

デジタルバランスの設定

本機の使用時間の表示と管理ができます。

デジタルバランスの設定

確認/設定できる項目は次のとおりです。

項目	説明
スクリーンタイム	本機の使用時間やアプリの使用状況、ロック解除の頻度が確認できます。
スクリーンタイム管理	本機の使用制限（ペアレンタルコントロール）を設定できます。

+ デジタルバランス設定時の操作

自分用として使用制限を設定する

端末設定画面で **デジタルバランス** → 「スクリーンタイム管理」の → **自分の端末** → **完了**

- ・ **スクリーンタイム** / **アプリの制限** / **就寝時間** をタップして、制限したい内容を設定します。
- ・ 「スクリーンタイム管理用PIN」の をタップして、管理用のPINコードを設定することができます。
- ・ 「スクリーンタイム管理」の をタップすると、無効（）に切り替わります。
- ・ 確認画面が表示されたときは、画面に従って操作してください。

子供用として使用制限を設定する

端末設定画面で **デジタルバランス** → 「スクリーンタイム管理」の → **子供の端末** → **次へ** → 1日のスクリーンタイムを入力 → **次へ** → **就寝時間/画面をグレーにするかどうか/アプリをブロックするかどうかを設定** → **次へ** → **スクリーンタイム管理用PINを入力** → **スクリーンタイム管理用PINを再度入力** → **セキュリティ質問を選択** → **セキュリティ質問の回答を入力** → **完了**

- ・ **スクリーンタイム** / **アプリの制限** / **就寝時間** をタップして、設定を変更することができます。
- ・ **PINの変更** をタップして、管理用のPINコードを変更することができます。
- ・ 「スクリーンタイム管理」の をタップすると、無効（）に切り替わります。
- ・ 確認画面が表示されたときは、画面に従って操作してください。