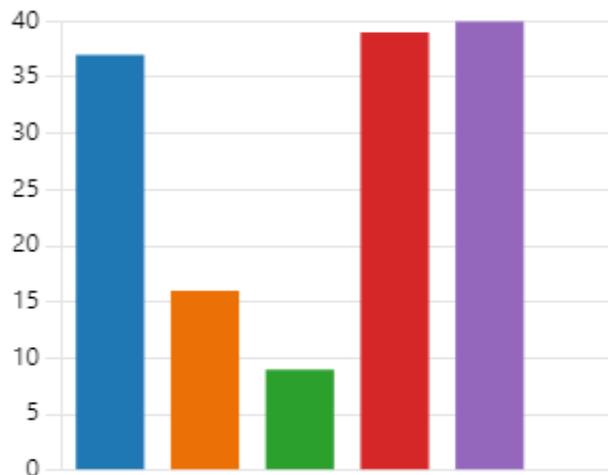


## 6年生（54人／121人中）

1. お子様をご自宅で使う機器を選んでください。（複数選択可）

[詳細](#)

● スマートフォン	37
● タブレット	16
● パソコン	9
● ゲーム機	39
● テレビ	40
● 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	51
● いいえ	3



3. 時間のチャレンジレベルを選んでください。

[詳細](#)

[インサイト](#)

● ゼロ（全くゲーム機器その他の機器...）	2
● 1時間以内でやめる	14
● 3時間以内でやめる	30
● その他	8



#### 4. 日数のチャレンジレベルを選んでください。

##### 詳細

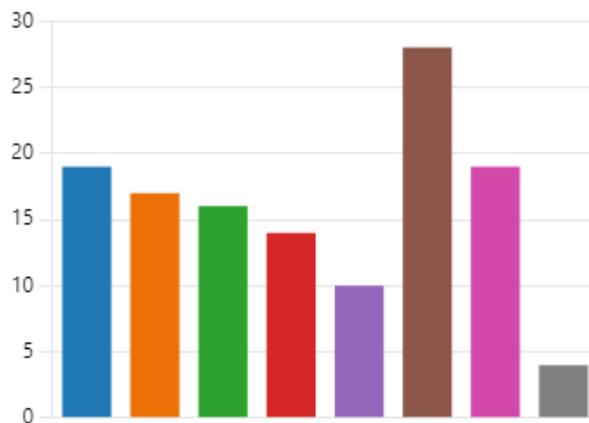
● 3日	27
● 2日	11
● 1日	16



#### 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お過ごされましたか？（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、休日に何をしてお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	19
● 運動	17
● 家のお手伝い	16
● 習い事	14
● 読書	10
● 家族とのコミュニケーション	28
● 趣味	19
● その他	4



- ・子どもだけでなく、日々、大人もメディアに関わる時間が長くなっていった。親子で取り組むことで、一緒に携帯等の使用時間について考えることができた。
- ・休日の日は時間を決めて、これから先もチャレンジしていきたいです。
- ・上手く出来ました。
- ・図書館から本を借りてきて読みました！本を読むことの楽しさを再確認したようです
- ・見ることが当たり前になっているので、たまにはこのような時間を家庭でもうけても良いなと感じました。
- ・とても有意義なチャレンジでしたので、今後は週1日、メディアコントロールチャレンジをしようと家族で話し合いました。
- ・メディアの無い時間帯は何をして良いのか分からず時間を持て余していたと本人が言っていました。ですが、このような時間を自分なりに考え有効活用するというのも大切な事だと思うので、今後もチャレンジは少しずつでも続けていって欲しいと思います。
- ・自分なりに他の楽しみを見つけようとしていました。こういった気持ちが習慣化するといいのですが...
- ・する気もなく、言う事も聞かない困ってます
- ・全くやめることができなかった
- ・親もスマホをさわらないと子供からの話が増えたと思いました。
- ・1回のゲームを20分と決めて、目を休める時間を作っています。長時間続けてゲームをしないよう、これからも気を付けたいと思います。
- ・毎日スマホで動画を視聴する時間が長いので時間を決めて使用するようにしたいと思いました
- ・一応、目標を決めていたので意識はしていたように感じます。

- ・なかなか難しいです。
- ・いつも携帯を触ってばかりなのですが、一緒におやつを作ったり出かけたりと、とても有意義に過ごせました。3ヶ月に1回してほしいくらいです。もっとあってもいいです。
- ・ゲーム以外で楽しめる事を見つけました。なかなか、心の規制がむずかしいので、このような機会があり、ありがたかったです。
- ・チャレンジ中は家族で話す時間が増えました。
- ・次はもう少し難しいレベルにチャレンジします
- ・声かけにてゲームを中断し休憩出来ていました。
- ・なかなか難しいですね…
- ・メディアチャレンジの時間を決めようとするといライラしていて、依存度が高いと感じました。これで自分の携帯を持ったらと思うと怖くなりました。
- ・視力低下にも繋がるのでメディアコントロールは必要だなと思います。
- ・3連休中、しかも暑くて外遊びもできない中でのチャレンジは少し厳しかった。3日間チャレンジしようと話していたが、3日目には無理そうだと感じたので、急ぎよ2日間のチャレンジに切り替えた。メディアを使わない時間の使い方を子ども自ら気づいてくれると、もっと有意義な暮らしになると思っているが、親からも日々声掛けはしているが、まだまだメディアに依存しているなあと感じる。
- ・連休でのチャレンジは難しかった
- ・趣味に集中したり、部屋の掃除に力を入れていました。