

「ICTを活用した学習活動を行う際のルール」について

仙台市立荒町小学校

学校にあるGIGAスクール端末を家庭に持ち帰り、御家庭でICTを活用した学習活動を行う際のルールを以下に示します。使用する際は、健康障害やトラブル等に巻き込まれることのないよう以下のルールをお子様と一緒に確認してから使用させてください。

【家庭で使用する際のルール】

1. **使用時間を守る** ※夜9：00までにはやめる。
※夜10:00～朝6:00の時間は、GIGAスクール端末はインターネット利用ができません。
2. **端末・アカウント（ID）・パスワードを適切に取り扱う**
※第三者に端末を貸さない、第三者にアカウント（ID）・パスワードを教えない。
3. **不適切なサイトにアクセスしない**
4. **インターネット上のファイルには危険なものもあるので、ダウンロードしない**
6. **アプリケーションの追加／削除、設定の変更は行わない**
7. **端末を使うときは、落としたり、ぬらしたりしないように注意する**
8. **学習に関係のない目的では使わない**
※GIGAスクール端末は、市教委が管理し、どのパソコンがどこのサイトにアクセスしたかなど分かるようになっています。

【健康面への配慮】

1. **端末を使用する際に良い姿勢を保ち、机と椅子の高さを正しく合わせて、目と端末の画面との距離を30cm以上離す**（目と画面の距離は長ければ長い方が良い）
2. **長時間にわたって継続して画面を見ないよう、30分に1回は、20秒以上、画面から目を離して、できるだけ遠くを見るなどして目を休める**
3. **端末を見続ける一度の学習活動が長くならないようにする**
4. **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や明るさを調整する**
5. **部屋の明るさに合わせて、端末の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）を下げるのが推奨される）
6. **就寝1時間前からはICT機器の利用を控える**（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、寝つきが悪くなるため）

これらの留意点について、自らの健康について自覚を持ち、時間を決めてできるだけ遠くを見て目を休めたり、目が乾かないよう意識的に時々まばたきをしたりするなどリテラシーとして習得する。

【個人情報等について】

1. **学習活動以外で、写真を撮ったり、録音・録画したりしない**
2. **自分や他人の個人情報（名前、住所、電話番号、メールアドレスなど）をインターネット上に書き込まない**
3. **他人を傷付けたり、嫌な思いをさせたりする内容を、ネット上に書き込まない**