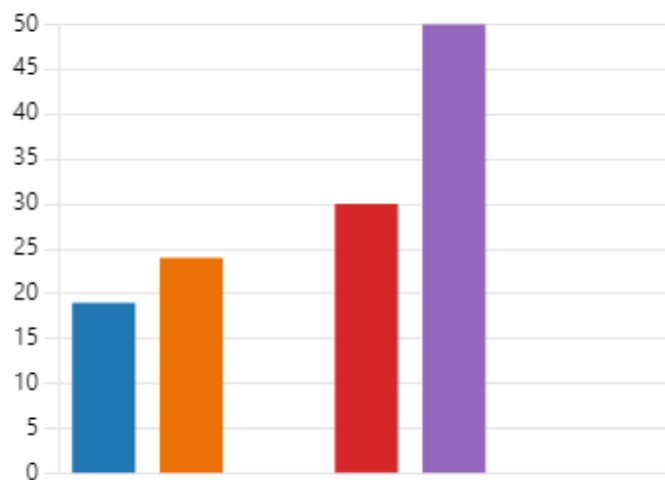


1年生（58人／93人中）

1. お子様ご自宅でする機器を選んでください。（複数選択可）

[詳細](#)

スマートフォン	19
タブレット	24
パソコン	0
ゲーム機	30
テレビ	50
何も使っていない	0
その他	0



2. メディア（スマホ、SNS、ゲームなど）に関するご家庭でのルールは設けてありますか？

[詳細](#)

はい	44
いいえ	14



3. 時間のチャレンジレベルを選んでください。

[詳細](#)

ゼロ（全くゲーム機器その他の機器...	4
1時間以内でやめる	23
3時間以内でやめる	27
その他	4



4. 日数のチャレンジレベルを選んでください。

[詳細](#) [インサイト](#)

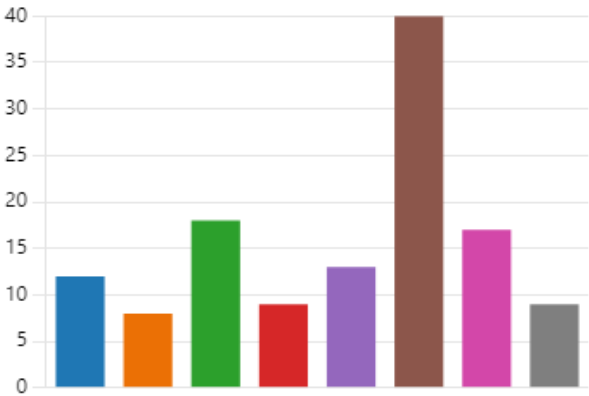
3 日	32
2 日	8
1 日	18



5. メディアコントロールの時間（ゲーム機などをさわらない時間）子どもさんは何をして過ごされましたか？（複数選択可。質問1で「何も使っていない」と答えられたご家庭は、休日に何をして過ごしておられるのか、答えられる範囲でかまいません。）

[詳細](#)

勉強	12
運動	8
家のお手伝い	18
習い事	9
読書	13
家族とのコミュニケーション	40
趣味	17
その他	9



- ・平日や放デイがない日はテレビで YouTube をみがちなのでなるべく外へ出かけるように心がけています。兄弟が多く年齢が近いので休みの日お父さんが仕事の時は家で YouTube や Netflix を見せてしまいます。平日テレビをみる事はあまりないので休みの日も時間を決めて見せていきたいと思います。
- ・いつもより家族の時間をもてました
- ・スマホを見せてその間に家事をすることに慣れてしまい、なかなか難しい
- ・初めての取組みというもあり、ゲームをしない、テレビを見ない時間をどの様に使えば良いのか自分なりに考えるのは、なかなか難しかったように感じました。また我慢するという事にも苦戦してましたが、この経験を生かして今後も少しずつチャレンジを続けていけたらと思いました。
- ・家族との会話が増えました
- ・声掛けをしないとなかなか意識させるのが難しかった
- ・兄弟が3人いて、それぞれ好きなことさせるのは親の余裕がないとできないと感じました。
- ・長時間テレビやゲームをもともとさせないので目標設定が困った
- ・見ない時間をきちんと決めるとダラダラせずに、家で楽しめらことを見つけられるんだなと思いました
- ・時間をきめることは大切だなとかんじた
- ・中々メディアを断つのは難しいです。日頃からもっと意識してメディアコントロールを実行していこうと思います。
- ・家族で少し遠出しました。家でもみんなで工作をしたり料理をしたりワイワイ楽しい時間を過ごせました！
- ・手伝ってくれることが多かったので助かりました。

- ・見たいな、と言いながらも家族と遊んだり一人で遊びを見つけたりして過ごせました。
- ・楽しくチャレンジ出来ました。
- ・学校で事前にお話があったからか、すんなりとルールを受け入れてくれたように思います。夜はゲームやタブレットをしないルールにすると、寝る時間も早まり生活のリズムも作りやすくなりました。
- ・一緒にお話したり会話の時間が増えた
- ・普段より気にかけてメディアを使うことができました。
- ・3日間 家族と頑張りました。家の手伝いも積極的にしてくれました。
- ・家族と関わる時間が増えたのでとても良かった
- ・チャレンジ期間設けて目標掲げると、意外と子どもたち自身で意識してメディアの使用をセーブしていた
- ・1時間以内の目標は厳しいですが、家族全体で取り組めたら良いと思いました。家族の意識を高める方法を教えてほしいです。
- ・手作りパンを焼いたりプールへ行ったりして楽しく過ごしました
- ・たまに取り入れたい。

(原文をそのまま貼り付けています。)