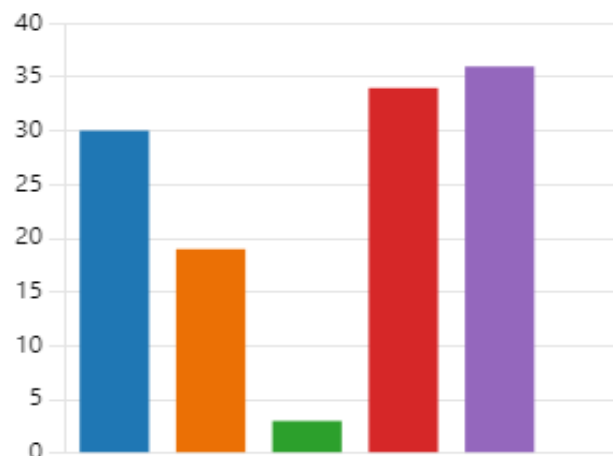


4年生（48人／100人中）

1. お子様が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	30
タブレット	19
パソコン	3
ゲーム機	34
テレビ	36
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	43
いいえ	5



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	8
3時間以内でやめる	29
その他	7



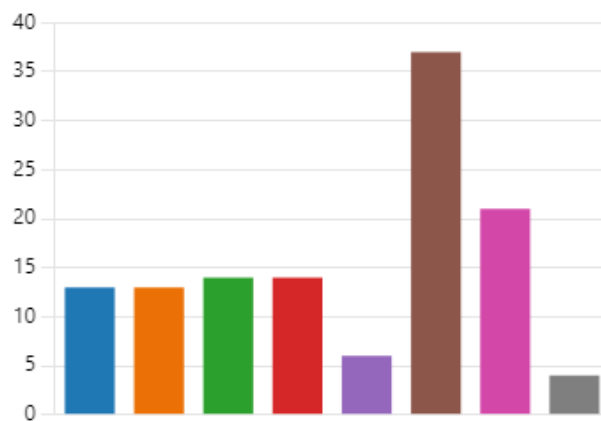
4. 日数のチャレンジレベルを選んでください。

[詳細](#)



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、休日にな何を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](#)



- ・普段いかにメディアにお世話になっているか痛感しました。子ども自身も意識してやろうと取り組んでいました。
- ・サッカーをしているので家にいない分メディアに触れていないから触れない、見られない状況を作ることが大事かもしれない。
- ・いつもより家族とお話できた
- ・進んで読書をしていました
- ・制限された事にイライラしていたり、マイルールを変えようとしたりする事もありましたが、計画的に過ごしていました。日頃、いかにテレビをよく見ていたか実感しました。
- ・普段YouTubeが大好きなので、ノーメディアで過ごすのはなかなか大変です。
- ・声掛けしないと意識させるのは難しかった
- ・本人が好きなお絵描きをしていたので、そこまで負担はなかったようです。
- ・仕事で、暇なときはどうしてもタブレットに集中してしまう
- ・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！
- ・まだまだ難しさがある
- ・久しぶりに家族で運動しました
- ・趣味をするにもネットで調べることが多々あるようで、それを違う方法を模索する親側が大変でした。
- ・3日間 家族と頑張りました。家事を積極的に手伝ってくれました。トランプやジェンガなどで遊びました。
- ・ひとりっ子で親が就業だと、やはりメディアに頼ってしまう。できる範囲でのルールを頑張っていければと思う。
- ・チャレンジ中に宿題などやるべきことをする、という感じで時間を有効活用できた気がします。

- ・ 普段の休みに家で過ごす時間が多いと長くなってしまう。
- ・ テレビやゲームなどいかに時間を使っているかが分かりました。依存せずに過ごす方法をみつけないといけないと思いました。
- ・ 約束の範囲内で実行する事が出来ました。