

スクリーンタイム設定方法

令和6年2月

品川区教育委員会

目次

スクリーンタイムでできること	1
スクリーンタイムの設定方法	2
スクリーンタイムをオンにする	2-3
休止時間	4-5
App 使用時間の制限	6-7

スクリーンタイムでできること

1. iPad の使用状況の確認

- (1)一週間分の使用状況をグラフで確認することができます。
- (2)何のアプリをどのくらい(時間)を使用しているのか確認できます。

2. iPad の使用制限

- (1)保護者がスクリーンタイムのパスワード(4桁)を設定することで、設定した内容を児童生徒が変更できないように管理できます。
- (2)iPad(アプリ)の使用を時間帯で制限することができます。
- (3)アプリごとに1日あたりの使用時間を制限することができます。



ご家庭のルールにあわせて、
スクリーンタイムを設定してください。

このマニュアルでは、「休止時間」、「App 使用時間の制限」の設定について紹介しています。
学校に登校している時間帯は、使用制限をかけないようにお願い致します。

また、スクリーンタイムによる制限をかけた場合は、運用管理上、教育委員会および学校が把握する必要があるので、以下フォームに制限内容を入力してください。

【制限内容報告フォーム】



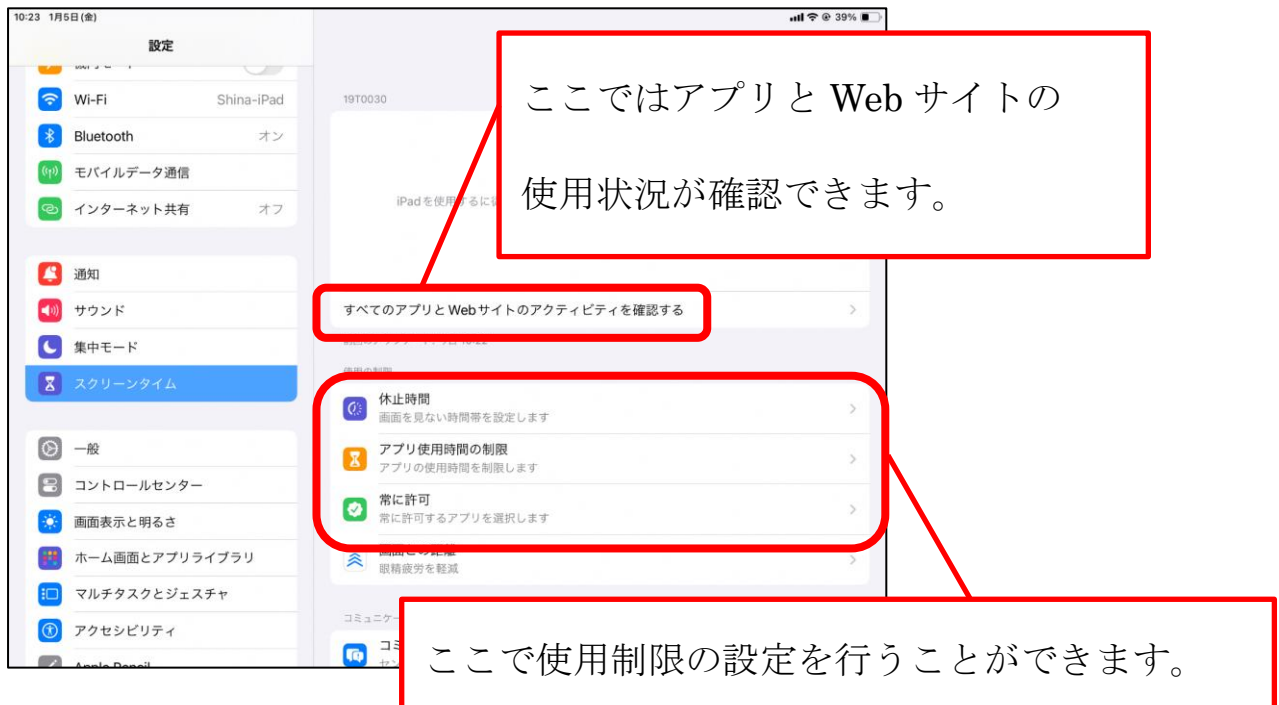
スクリーンタイムの設定方法

■スクリーンタイムをオンにする

1. ①「設定」 > ②「スクリーンタイム」 > ③「アプリと Web サイトのアクティビティ」 > ④「アプリと Web サイトのアクティビティをオンにする」を押します。



これでスクリーンタイムがオンになり、細かく設定できる画面になりました。
この画面で、使用状況の確認やアプリの時間制限等を設定することができます。



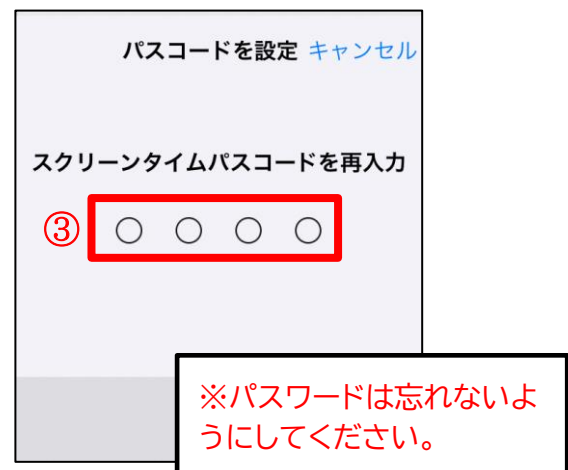
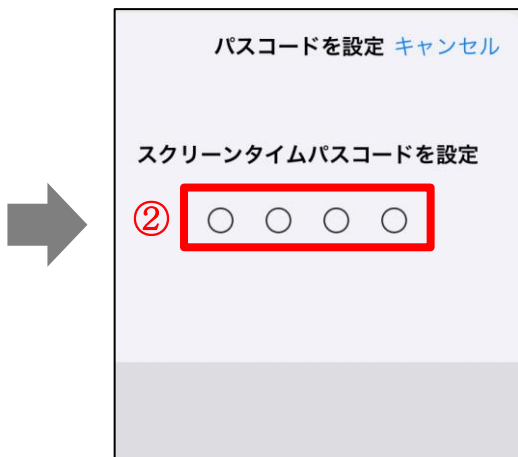
※「コンテンツとプライバシーの制限」は、インターネットフィルタリングサービスにより、既に制限を実施しているため、変更の必要はありません。

※ご家庭では、「休止時間」、「App 使用時間の制限」、「常に許可」の設定が可能です。

■スクリーンタイムのパスコードを設定する

※iPad の画面ロックを解除するパスコードとは異なるものになります。

- ①「スクリーンタイム設定をロック」 > ②「4桁のパスコードを入力する」(保護者が決めてください)
> ③「4桁のパスコードを再入力する」 > ④「キャンセル」 > ⑤「スキップ」を選択します。



■ 休止時間を設定する

現在、インターネット閲覧については、フィルタリング機能により夜9時～朝7時まで使用制限をかけていますが、ご家庭のルールに合わせて、指定した時間帯で iPad の使用制限を行うことが可能です。
※学校に登校中の時間帯は、使用制限をかけないように設定してください。

1. 「休止時間」を選択します。

※パスワードを設定している場合はパスワードを入力する必要があります。



2. 「明日まで“休止時間”をオンにする」と「休止時間中にブロック」を選択します

この設定をすると 5 分後にアプリの使用制限がかかり、次の日の午前 0 時 0 分になるまで使用制限を設定したアプリにロックがかかります。

なお、「休止時間中にブロック」をオンにしないと、スクリーンタイムで設定したパスワードを入力することなく使用制限を解除することができてしまうためご注意ください。



3. iPad を使用できなくする時間をスケジュール設定する。

前ページ2. の設定ではオンにしてから 5 分後～日付が変わるまでの使用制限を設定しましたが、下図の①「スケジュール」をオンにすることで休止時間を細かく設定できるようになります。

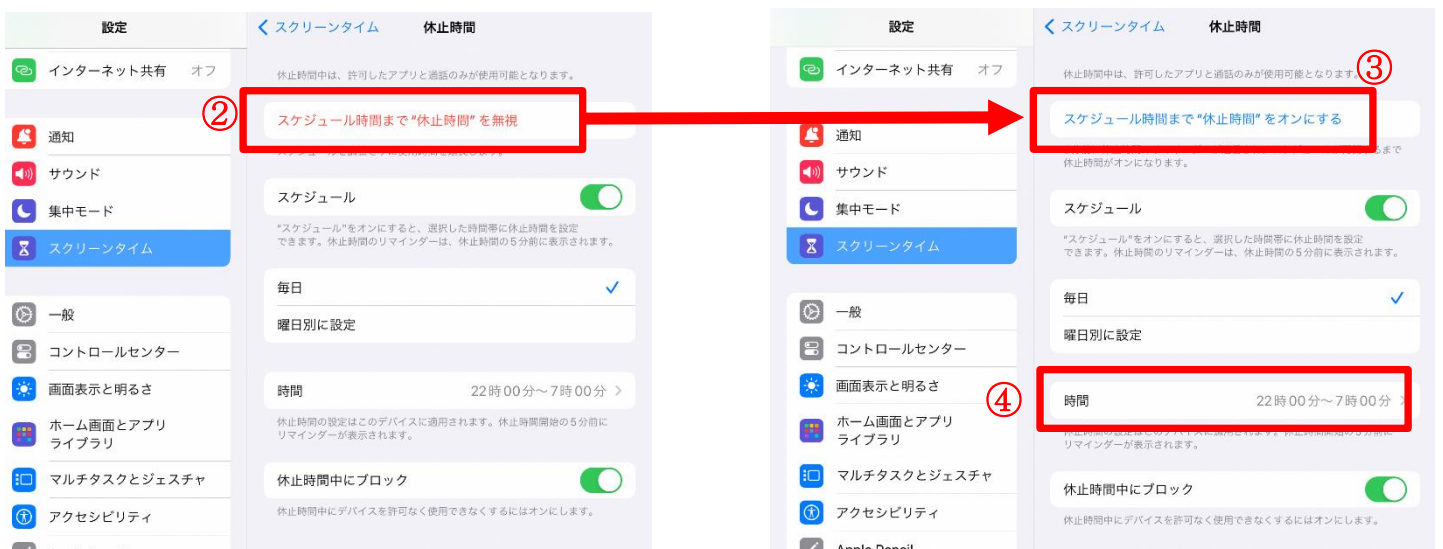


参考設定例

- 1～3年生
午後7時～午前7時
- 4～6年生
午後8時～午前7時
- 7～9年生
午後9時～午前7時

スケジュールをオンにすると曜日設定や時間設定の項目が表示され、②「スケジュール時間まで“休止時間”を無視」の状態になるので、これをタップし③「スケジュール時間まで“休止時間”をオンにする」に変更します。

③「スケジュール時間まで“休止時間”をオンにする」に変更することにより、④「時間」で設定されている時間はアプリの使用制限がかかるようになります。



指定の時間帯になると、この画面が表示され、iPad が使用不可となります。



■ App 使用時間の制限(参考例:YouTube の使用を1日1時間にする)

アプリやインターネットサイト(URL 指定)ごとに1日あたりの使用可能な時間を設定できます。ここでは、YouTube の使用時間を1日1時間までとする制限の設定方法を説明します。

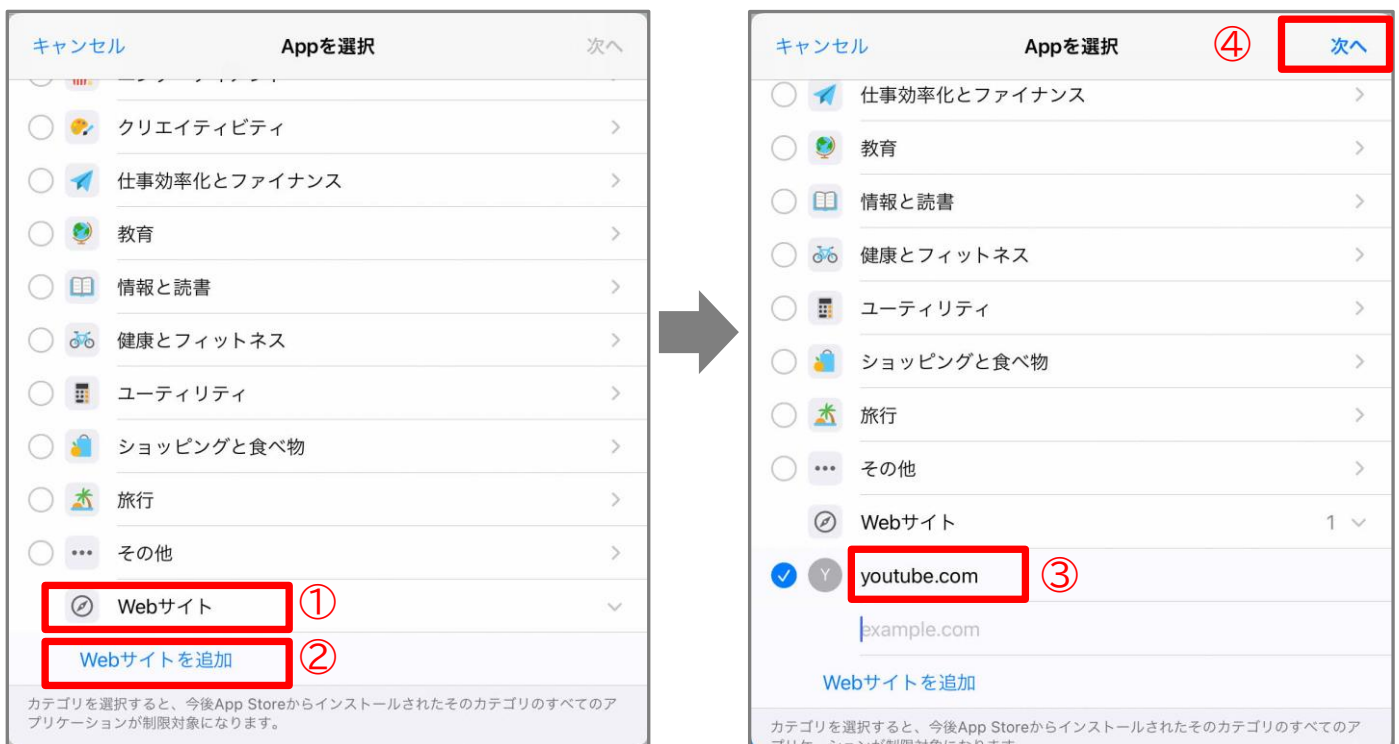
設定例

- YouTube の1日の使用時間= 1~2 時間

1. ①「App 使用時間の制限」をタップし、②「制限を追加」を選択します。



2. 「App を選択」画面で一番下の①「Web サイト」をタップし、②「Web サイトの追加」を押します。
③「youtube.com」と入力し、④右上の「次へ」を押します。



3. 1日あたりの使用時間を設定し、「使用制限終了時にブロック」をオンにし、「追加」をタップします。
※「曜日別に設定」を選択すると、曜日ごとに使用時間を設定できます。



ここで使用できる時間を設定します。

4. これで設定が完了です。

