

# 小郡中学校 タブレットを使う時の8つの約束

## 1 健康面に配慮しながら使いましょう

- ・寝る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。
- ・良い姿勢を保ち、目と画面との距離は30cm以上離そう。
- ・30分に1回は、20秒以上、画面から目をはなして遠くを見て、目を休めよう。



## 2 勉強以外のことでは使わないようにしましょう

- ・アプリケーションやソフトウェアの勝手なダウンロード・インストールは禁止です。タブレットに負荷をかけたり、ウイルス感染の可能性を高めたりします。
- ・SNSや動画サイト等は利用しないようにして、授業で使ったソフト等を利用して家庭学習に役立てよう。

## 3 使用時間を守って使おう

- ・使用してよい時間は21時までです。休日の使用は、最長3時間とします。
- ・学校では指示のあった授業、昼休みなどに使用します。



## 4 学習に効果的に活用しよう

- ・ロイロノートを効果的に活用して授業の振り返りや、補充学習を行いましょ。
- ・ロイロノートでは様々な学習動画なども見られます。休日学習や試験勉強に活用しましょ。

## 5 タブレット持ち帰りの確認

- ・タブレットは金曜日には持ち帰り（その他の曜日に持ち帰っても良い）、休日の学習に活用します。月曜日には必ず持ってきて、1週間は机の横のタブレットケースにタッチペンと充電器と一緒に保管しておきます。
- ・充電は昼休みや放課後等に教室内の充電タップ（3個口・5個口）で行いましょう。理科室などでも充電ができます。常にバッテリーの残量には注意し、いつでも使えるようにしておきましょう。

## 6 個人情報の取り扱いと情報セキュリティには十分気をつけよう

- ・タブレットのアカウントやパスワード等は他人に教えないようにしましょう。また、タブレットの貸し借りはトラブルのもとです。友達のタブレットは使わないようにしましょう。
- ・不適切なサイトにアクセスしないようにしましょう。
- ・個人が特定できる情報（名前、住所、学校名、家族、年齢、性別等）をむやみにネット上に載せないようにしましょう。
- ・本人の許可を得ることなく写真を撮ったり、録音・録画したりしないようにしましょう。



## 7 仲間づくりの視点を大事にしよう

- ・タブレットを使って友達と交流する際は、相手の考えを否定するのではなく、互いに受け止め合う気持ちを大切にしよう。
- ・他人を傷つけたり、嫌な思いをさせたりするようなことをネット上に書き込まないようにしよう。



## 8 ネット上のトラブルが大きくなる前に早めに行動しよう

- ・「これっていいの?」と問題意識をもったり、「どうしよう…」と困ったりしたときは、一人で抱え込まず、すぐに保護者や先生に相談しよう。