

# スクリーンタイム設定マニュアル



## スクリーンタイムについて

スクリーンタイムは、iOS12以降で利用できるiPhone/iPadの機能です。お子さまのiPhone/iPadの使い過ぎを防ぐ、使用時間の制限機能や不適切なサイトの閲覧を制限したり、対象年齢外のアプリの利用やインストールを制限することができます。

未成年の方がiPhone/iPadをご利用になる場合、事前に保護者の方が設定を行ってください。

### <スクリーンタイムの主な機能>

iPhone/iPadの「設定」アプリ内の「スクリーンタイム」から各種設定を行います。

画面イメージ



### コンテンツとプライバシーの制限

お子さまに不適切なWebサイトやアプリの利用を制限します。

**サイト：成人向けコンテンツを制限**

※制限されるサイトはApple社の基準によります

**アプリ：利用できるアプリの対象年齢を指定**

4+、9+、12+、17+

その他、アプリの課金やインストールなども制限できます。  
「iTunesおよびApp Storeでの購入」  
→インストール、アプリの削除、アプリ内課金について、「許可」「許可しない」を設定



### 休止時間

深夜など、指定した時間帯でアプリが利用できなくなります。休止時間になると、電話や常に許可してあるAppしか使えなくなります。

「休止時間」をオン→「開始」と「終了」の時刻を設定します。



### コミュニケーションの制限

やりとりできる相手を管理します。  
制限は、電話、FaceTime、メッセージ、iCloudの連絡先に適用されます。



### アプリ使用時間の制限

1日当たりのアプリの使用時間を設定できます。

「制限を追加」→制限対象のカテゴリ、アプリを選択し、時間を設定



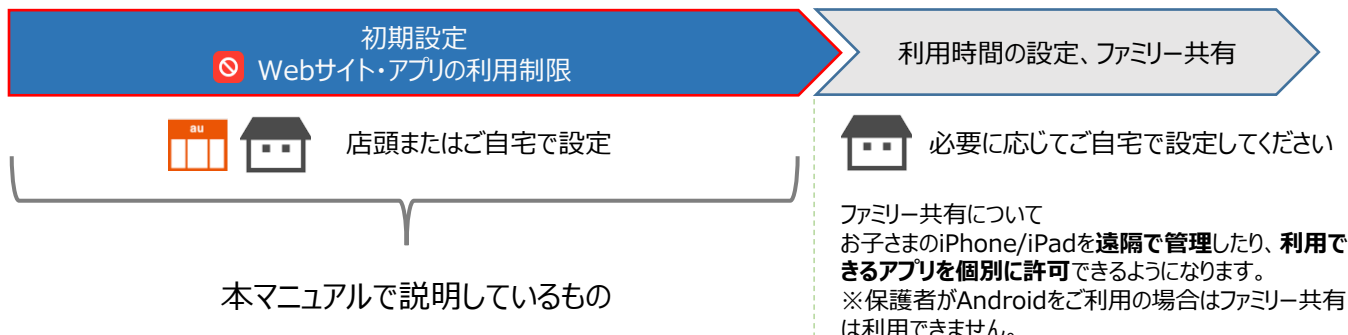
### 常に許可

休止時間帯でも、利用できるアプリを設定できます。

「常に許可」→利用したいアプリを選択します。  
※電話、メッセージ、FaceTime、マップは、あらかじめ「常に許可」に設定されています。

### <ご利用開始までの流れ>

購入当日に、お子さまにiPhone/iPadをお渡しになる前に行ってください。



スクリーンタイムの解除手順もP.5に掲載しています

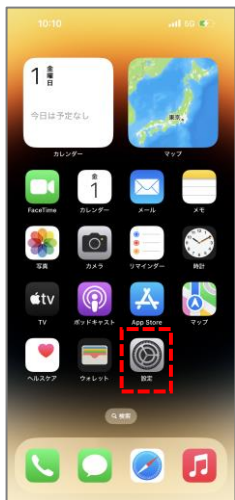
詳細はauホームページをご確認ください。

# スクリーンタイムの初期設定

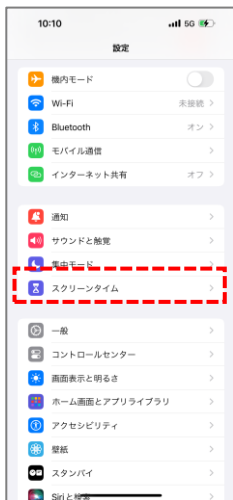


お子さまのiPhone/iPadで設定を行います。

【1】「設定」のアイコンを  
タップ



【2】「スクリーンタイム」を  
タップ



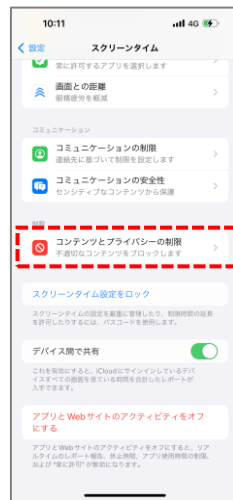
【3】「アプリとWebサ  
イトのアクティビティ」を  
タップ



【4】「アプリとWebサ  
イトのアクティビティ」をオンに  
する」をタップ



【5】「コンテンツとプライ  
バシーの制限」をタップ



【6】「コンテンツとプライ  
バシーの制限」をオンに  
する



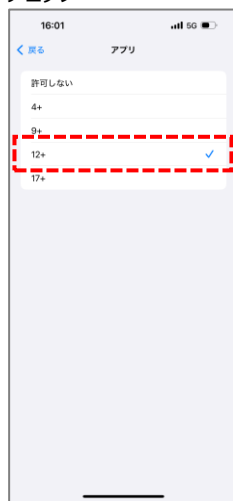
【7】「ストア、Web、Siri、  
およびGameCenterコン  
テンツ」をタップ



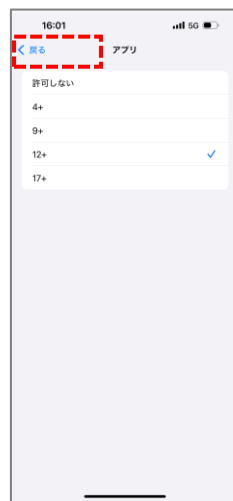
【8】「アプリ」をタップ



【9】設定したいApp設  
定（ここでは12+）に  
チェック



【10】「コンテンツ制限」  
をタップ



【11】「Webコンテンツ」  
をタップ



【12】「成人向けWeb  
サイトを制限」をタップ



【13】「コンテンツ制限」  
をタップ



【14】「戻る」をタップ



【15】「戻る」をタップ

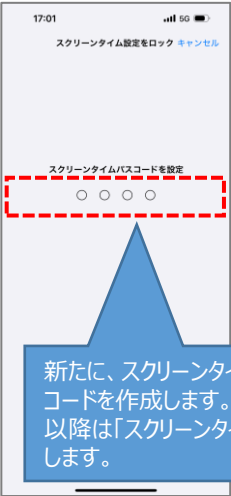


# スクリーンタイムの初期設定

【16】「スクリーンタイム設定をロック」をタップ



【17】スクリーンタイム用のパスコードを入力



【18】パスコードを再度入力



【19】保護者のApple Accountとパスワードを入力



【20】スクリーンタイムのメニュー画面が表示される



【21】ホーム画面へ戻る



パスコードは忘れずに管理ください

**⚠ 注意事項**

- ・スクリーンタイムのパスコードはスクリーンタイムの各設定の変更や、利用時間の延長の際に利用します。保護者の方が適切に管理してください。**設定したパスコードを忘れると、iPhone/iPadの初期化が必要となりますのでご注意ください。**
- ・ご自宅で旧機種のバックアップから復元する場合、再度スクリーンタイムの設定が必要です。

完了です。

## <Webサイト・アプリの利用制限について>

- Webサイト：成人向け（アダルトコンテンツ等）と判定されたWebサイトへのアクセスを制限します。  
※制限レベルは、あんしんフィルターの「高校生プラス」相当となります。制限されるサイトはApple社の基準によります。
- アプリ：対象年齢外のアプリの利用やダウンロードを制限します。  
対象年齢外のアプリがダウンロード済の場合、アイコンが非表示になります。  
お子さまの年齢にあわせて、「12+」または「17+」を選択してください。

App設定	推奨学齢	主なアプリの利用可否				
		LINE	YouTube	X(旧Twitter)	Instagram	Facebook
12+	中学生	○	○	×	○	○
17+	高校生	○	○	○	○	○

※判定情報は2024年9月時点のものです。予告なく変更される場合がございます。

<参考>  
アプリの対象年齢は、「App Store」のアプリの詳細画面から確認できます。



# 制限がかかっているWebサイト・アプリを解除したいとき

## ■ Webサイトの解除

解除したいURLを「常に許可」に追加します。

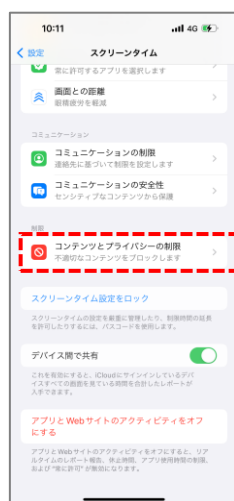
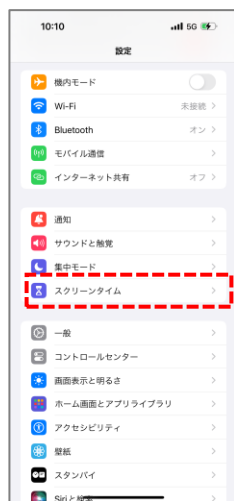
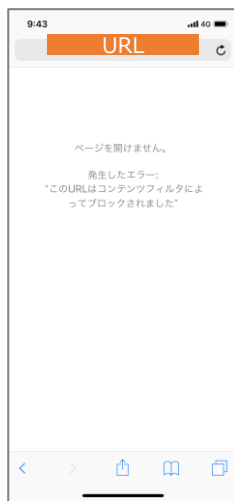
例) Safariでの  
制限画面イメージ

【1】「設定」をタップ

【2】「スクリーンタイム」を  
タップ

【3】「コンテンツとプライバ  
シーの制限」をタップ

【4】「ストア、Web、Siri、  
およびGameCenterコン  
テンツ」をタップ



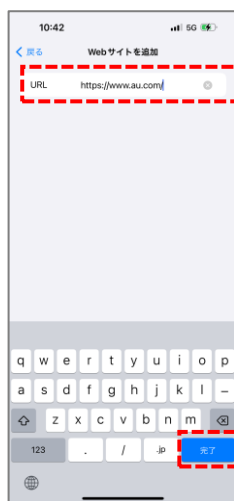
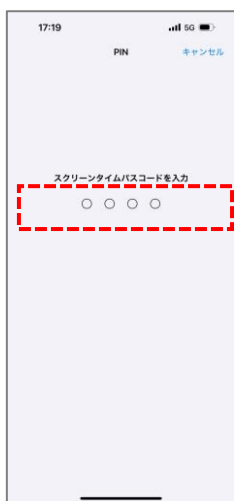
【5】「Webコンテンツ」  
をタップ

【6】「Webサイトを追加」  
をタップ

【7】スクリーンタイム  
パスコードを入力

【8】URLを入力し  
「完了」をタップ

【9】許可したWebサイト  
が「常に許可」に追加



Webサイトが閲覧できるよう  
なったことを確認してください。

## ■ アプリの解除

App設定で「12+」を選択している場合、App Storeで「17+」のアプリは利用できません。

また、特定のアプリのみ個別に利用を許可することもできません。

以下どちらかの方法でアプリの制限を解除してください。

### ① App設定を「17+」に変更する

⇒17+以上のアプリがすべて利用可能となります

### ② 保護者がiPhoneの場合、ファミリー共有を設定する

⇒お子さまがApp Storeからアプリをダウンロードしようとすると、毎回保護者へ「承認」の依頼が届きます。

承認されたアプリはお子さまのiPhoneで利用可能となります。

ファミリー共有の設定方法は、auホームページをご確認ください。

<https://www.au.com/content/dam/au-com/mobile/service/filtering/familyshare.pdf>



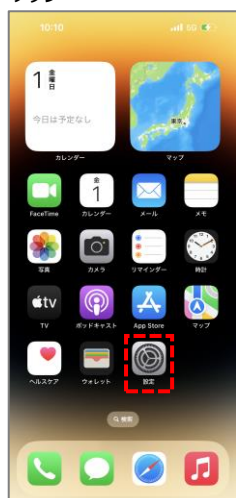
# スクリーンタイムの解除

スクリーンタイムを解除すると、未成年の利用に不適切なサイトやアプリの利用を制限できなくなります。  
危険性を理解したうえで、保護者の方が解除いただきますようお願いいたします。

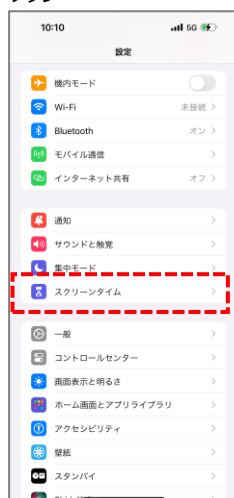


お子さまのiPhone/iPadで設定を行います。

【1】「設定」のアイコンを  
タップ



【2】「スクリーンタイム」を  
タップ



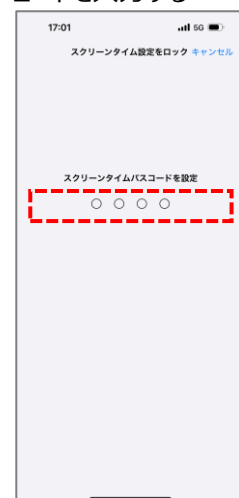
【3】「スクリーンタイムパス  
コードを変更」をタップ



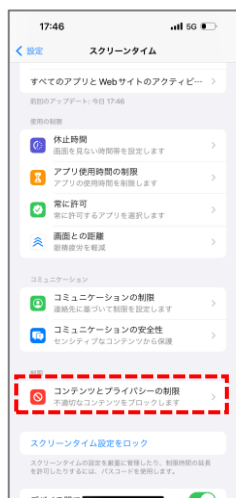
【4】「スクリーンタイムパス  
コードをオフ」をタップ



【5】スクリーンタイムパス  
コードを入力する



【6】「コンテンツとプライ  
バシーの制限」をタップ



【7】コンテンツとプライバ  
シーの制限をオフにする



【8】「戻る」をタップ



【9】「アプリとWebサイト  
のアクティビティをオフにす  
る」をタップ



【10】完了です



これでスクリーンタイムの解除は完了です。

※画面はiOS 18.0 のイメージです。

※Apple、Apple のロゴ、Apple Pay、Apple Watch、FaceTime、GarageBand、iMovie、iPad、iPhone、iPhoto、iSight、iTunes、Retinaは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社 のライセンスにもとづき使用されています。App Store、AppleCare、iCloudは、Apple Inc.のサービスマークです。TM and © 2019 Apple Inc. All rights reserved.