

# タブレットを使う時の約束

☆1時間使ったら、10分は休憩する。(目を休ませる)

☆使う時間は、1日2時間までにする。

☆先生や家の人など、おとなの人がいる所で使う。

☆使う時の姿勢に気を付ける。(目とタブレットの距離をとる。)

☆IDやパスワードを入力する画面が出てきたら、先生や家の人などおとなをよ呼ぶ。

