

## ALITUNTUNIN SA PAGGAMIT NG ICT・TABLET DEVICE (Child/Student)

可児市教育委員会

基本的な 4 つの約束ごと

### 4 na pangunahing pangako

#### 1. 丁寧に使いましょう。Gamitin ng may pag-iingat

タブレット端末は、みなさんが学習内容をよく理解し、自分の考えを深めたり、広げたりするために、国や市のお金で購入された大切なものです。失くしたり壊したりすることがないように丁寧に使いましょう。Ang tablet device ay isa sa mahahalagang bagay na binili gamit ang pera ng gobyerno at lungsod upang mas maunawaan, mapalalim at mapalawak ang kaalaman at pag-iisip ng mag-aaral. Gamitin ito ng may pag-iingat upang hindi masira o mawala.

➡ 「タブレット端末の丁寧な取扱い」の約束を守ります。

Tuparin ang mga pangako sa 「Maingat na Paggamit ng Tablet Device」

#### 2. ルールを守って使いましょう。Sundin ang patakaran sa paggamit

タブレット端末は、学校や家などで学習のために使う道具です。ルールを守って正しく使いましょう。Ang tablet device ay isang materyales na ginagamit para sa pag-aaral sa paaralan at sa bahay. Sundin ang mga patakaran at gamitin ito ng tama

➡ 「学校や家などで使うときのルール」の約束を守ります。「Alituntunin sa Paggamit sa Bahay at Paaralan atbp.」 tuparin ang pangako.

#### 3. 健康面や安全面に気を付けて使いましょう。Mag-ingat sa kalusugan at kaligtasan kapag ginagamit ito.

タブレット端末を長い時間使い続けると姿勢や目が悪くなることがあります。立ち歩きながら使用することで、けがをしてしまう可能性もあります。健康面や安全面に気を付けて使いましょう。Ang paggamit ng tablet sa mahabang oras ay maaaring magdulot ng masamang postura at mahinang paningin. Ang paggamit ng nakatayo o naglalakad ay maaaring magresulta ng iyong pinsala. Mangyaring gamitin ito nang may pag-iingat sa mga tuntunin ng kalusugan at kaligtasan.

➡ 「健康・安全のために気をつけること」の約束を守ります。Tutuparin ang pangako sa "Pagsasagawa ng mga pag-iingat para sa kalusugan at kaligtasan."

#### 4. 情報モラルや情報セキュリティの正しい知識を身に付けましょう。Kumuha ng tamang kaalaman tungkol sa moral information at seguridad ng impormasyon.

タブレット端末は、使い方を間違えると、自分や他人が事件や事故に巻き込まれてしまうことがあります。自分も他人も傷つけないために、情報モラルや情報セキュリティの正しい知識を身に付けましょう。Kung ang isang tablet ay ginamit nang hindi tama, maaari itong magresulta sa iyo o sa iba na masangkot sa isang insidente o aksidente. Upang maiwasan ang pinsala sa iyong sarili at sa iba, kumuha ng tamang kaalaman sa moral na impormasyon at seguridad ng impormasyon.

➡ 「自分も他人も傷つけないためのルール」の約束を守ります。

Susunod ako sa "mga patakaran upang maiwasang masaktan ang aking sarili o ang iba."



#### 1. タブレット端末の丁寧な取扱い Paggamit ng maingat sa Tablet device

(1) タブレット端末は、次のことが苦手です。気をつけて大切に使います。

Ang mga tablet device ay hindi maganda sa mga sumusunod: Gagamitin ko ito nang maingat at may pag-iingat.

- ・水や湿気の多いところ Lugar na maraming tubig o ma-moist
- ・ストーブや直射日光の下など、熱くなるところ Lugar malapit sa kalan, direkta sa init ng Araw at umiinit na lugar.
- ・タブレット端末の上に重いものを置かれること Paglalagay ng mabigat sa ibabaw ng

破損・故障・紛失・盗難  
等があった場合は、すぐ  
に先生や家の人に伝えま  
しょう。

Tablet device.

- ・画面を、鉛筆やペンなど、固いもので触られること

Ang pagpindot sa screen gamit ang isang matigas na bagay gaya ng lapis o panulat

- ・地面に落とされること Mailaglag

- ・磁石      ・砂やほこり Magnet at Buhangin o alikabok

- (2) 失くしたり、盗まれたりしないために、どこにしまっておくかを定めるなど、自分で責任をもって管理します。特にタッチペンの紛失に気をつけましょう。

Magpasya kung saan ito itatago para hindi ito mawala o manakaw. Ikaw ang may responsible kung paano ingatan. Mag-ingat na huwag mawala ang stylus/touch pen



タブレット端末は、精密機械です。「ぬらさない」「落とさない」「熱いところや磁石の近くに置かない」を意識して、大切に扱いましょう。Ang mga tablet device ay isang gamit na dapat pag-ingatan. Mangyaring hawakan ito nang may pag-iingat, na nag-iingat sa mga sumusunod: huwag itong basain, huwag ihulog, at huwag ilagay ito malapit sa mainit at huwag ilagay malabit sa magnet.

## 2. 学校や家などで使うときのルール Alituntunin sa paggamit sa paaralan at bahay

- (1) タブレット端末は、学習のために活用します。
- (2) 自分の考えをまとめたり、表現したりすることに活用します。
- (3) タブレット端末は、友達には貸さず自分だけで使います。
- (4) 登下校中は、タブレット端末をカバンの中に入れておきます。
- (5) 家で使うときの場所や保管する場所、使用時間について、家の人と話し合ってから使います。  
※保管場所は、なるべく家の人の目の届くところに置くようにしましょう。
- (6) 家で通信を利用する場合は、家のWi-Fiに接続します。
- (7) 家に持ち帰ったときは、次の日の学校での利用のために必ず充電します。
- (8) 学校と家庭と市が認めた施設のネットワークにのみ接続します。
- (9) タブレット端末で作成した資料やインターネットから取り込んだデータ（写真や動画なども含む）は、先生の指示を聞き、指定の場所に保存します。また、不要なデータは、すぐに消去します。
- (10) カメラを使う時は、先生や家の人の許可をとります。
- (11) USB等の接続機器は、先生が許可したもののみ使います。



安心してタブレット端末で学習するためにも、これらのルールを守り正しく使いましょう。



- (1) Ang tablet device ay gagamitin para sa pag-aaral.
- (2) Gamitin ito upang maipahayag ang saloobin.
- (3) Huwag ipahiram sa kaibigan ang tablet device.
- (4) Ilagay ito sa loob ng bag kung papasok sa paaralan o pauwi sa bahay.
- (5) Kung gagamitin ito sa bahay, kailangang pag-usapan kung saang lugar gagamitin at itatago, at ilang oras ang paggamit.  
※Itago ito sa lugar kung saan nakikita din ng mga kasama sa bahay.
- (6) Kung gagamitin ito sa bahay, ikonekta ito sa Wi-Fi ng bahay.
- (7) I-charge ito sa bahay para magamit kinabukasan sa paaralan.
- (8) Kumonekta lamang sa mga network na aprubado ng paaralan, miyembro ng pamilya at lungsod.
- (9) Sundin ang bilin ng mga guro tungkol sa mga dokumentong ginawa sa tablet device at data mula sa Internet (kabilang ang mga larawan at video) at i-save ang mga ito sa itinalagang files. Ang mga hindi kailangang data ay tatanggalin agad.
- (10) Humingi ng pahintulot sa pamilya o guro kung gagamitin ang camera.
- (11) Gumamit lamang ng USB o iba pang device na inaprubahan ng mga guro.



Upang matiyak na maaari kang mag-aral sa isang tablet device nang may kapayapaan ng isip, tiyaking sundin ang mga panuntunang ito at gamitin ito nang tama



### 3. Dapat Ingatan sa Kalusugan

- (1) Kung gagamitin ang tablet device, siguraduhing tama ang postura (nakaupo sa upuan ng tuwid), at hindi masyadong malapit sa screen (30cm mahigit ang layo).
- (2) Ipahinga ang mga mata kada 30 minuto ng 1 (isa) beses sa loob ng mahigit 1 (isa) minuto at itingin sa malalayong tanawin.
- (3) Pag-usapan sa pamilya kung ilang oras maaaring gumamit nito, at iwasan ang tuloy-tuloy na mahabang oras ng paggamit.
- (4) Tumigil na sa paggamit 1 (isa) oras bago matulog.
- (5) Bawal gumamit ng tablet tuwing papasok o uuwi galing iskwelahan.
- (6) Kapag gagamitin ito sa labas ng paaralan na may pahintulot ng guro, tiyaking mabuti kung ligtas ba iyong kapaligiran, humito at gamitin ito.



### 3. 健康・安全のために気をつけること

- (1) タブレット端末を使うときは、正しい姿勢(椅子に座って背筋を伸ばす)で、画面に近づきすぎないように気を付けます(画面から30 cm以上離す)。
- (2) 30分に1回1分以上、遠くの景色を見るなど目を休めます。
- (3) 使う時間は、家の人とよく話し合い、長い時間使い続けることのないように細かく休憩をしながら使います。
- (4) 寝る時間の1時間前には、使うのを止めます。
- (5) 登下校中にタブレットは使用しません。
- (6) 授業で先生の指示のもと校外で利用する場合は、周囲の安全を十分に確認し、立ち止まって、利用します。

健康や安全のために、「正しい姿勢」「適切な時間」「適度に休憩」「使用するときや場所」を意識しましょう。



### 4. Alituntunin upang hindi Mapahamak and Sarili o Ibang Tao

- (1) Huwag mag-post ng mga personal na impormasyon (gaya ng buong pangalan, tirahan, phone no. o mga litratong malalaman ang pagkakakilanlan) sa Internet o SNS.
- (2) Palaging humingi ng permiso kung kukuhanan ng litrato ang isang tao, kanilang gamit o bahay.
- (3) Upang maging komportable ang pakiramdam sa paggamit ng internet, laging isalang-alang ang mararamdaman ng ibang tao.
- (4) Ang user ID (log in ID) at password ay isang bagay na dapat sarili lang ang nakakaalam. Panatilihin itong sikreto kahit sa malalapit na kaibigan.
- (5) Kung napasok ka sa site na kahina-hinala habang gumagamit ng internet o parang may sira ang ginagamit na tablet, i-off agad ang screen ng tablet at sabihan ang guro (kung nasa paaralan) at magulang (kung nasa bahay).

Kung ginamit ito ng hindi tama maaari itong maglagay sa iyo ng panganib at sa ibang tao o magkaproblema.. Upang maging ligtas at may seguridad sundin ang mga alituntunin at etiquette/manner sa paggamit ng internet kapag ginagamit ito.



#### 4. 自分も他人も傷つけないためのルール

- (1) 自分や他人の個人情報（名前や住所、電話番号、写真など個人を特定できるもの）は、インターネット上に書き込んだり、SNS に投稿したりしません。
- (2) 人や人の持ち物・家などを撮影する時は、必ず相手の許可をとります。
- (3) インターネット上においてもお互いが気持ちよく使えるように、相手の気持ちを考えた言動をします。
- (4) ユーザーID（ログインID）やパスワードは、自分だけが知っているものです。親しい友達であっても秘密にします。
- (5) インターネットの利用中、怪しいサイトに入ってしまったたり、タブレット端末の操作に異常を感じたりした場合は、すぐにタブレットの画面を閉じ、先生（学校）や保護者（家）に連絡します。

使い方を間違えると、自分や周りの人が危険なことやトラブルに巻き込まれることがあります。「安心・安全」な生活を送るために、インターネットを使う時のルールやマナーを守り、適切に使いましょう。

