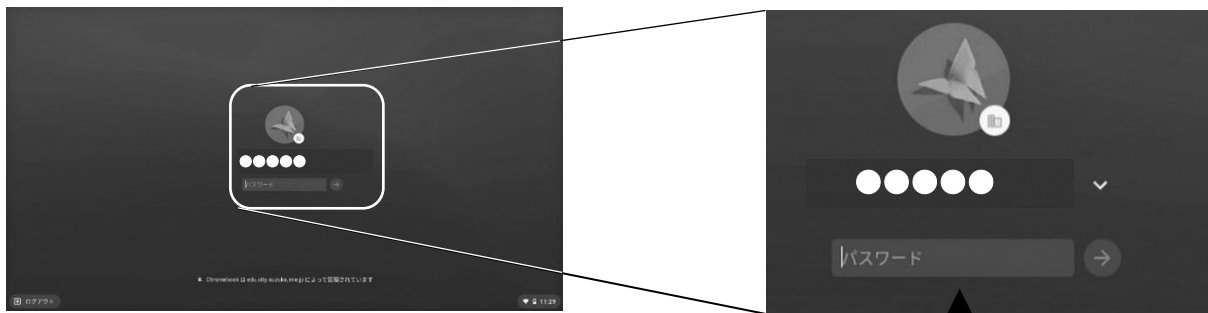
4 不用时


不用时，请将 电脑屏幕折叠关闭，电脑会自动变为锁定。



5 想再次使用电脑时

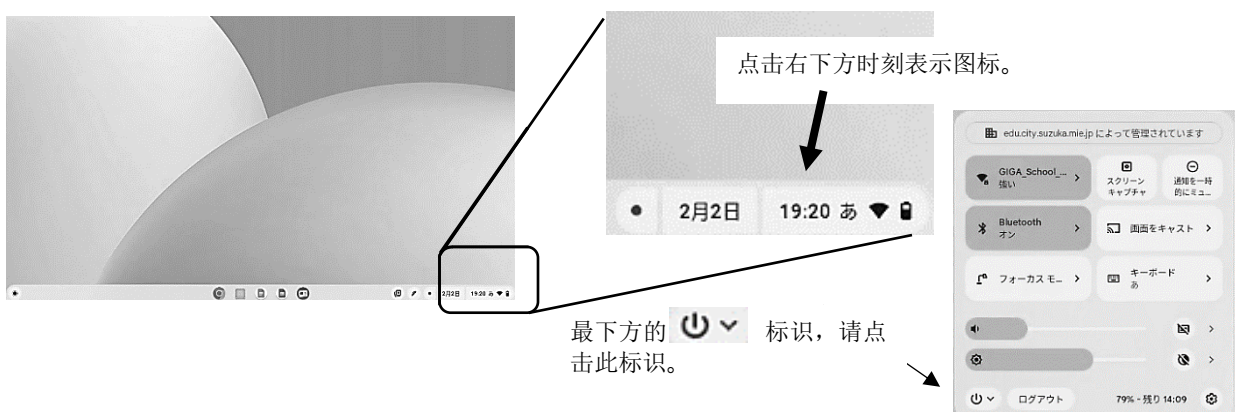
再次使用时请将电脑屏幕打开，并将登录时输入的密码再次输入。



「密码」栏在登录时将密码输入、并点击  按钮。

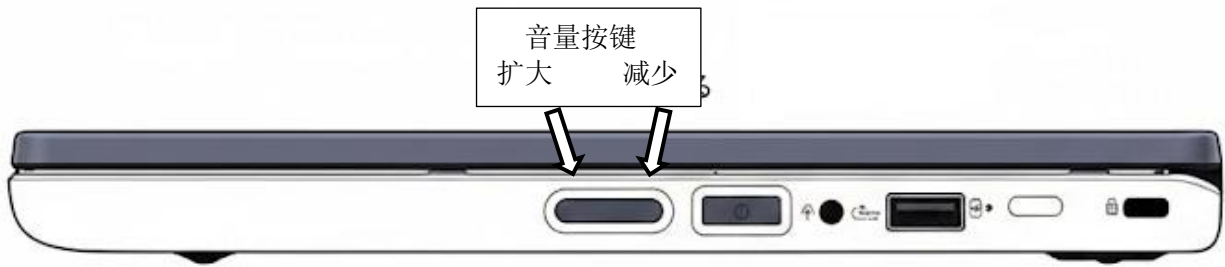
6 切断电源

切断电源时，请点击右下方的时刻表示图标，并点击电源表示标识。

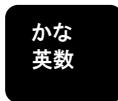


7 其他

(1) 没有声音时，请操作平板右侧的音量键。

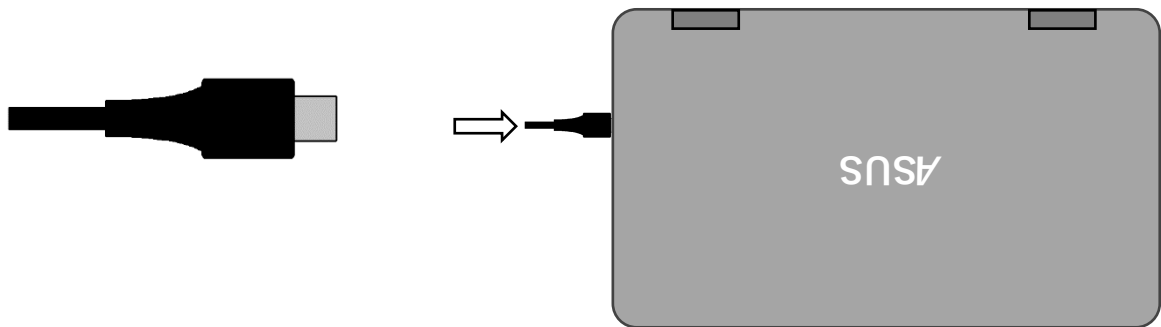


(2) 不能输入日语时，请点击



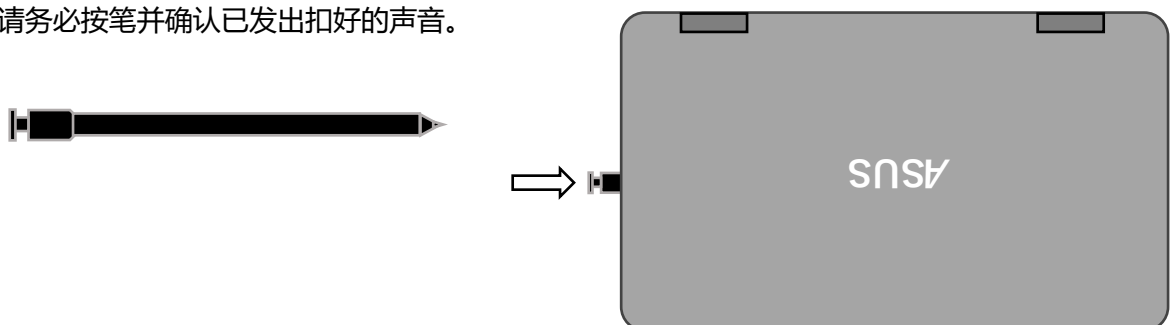
(键盘从上方数第二排左侧开始的第一)。

(3) 充电时，请将充电器与平板左侧面的 USB Type-C 相连接。



(4) 使用点击笔时，请注意丢失与损坏等。

使用后请务必按笔并确认已发出扣好的声音。



(5) 遇到「电源无法接入」等困惑的情况时，请联系学校。

在家中使用平板电脑时的规则

小学低年级用

平板电脑是为了有助于学生的学习，由铃鹿市教育委员会出借给大家的物品。希望大家掌握正确使用平板电脑的方法并愉快的开展学习吧。

1 目的

- 平板电脑是为了学习而使用。



2 使用方法

- 请使用手指或触屏笔进行点击吧。
- 不能用脏手或湿手去触摸物品。

3 携带移动时

- 上下学时不能将笔记本电脑从书包内取出。
- 不能在平板电脑上堆放物品。
- 手持平板电脑时不能奔跑以及不能将电脑放置在地板上。



4 需要注意的事项

- 请在用平板电脑时端正坐姿。
 - 将身体完全坐在椅子上至座椅靠背的位置
 - 背部保持挺拔的坐姿
 - 将画面的角度调整至便于自己观看屏幕的视线位置
 - 让身体与平板电脑屏幕保持在30厘米以上的距离
- 不能在平板电脑的附近放置茶水或液体等。
- 不能将平板电脑靠近磁铁。
- 如果感到视觉疲劳，请暂时停止电脑的使用让双眼得到休息。
- 在入睡的1小时前开始就不要使用电脑了。
- 如果是拍摄其他同学的时候，请在询问对方后再拍摄。
- 不能将自己的用户名(ID)与密码(パスワード)告诉他人。
- 不能将自己的信息(姓名、住址、电话号码等,)上传到网上。也不能擅自将他人的照片上传到网上。
- 在网上也不允许说他人的坏话。



5 其他

- 将电脑保管在家人知道的地方。
- 没有老师的许可不可将设置更改。
- 如果不能正常使用平板电脑或损坏、丢失时，请务必告知家长并由家长联系学校说明。

- 不能将平板电脑上贴附的粘贴去除。
不遵守使用规则时，就无法继续使用平板电脑学习了。

※遇到困难时，务必要与家长商量并由家长与学校取得联系。

在家中使用平板电脑时的规则

小学高年级用

平板电脑是为了有助于学生的学习，由铃鹿市教育委员会出借给大家的物品。希望大家掌握正确使用平板电脑的方法并在至毕业期间内爱护使用物品吧。

为此，拟定了「在家庭内使用平板电脑时的规则」。希望大家遵守这些规则，做到「安全·安心·舒适」的使用物品并愉快的进行学习吧。

1 目的

平板电脑是为了学生开展学习活动而使用的物品。并不是让大家打游戏、观看与学习无关的视频与兴趣爱好等视频的物品。



2 使用方法

- 触屏时请使用手指或触屏笔。不要用铅笔点击屏幕或在屏幕周围乱写乱画或将物品靠近磁铁等物品。
- 不能用脏手或湿手去触摸物品。

3 保管以及移动携带

- 上下学时不能将平板电脑从书包内取出。
- 不能在平板电脑上堆放物品。
- 手持平板电脑时不能追跑打闹以及不能将电脑放置在地板上。
- 电脑放在家人可以触手可及的地方。
- 不要将电脑收纳放置在容易掉落的位置处。
- 不能在平板电脑附近放置茶水或液体等饮品。



4 为了健康

- 使用平板电脑时，请保持好正确的坐姿。
 - ①将身体完全坐在椅子上至座椅靠背的位置
 - ②背部保持挺拔的坐姿
 - ③将屏幕的位置调整至便于自己观看的角度
 - ④将身体与平板电脑屏幕保持在30厘米以上的距离
- 让双眼保持在观看至30分钟的一定时间内让双眼暂时离开画面，看一看远处放松一下双眼。
 - ※由于长时间的使用，出现了一部分眼部疲劳、视力低下、身体状况不适的学生。
- 在入睡的1小时前开始就不要使用电脑了。



5 安全的使用方法

① 网络(互联网)

- 不要访问与学习无关的网站。
系统上会留下搜索打开的记录。
- 虽然已在网络上设置了制约,但是,如果不小心进入了可疑的网站时,需要立即将画面关闭并要告知家长与老师。
- 在网络上也不能说他人的坏话(诽谤中伤※1),不能孤立排挤他人。



② 拍摄功能

- 拍摄他人时务必要经对方的同意,不能擅自拍摄。
※「摄像」功能,由于涉及到个人情报的泄露、肖像权、著作权等的侵害问题,为此,在使用时需要特别注意。

③ 个人情报

- 不能将自己的用户名(ID)与密码(パスワード)告诉他人。
- 不能将自己或他人的信息(姓名、住址、电话号码等,)书写上传或公开到网络上。
- 不能连接除家里与学校以外被指定的无线网(wi-fi)。



④ 数据的保存

- 对于使用平板电脑制作完成的数据内容或在网络平台上下载的数据(相片或视频等),只可保存已获取老师许可的内容。

⑤ 著作权

- 注意不要被卷入侵害他人权利的纠纷事件(著作权、肖像权的侵害)中。
※未经对方的许可,将他人的个人情报(姓名、住址、电话号码等)公开在网络上违法的事情。



⑥ 设置的变更

- 没有老师的许可不可将设置更改。
- 不能擅自删除存放在平板电脑里面的应用系统 App。

6 为了防止使用不畅、故障等事情发生

- 绝对不能将平板电脑连接自家电脑。
- 如果遇到平板电脑出现不当的表示或无法使用时，必须要立即告知家人并由家长通知学校。
- 丢失或损坏时也要立即联系学校。



7 为了珍惜爱护使用平板电脑

- 不能擅自将平板电脑上原有的粘贴摘除或擅自贴粘贴等。
- 不遵守使用规则时，就无法继续使用平板电脑学习。

※遇到困难时，务必要与家长商量并由家长联系学校。

- ※ 1 诽谤中伤··· 说他人的坏话给他人造成伤害。
- ※ 2 肖像权··· 自己的肖像（正脸和身姿），未经同意不能将照片、绘画、雕刻等拍摄，实施公开发表或被使用的权力。
- ※ 3 著作权··· 对于文章· 音乐· 照片· 绘画作品等，除作者本人以外不能擅自使用的权力。

在家中使用平板电脑时的规则 中学校用

平板电脑是为了有助于学生的学习，由铃鹿市教育委员会出借给大家的物品。希望大家掌握正确使用平板电脑的方法并在至毕业期间内爱护使用物品吧。

为此，拟定了「在家庭内使用平板电脑时的规则」。希望大家遵守这些规则，做到「安全·安心·舒适」的使用物品并愉快的进行学习吧。

1 目的

平板电脑是为了学生开展学习活动而使用的物品。并不是让大家打游戏、观看与学习无关的视频与兴趣爱好等视频的物品。



2 使用方法

- 触屏时请使用手指或触屏笔。不要用铅笔点击屏幕或在屏幕周围乱写乱画或将物品靠近磁铁等物品。
- 不能用脏手或湿手去触摸物品。

3 保管以及移动携带

- 上下学时不能将平板电脑从书包内取出。
- 不能在平板电脑上堆放物品。
- 手持平板电脑时不能追跑打闹以及不能将电脑放置在地板上。
- 将电脑放在家人可以触手可及的地方。
- 不要将电脑收纳放置在容易掉落的位置处。
- 不能在平板电脑附近放置茶水或液体等饮品。



4 为了健康

- 使用平板电脑时，请保持好正确的坐姿。
 - ①将身体完全坐在椅子上至座椅靠背的位置
 - ②背部保持挺拔的坐姿
 - ③将屏幕的位置调整至便于自己观看的角度
 - ④将身体与平板电脑屏幕保持在30厘米以上的距离
- 让双眼保持在观看至30分钟的一定时间内让双眼暂时离开画面，看一看远处放松一下双眼。
 - ※由于长时间的使用，出现了一部分眼部疲劳、视力低下、身体状况不适的学生。
- 在入睡的1小时前开始就不要使用电脑了。



5 安全的使用方法

① 网络(互联网)

- 不要访问与学习无关的网站。
系统上会留下搜索打开的记录。
- 虽然已在网络上设置了制约,但是,如果不小心进入了可疑的网站时,需要立即将画面关闭并要告知家长与老师。
- 在网络上也不能说他人的坏话(诽谤中伤※1),不能孤立排挤他人。



② 摄像功能

- 拍摄他人时务必要经对方的同意,不能擅自拍摄。
※「摄像」功能,由于涉及到个人情报的泄露、肖像权、著作权等的侵害问题,为此,在使用时需要特别注意。

③ 个人情报

- 不能将自己的用户名(ID)与密码(パスワード)告诉他人。
- 不能将自己或他人的信息(姓名、住址、电话号码等,)书写上传或公开到网络上。
- 不能连接除家里与学校以外被指定的无线网(wi-fi)。



④ 数据的保存

- 对于使用平板电脑制作完成的数据内容或在网络平台上下载的数据(相片或视频等),只可保存已获取老师许可的内容。

⑤ 著作权

- 注意不要被卷入侵害他人权利的纠纷(著作权、肖像权的侵害)事件中。
※未经对方的许可,将他人的个人情报(姓名、住址、电话号码等)公开在网络上违法的事情。

⑥ 设置的变更

- 没有老师的许可不可将设置更改。
- 不能擅自删除存放在平板电脑里面的应用系统 App。



6 为了防止使用不畅、故障等事情发生

- 绝对不能将平板电脑连接自家电脑。
- 如果遇到平板电脑出现不当的表示或无法使用时，必须要立即告知家人并由家长通知学校。
- 丢失或损坏时也要立即联系学校。



7 为了珍惜爱护使用平板电脑

- 不能擅自将平板电脑上原有的粘贴摘除或擅自贴粘贴等。
- 不遵守使用规则时，就无法继续使用平板电脑学习。

※遇到困难时，务必要与家长商量并由家长联系学校。

- ※ 1 诽谤中伤··· 说他人的坏话给他人造成伤害。
- ※ 2 肖像权··· 自己的肖像（正脸和身姿），未经同意不能将照片、绘画、雕刻等拍摄，实施公开发表或被使用的权力。
- ※ 3 著作权··· 对于文章· 音乐· 照片· 绘画作品等，除作者本人以外不能擅自使用的权力。

需要各家庭予以注意的事项

□ 使用平板电脑时有关健康方面的注意事项

对于在使用平板电脑时有关健康方面的要点，为了让儿童自身掌握良好的习惯，老师们在校也会做相关方面的教育指导，但特别是对于低学年的儿童，如果能获得家长在日常的照看，那么会从中起到有效的作用。



注意点！

① 让眼睛与屏幕保持在 30cm 以上的距离使用

☞ 为此，保持好的坐姿尤为重要。对应儿童成长的身高，有必要将书桌与椅子调整到适宜的高度。

② 每隔 30 分钟做一次，20 秒以上的目光移动，将目光脱离屏幕看向远方

③ 根据房间的亮度，调整屏幕的明亮度

☞ 一般的情况下，如晚间在家使用时，相比白天在校使用时的明亮度要下调。

☞ 为了防止画面的反光与画面的反射等，需要调整屏幕的角度。

※①与②在阅读书籍与书面资料时也同样需要注意。

需要各家庭予以注意的事项②

有关电子设备使用时间方面的规定

在家庭内生活度过的全部时间中，包含各家庭内给儿童配备的数码设备，家长与孩子交谈怎样使用以及在什么时间使用等方面的事情很重要。



<望大家遵守最低限度的要求事项>

- 无论如何，从临近就寝的 1 小时前就不要使用电子设备了。

☞如果在睡前受到强光线的照射，那么有催眠作用荷尔蒙「褪黑激素」的分泌就会受到阻碍，因此睡眠就会受到干扰。

- 学校配发的平板电脑，不允许在与学习无关的目的上使用。

即便在注意健康方面的情况下使用，如果使用数码设备的时间过长，就会让人与人之间正常的交往变少，对于通过自我感受与行为等方面的理解学习以及参加地域活动以及体验活动等的时间也会随之变少。

从成长发育期儿童保持均衡发育的观点出发，（根据使用方法上的不同，不会要求大家遵守具体制定的几小时以内），为了孩子们参与活动与累积各种经验，对于在家庭内使用各种数码设备的使用方法，请大家利用这次机会思考。

有关平板电脑的安全使用

儿童使用网络时以及让儿童携带智能手机时，为了不让儿童成为网络犯罪的被害者与加害者，对于儿童有必要进行确切适当的教育指导。

☞过滤筛除系统，可以有效阻挡儿童访问不适于其自身的情报以及有防止网络纠纷的作用。

☞希望各家庭在给儿童配备数码设备时，考虑为儿童添加电话公司内服务于大家的筛除过滤系统。

☞由铃鹿市借予大家的平板电脑，已导入过滤筛除服务系统。

出典：「有关学生儿童使用电子设备面向健康方面的考虑事项等相关的启发」（文部科学省）