

# 親子の睡眠教室

## ご利用の手引き

# アカウント登録申請

親子の睡眠教室

Home

睡眠日誌

過去の日誌

登録申請

ログイン

ご利用の手引き

e-learning

【親子の睡眠教室】で使用する「睡眠日誌」「e-learning」の会員登録を行います。  
下記フォームに必要事項を入力後、確認ボタンを押してください。

お名前	<input type="text"/>
ご自分のMailアドレス (半角)	<input type="text"/>
学校名	<input type="text"/>
児童の学年・組・番号	<input type="text"/> 【○年○組○番を入力してください】
児童の性別	<input checked="" type="radio"/> 男 <input type="radio"/> 女

確認

リセット

1.上のメニューバーから”登録申請”を押します。

2.必要事項を記入の上で”確認”を押します。

3.確認が完了しますと記入したメールアドレスに登録内容確認のメールが届きます。

注) e-learningのアカウントは別途、登録する必要があります。

注)メールが届かない場合がございますので、事前にドメイン設定を行なってください。

# ログイン

親子の睡眠教室

Home

睡眠日誌

過去の日誌

登録申請

ログイン

ご利用の手引き

e-learning

LOGIN

MAIL ADDRESS

PASSWORD

ログイン

まだIDを持っていないですか？  
下のボタンから登録を行ってください。

会員登録

1.上のメニューバーから”ログイン”を選択します。

2.先ほど登録したメールアドレスとパスワードをそれぞれ入力し、”ログインボタン”を押してください。

注) e-learningのアカウントは別途、登録する必要があります。

# 睡眠日誌の利用方法(1)

親子の睡眠教室

Home 睡眠日誌 過去の日誌 ログアウト ご利用の手引き e-learning

ようこそuser2さん。現在、このアカウントでログインしています。

一週間に一度、週の目標を決めてください

目標を設定する

どちらのデータを入力しますか？

親  子供

記録したい日付を入力してください。

日付:



- 1.ログインをした後、上のメニューバーから”睡眠日誌”を選択します。
- 2.それぞれの項目を選択していきます。選択方法はアイコンをクリックすると表示されるカレンダーや時計で選択することが可能です。

# 睡眠日誌の利用方法(2)

親子の睡眠教室

Home

睡眠日誌

過去の日誌

ログアウト

ご利用の手引き

e-learning

起床後（翌朝の）朝ごはん： 16:38 ▼朝ごはんを食べていない

👤 目標の達成度 眠りの満足度 やる気を評価しましょう。

目標の達成度：  眠りの満足度：  やる気：

リセット 確認画面へ

下の表が過去最新7件のデータになっています。閉じる時は「非表示」を押してください。

表示 非表示

時間	寝る時間	起きた時間	朝ごはん	昼ごはん	晩ごはん	目標の達成度	眠りの満足度	やる気	更新日
2017/10/20	21:57	06:57				◎	5	5	2017-10-20 06:24:13
	22:38	05:38				◎	5	5	2017-10-20 05:05:11
2017/10/20	00:00	08:34				◎	5	5	2017-10-20 02:01:34
2017/10/02	04:26	08:26				◎	5	5	2017-10-20 01:54:10
2017/10/18	22:30	07:30	06:30		19:30	◎	4	4	2017-10-18 16:00:38
2017/10/18	21:01	07:01			20:01	◎	5	5	2017-10-18 15:29:24
2017/10/18	23:12	09:12			19:12	○	3	3	2017-10-18 14:40:58

3.それぞれ選択した項目は下に表示されます。非表示にしたい場合は”非表示ボタン”を押すことによって、非表示になります。

4.項目の選択が終わりましたら、”確認画面ボタン”を押すと確認画面へ飛びます。確認、または修正が終わりましたら”送信する”を押します。

\*作成した睡眠日誌はメニューバーの”過去の日誌”から観覧できます。

# 過去の日誌の確認方法

親子の睡眠教室

Home

睡眠日誌

過去の日誌

ログアウト

ご利用の手引き

e-learning

ようこそuser2さん。現在、このアカウントでログインしています。

どちらのデータを確認しますか？

親

子供

親と子供のデータをそれぞれ最新の7件表示する

確認する期間を選択してください

最新の7件を表示する

全件(3週間分)を表示する

対象の期間を選択(工事中です)

～

表示する

1.上のメニューバーから”過去の日誌”を選択します。

2.どの日誌を確認するか選択をした後、”表示する”を押します。

\*他の方の睡眠日誌を確認することはできません。