

**5年**（平日版）の感想紹介（そのまま貼り付けています。番号は個人と結びつくものではありません。）

- 1 時間を意識して取り組んだ
- 2 スマホを使わない生活は大変だった。これからは家の手伝いもしていきたいと思いました。
- 3 頑張っていた。家族との時間が増えた
- 4 してよかった
- 5 いつもよりはやくおきた
- 6 スマホ以外の楽しさに気づいた
- 7 やる事が思いついた
- 8 いつも通り
- 9 これから暇な時に何をすればいいかが分かった
- 10 チャレンジしてみると体の調子が良くなったりした
- 11 学力テストの問題をがんばった
- 12 1時間はすぐだったので次は3時間にしようと思います。
- 13 いつもより宿題が早く終わりました
- 14 楽しかった
- 15 使う時間を減らしたからその間の時間を習い事の時間につかえたからよかったです。
- 16 家族と遊べて楽しかった
- 17 家族で遊ぶのもたまにはいいなと思いました
- 18 頑張りました
- 19 ゲームや、テレビを見ない時に趣味をするのも、いいと思いました。
- 20 ゲームをしていない時間は、家族とのコミュニケーションが広がり、ゲームをしない時間も結構いいなと思いました。楽しかったです。
- 21 家族としゃべるのが楽しかったです。
- 22 家族との話が楽しかったです

※12/1（金）現在で回答のあったものから載せています。タイピングのミスと思われるものや全く同じ文言等は載せていません。

## 6年（平日版）の感想紹介

- 1 スマホがなくてもその時間で運動や勉強などが出来るということがわかりました
- 2 家族との時間が増えて良かったです。
- 3 家族と一緒に喋れる時間が取れて嬉しかったです。
- 4 メディアを使わない様に意識するいい機会でした
- 5 メディアを使わないことで、やりたいことがたくさん見つかりました。
- 6 メディアコントロールをすると体が軽くなったり早起きできた
- 7 インターネットに触れないようにすることを頑張りました
- 8 長い時間集中して読書をするのを頑張った。
- 9 SNS等で親などとやり取りができなかったこともあったが色々なことに使うこと(時間)ができてよかった
- 10 メディアを使わないように生活することはとても難しく不便だったけど、たまにはこういう日もあってもいいなと思いました。
- 11 ゲームやスマホを使わないだけで他の趣味などが見つかると思った。
- 12 頑張ったことはいつもよりゲーム時間を減らしたことです。
- 13 妹と一緒に遊んで運動がたくさんできてよかった。これからも続けていきたい
- 14 頑張ったことは、メディアコントロールの時間色々なことをしたことです。
- 15 最初は、簡単と思ったけどゲームの途中で時間がきたときに辞めるのが難しかったです！
- 16 難しかったけど、自分の好きなことに時間を使うことができた。
- 17 1日1時間以内しかメディアが使えないのは難しかったけど、約束を守ることができてよかったです。
- 18 ひまだったけどゲーム以外もいいのかなと思いました
- 19 習い事が多くてあまりできなかつたけどこれからも自分のためにも頑張りたいです
- 20 いつもよりも趣味やコミュニケーションに使う時間が増えてよかったです。ゆっくり休むこともできました。
- 21 家のお手伝いをするのを頑張りました
- 22 一日中趣味などをしていれば意外とテレビなどを見なくても過ごせました。
- 23 やってみて少しだけ難しかったです。
- 24 案外ゲーム以外も楽しいことがある
- 25 9時に終わると早く起きれる
- 26 ゲーム以外に趣味やほかのことをするのも大事だと思います。
- 27 大変ではなかったのでこれからも心がけたいです。
- 28 色々なことがいつもよりできた
- 29 目を休めることができ、快適に出来ました。
- 30 趣味に集中できたので良かったです
- 31 ゲームをせずに家族と会話することで話が盛り上がりとても楽しかったです。
- 32 メディアコントロールの時間にたくさん勉強やお手伝いことができました。
- 33 宿題や趣味をして、その2つの腕が上がった
- 34 やっぱりいつものようにメディアをみるのを制限するのは苦しいけど、見ない分時間を大切に使い、色々なことを出来たので良かったです。
- 37 日頃からインターネットを使っているのでも少し不便だなと思いました。
- 38 思ったより使っている時間が長く考えさせられました