

iPad スクリーンタイム設定手順書

iPad のスクリーンタイム機能を使って、個別に iPad の使用制限を設定することができます。



**ご家庭の方針にあ
わせて、スクリー
ンタイムを設定して
ください**

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.....	1
1. スクリーンタイムを「ON」にする。	1
2. スクリーンタイム・パスコードの変更	3
3. iPad の使用できる時間を制限する方法	4
4. アプリ、WEB サイトの使用時間を制限する	5
5. 「常に許可」で設定したアプリはスクリーンタイムの制限を受けません。 ...	7
Google Chrome のスクリーンタイムの設定方法	7
6. スクリーンタイム>App 使用時間の制限	7
7. スクリーンタイム>すべてのアクティビティを確認する	8
8. コンテンツとプライバシー制限	9

スクリーンタイムでできること

1. アプリの使用を時間帯で制限することができます。
2. アプリごとに1日当たりの使用時間を制限できます。
3. 特定のWebサイトへのアクセスを制限できます。
4. スクリーンタイムの制限を受けずに、常に使用できるアプリを設定できます。
5. 保護者がスクリーンタイム用のパスワードを設定することで、スクリーンタイムで設定した内容を子どもが変更できないように管理できます。

※アプリやWebサイトの使用時間は、学校での使用時間も含まれます。

学校で使用中に制限がかからないように設定をお願いします。

スクリーンタイムの設定方法

1. スクリーンタイムを「ON」にする。

次の順番にしたがって画面上のボタンをタップしてください。

1. 設定>スクリーンタイム>スクリーンタイムをオンにする
2. 「スクリーンタイム」>続ける
3. 「このiPadはご自分用ですか、それともお子様用ですか」>これは子供用のiPadです



4. 「休止時間」>あとで行う
5. 「App 使用時間の制限」>あとで行う
6. 「コンテンツとプライバシー」>続ける



7. 「スクリーンタイム・パスコード」を設定します。(あとで変更可能です。)
 8. 「スクリーンタイム・パスコードの復旧」の設定は、スクリーンタイム・パスコードを忘れてしまった場合、自分で復旧するための設定です。Apple ID をお持ちの方は設定を進めます。
 9. お持ちでない方は「キャンセル」をタップし、「スキップ」をタップします。
- ※ 8 の復旧の設定をせずにパスコードを忘れてしまい、スクリーンタイムの変更ができなくなった場合は、学校までご連絡ください。



2. スクリーンタイム・パスコードの変更

1. 設定>スクリーンタイム>スクリーンタイム・パスコードを変更
2. スクリーンタイム・パスコードを変更
3. 古いスクリーンタイム・パスコードを入力します。
4. 新規スクリーンタイム・パスコードを入力します。
5. Apple IDをお持ちの方は、「スクリーンタイム・パスコード復旧」の設定をします。
6. お持ちでない方は、「キャンセル」をタップします。
7. 「スキップ」をタップします。



3. iPad の使用できる時間を制限する方法

休止時間中は、アプリが使用できなくなります。

1. 設定>スクリーンタイム>休止時間
2. パスコードを入力します。
3. 「休止時間」を「ON」にします。



4. 毎日同じ制限の場合は、「スクリーンタイム>毎日」にチェックを入れます。
5. 曜日別に設定内容を変える場合は「スクリーンタイム>曜日別に設定」にチェックを入れ曜日ごとに設定します。
6. 「開始」をタップし、休止時間の開始時刻を選び、「開始」をタップします。
7. 「終了」をタップし、休止時間の終了時刻を選び「終了」をタップします。
8. 月曜日から金曜日は「開始」時刻は自宅で使用できないようにする時刻を、「終了」時刻は、学校での使用する時間帯を制限しないように設定してください。

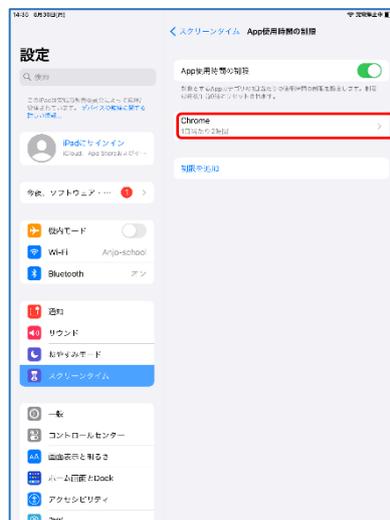


4. アプリ (App)、Web サイトの使用時間を制限する

iPad にインストールされているアプリや特定の Web サイトの使用時間を制限できます。

アプリの使用時間を制限する

1. 設定 > スクリーンタイム > App 使用時間の制限
2. 制限を追加
3. カテゴリごとにまとめられているので、該当のカテゴリの「」ボタンをクリックし、展開します。
4. カテゴリにアプリが複数ある場合は、カテゴリ単位またはアプリ単位で設定できるので、制限を設定したいカテゴリまたはアプリにチェックを入れます。
5. 設定したい項目にチェックを入れ「次へ」をタップします。
6. 1日当たりの使用できる時間を設定します。
7. 学校で使用する可能性のあるカテゴリまたはアプリを選択した場合は、学校での使用時間を含めて設定します。



- カテゴリ単位で設定する場合は、カテゴリ内にある授業で使用するアプリに注意して設定してください。(学校で使用できなくなる可能性があります。)



特定の Web サイトの使用時間を制限する

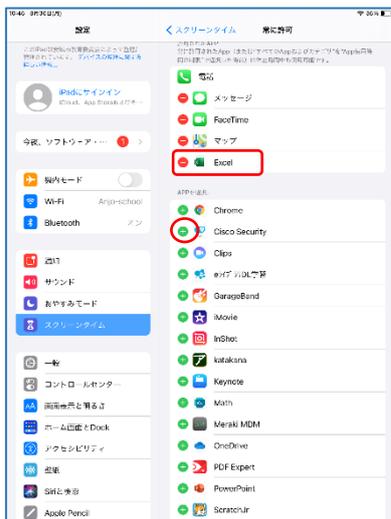
- 設定>スクリーンタイム>App 使用時間の制限 (アプリの制限と同じ手順)
- 「App を選択」で「Web サイトを追加」をタップします。
- 該当の Web サイトの URL を入力し、「Web サイトを追加」をタップし、「次へ」をタップします。
- 時間を設定します。
- 「追加」をタップします。
- 学校で使用する可能性のある Web サイトを設定する場合は、学校で使用する時間も含めて設定してください。



5. 「常に許可」で設定したアプリはスクリーンタイムの制限を受けません。

設定＞スクリーンタイム＞「常に許可」で「許可された APP」に設定したアプリはスクリーンタイムの制限を受けません。

「APP」を選択の画面の  をクリックすると、「許可された APP」に追加されます。



Google Chrome のスクリーンタイムの設定方法

Chrome はスクリーンタイムで設定した「休止時間」中でも使用が可能です。

2つの方法で使用を制限できます。

Chrome 1. スクリーンタイム＞App 使用時間の制限

「スクリーンタイム＞App 使用時間の制限＞制限を追加＞ユーティリティー」の順にタップし、「Chrome」にチェックを入れ、「次へ」をタップします。

使用できる時間を設定し、「追加」をタップします。

「ユーティリティー＞Chrome」が表示されない場合は、Chrome 一定期間使用（5分ぐらいを目安に）してから設定を行います。

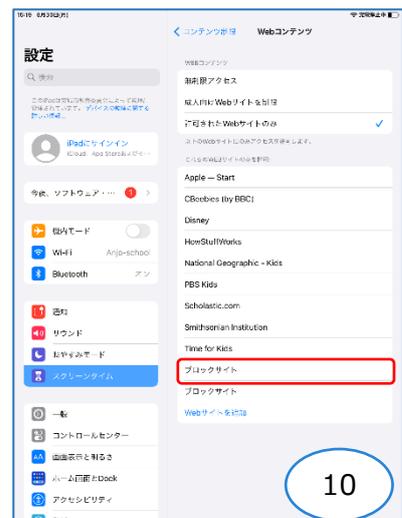
Chrome 2. スクリーンタイム>すべてのアクティビティを確認する

1. 「設定>スクリーンタイム>すべてのアクティビティを確認する」をタップします。
2. 「よく使われたもの」の一覧の中から「Chrome」をタップします。（よく使われたものの一覧に表示するためには、5分程度 Chrome を使用してください。）
3. 「制限を追加」をタップし、使用できる時間を設定し、「追加」をタップします。
4. すべてのアクティビティを確認する」から Chrome の使用制限を設定すると、「スクリーンタイム>App 使用時間の制限」の設定内容の一覧に追加されます。



6. コンテンツとプライバシー制限

1. 不適切なコンテンツをブロックできます。
2. 「スクリーンタイム>コンテンツとプライバシー制限」をタップします。
3. 「コンテンツとプライバシーの制限」を「ON」にします。
4. スクリーンタイム・パスコードを入力します。
5. 「コンテンツ制限」をタップします。
6. 「Web コンテンツ 許可された Web サイトのみ」をタップします。
7. 「許可された Web サイトのみ」にチェックを入れます。
8. 「Web サイトを追加」をタップします。
9. 「タイトル」「URL」を入力した後、「<Web コンテンツ」をタップします。
10. 「これらの WEB サイトのみ」の一覧に追加されます。



11. 横にスライドすると、削除できます。

