

# パソコンをつかうときのルール

板橋区教育委員会

板橋区立志村坂下小学校

これから、板橋区のこどもたちは、一人ずつパソコンをつかって学習をしています。パソコンを使うときには、ルールをまもり、楽しく勉強しましょう。

☆パソコンは学習のために使しましょう。

一人一人が学習できるようにするためにパソコンをわたしていますので、学習に関係のないことに使ってはいけません。

学習に関係のないことをパソコンでするのは、授業中にマンガを読んでいるのと同じことです。

☆ パソコンは大切に使しましょう。パソコンを使うとき、次のことをやってはいけません。

パソコンの上に、ものはおきません。

食べものを食べたり、飲みものを飲んだりしながら使いません。

太陽があたる場所、ストーブなどのあつくなるものの近く、水にぬれそうな場所、落ちそうな場所やふまれそうな場所の近くにパソコンをおきません。

よごれた手やぬれた手で使いません。

はってあるシールをはがしたり、自分でシールをはったりしてはいけません。

☆ 学校がっこうに持っていきときや、家いえに持ちかえるときはランドセルなどのバッグにいれましょう。

おとしくい工夫くふうをしてはこぶようにしましょう。歩きスマホと同じように、画面がめんを見ながら歩いて  
しまうと重大じゅうだいな事故じこになる可能性かのうせいもあります。また、マウスをわすれないように気きをつけましょう。

☆ 家いえでの使つかいかたについて

家いえでの使つかいかたについてはおうちの人ひととはなしてルールを決きめましょう。

パソコンは毎日まいにち充電じゅうでんしましょう。充電じゅうでんするとき以外いがいは充電じゅうでんアダプタをはずしてしまいましょう。

スマートフォンについては「板橋区版スマートフォン等とらうをつかうためのルール」をみましよう。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kyoikuiinkai/kenzen/jigyo/1013084.html>

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標とうろくしょうひょうです。

QRコードを  
読み取っても確認  
できます！



☆ パソコンで勉強べんきょうをはじめるときはQRコードQRコードを使つかいましょう。

自分じぶんのもらったQRコードQRコードは自分じぶんだけが使つかいましょう。自分じぶんのQRコードQRコードを友だちやきょうだいに貸かしたり、  
友だちやきょうだいのQRコードQRコードを使つかったりしてはいけません。

☆ 安全あんぜんに使つかいましょう。

学校がっこうから借かりているパソコンは自分じぶんだけが使つかいましょう。友だちやきょうだいにも貸かしません。

学校がっこうからお知らせしらせがあったときは、おうちの人ひとに知らせましょう。

使つかっているとちゅうで、もしもあやしいサイトに入いってしまったら、すぐ画面がめんを閉とじ、

おうちの人ひとや先生せんせいに知らせましょう。

☆ もしパソコンやQRコードなどをなくしてしまったら、すぐにおうちの人や先生にいきましょう。

使っていて「これちゃったかな？」とおもったら、すぐにおうちの人や先生にいきましょう。

☆ 学校が貸したもの

学校がわたしたものは①パソコン本体、②マウス、③充電アダプタ（電源コード）、④フィルターの4点です。この4点はさいごに学校にかえます。なくさないようにしましょう。また、パソコンの画面にはフィルターがついています。これも学校がわたしたもののなので、なくしたり、すてたりしないようにしましょう。なお、パソコンには一人一人ちがう番号が書いてあるシールがはってあります。パソコンやQRコードをなくしてしまったときに使いますので、パスワードのお知らせの紙はなくさないようにしましょう。

☆ 健康に気を付けて使しましょう。

パソコンを使うときは良いしせいで、机といすの高さを正しく合わせて自と端末の画面とのきよりを30cm以上はなすようにしましょう。

長い時間にわたって続けて画面を見ないよう、30分に1回は、20秒以上、画面から自をはなして、できるだけ遠くを見るなどして自を休めましょう。

端末を見続ける1度の学習時間が長くないようにしましょう。

画面の反射や画面への映り込みをしないように画面の角度や明るさをかえましょう。

部屋の明るさに合わせて、端末の画面の明るさをかえましょう（一般には、夜におうちで使うときは、昼に学校の教室で使うときよりも、明るさを下げたほうがよいといわれています。）

ねる1時間前は使わないようにしましょう。