

(1～4年生向け)

令和7年4月1日

パソコンをつかうときのルール

板橋区教育委員会
板橋区立成増小学校

(1～4年生向け)

これから、板橋区^{いたばし}のこどもたちは、一人^{ひとり}ずつパソコンをつかって学習^{がくしゅう}をしていきます。パソコンを使う^{つか}ときには、ルールをまもり、楽しく勉強^{べんきょう}しましょう。

☆パソコンは学習^{がくしゅう}のために使う^{つか}ましょう。

一人一人^{ひとりひとり}が学習^{がくしゅう}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^{がくしゅう}に関係^{かんけい}のないこと^{つか}に使^{つか}ってはいけません。

☆ パソコンは大切^{たいせつ}に使う^{つか}ましょう。パソコンを使う^{つか}とき、次^{つぎ}のことをやってはいけません。

パソコンの上^{うへ}に、ものはおきません。

食べ物^{たべもの}を食^たべたり、飲み物^のを飲^のんだりしながら使^{つか}いませぬ。

太陽^{たいよう}があたる場所^{ばしよ}、ストーブなどのあつくなるもの^{ちか}の近く^{みず}、水^{みず}にぬれそうな場所^{ばしよ}、落ち^おちそうな場所^{ばしよ}や

ふまれ^ふれ^まれ^れそうな場所^{ばしよ}の近く^{ちか}にパソコンをおきません。

よごれた手^てやぬれた手^てで使^{つか}いませぬ。

はってあるシールをはがしたり、自分^{じぶん}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^もっていくときや、家^{いえ}に持^も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。

おとしにくい工夫^{くふう}をしてはこぶようにしましょう。歩き^{ある}スマホ^{おな}と同じように、画面^{がめん}を見^みながら歩^{ある}くと重大^{じゅうだい}

な事故^{じこ}になる可能^{かのうせい}性^{せい}もあります。また、マウス^{わす}を忘^{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^きを決^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^{アダプタ}ははずしましょう。

(1～4年生向け)

スマートフォンのルールについては下のサイトをみましょう。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kyoikuiinkai/houkago/katei/1039050>

[.html](#)

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

QRコードを
読み取っても
確認
できます！



☆ パソコンで勉強をはじめるときはQRコードを使いましょう。

自分のもらったQRコードは自分だけが使いましょう。自分のQRコードを友だちやきょうだいに貸した

り、友だちやきょうだいのQRコードを使ったりしてはいけません。

☆ 安全に使いましょう。

学校から借りているパソコンは自分だけが使いましょう。友だちやきょうだいにも貸しません。

学校からお知らせがあったときは、おうちの人に知らせましょう。

使っているとちゅうで、もしもあやしいサイトに入ってしまったら、すぐに画面を閉じ、おうちの人や

先生に知らせましょう。

☆ 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いましょう。

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

☆ 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

(1～4年生向け)

にはフィルターがついています。これも学校がわたしたちのものなので、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いましょう。

パソコンを使うときは良い姿勢で、机といすの高さを正しく合わせて目とパソコン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、画面から目をはなして、

できるだけ遠くを見るなどして目を休めましょう。

パソコンを見続ける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、パソコン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。