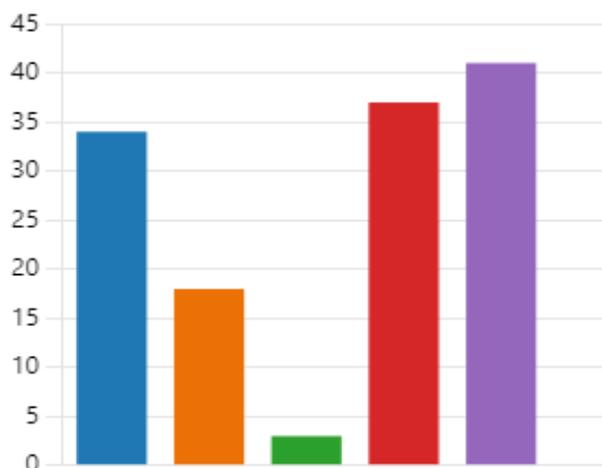


3年生（57人／97人中）

1. お子様がお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	34
● タブレット	18
● パソコン	3
● ゲーム機	37
● テレビ	41
● 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	48
● いいえ	9



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...	0
● 1時間以内でやめる	23
● 3時間以内でやめる	26
● 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](#)

[インサイト](#)

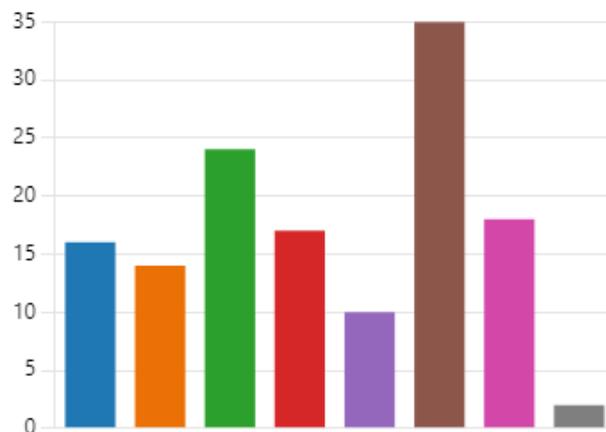
● 3日	30
● 2日	11
● 1日	16



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	16
● 運動	14
● 家のお手伝い	24
● 習い事	17
● 読書	10
● 家族とのコミュニケーション	35
● 趣味	18
● その他	2



- 1 時間を決めてもなかなかやめないなので、何度もいわなければならなかった
- 2 外に出ていないとメディアに触っているので習い事はいいなと思った。
- 3 意識して時間配分を決めておくとメディアに頼らず過ごす事が出来た。
- 4 テレビで YouTube や Amazon プライムを見る時間が多く、本人が見ていなくても他の兄妹が見るので結局見てしまいます。
- 5 チャレンジは失敗に終わりましたが、メディアから離れる意識ができたことは良かったです
- 6 これからも意識して、メディアと離れる時間を作りたいと思いました。
- 7 ゲームをするより絵を描いたり、本を読んだりする方がリラックスできてるように見えました。
- 8 声をかければ、気づいてやめるが、無意識にスマホで動画を見てしまう時間が度々あった。
- 9 やらないといけない事を自分で出来た
- 10 親が仕事で不在の間にこっそりみていた。
- 11 妹と遊んだりしましたが、暇だなあの言葉が多かったのでいかに日頃メディアに頼っているかが分かりました。
- 12 家族でお出かけしました。無理なく出かけました。
- 13 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。
- 14 こちらから声をかけないとタブレットを触ったりしていたので、今度は自分で気づいてチャレンジしてほしいです。
- 15 休日のチャレンジはなかなか難しいなと思いました

16 最近は暑くて外に遊びに行けないので、メディアに頼れないのはきつかったです。

17 自ら時計を見て時間を確認し、きちんと休憩をとる事が出来ていました。

18 本人から積極的にメディアコントロールの説明を家族にしてくれました

19 ちゃんと約束は守って出来ている

20 よく頑張っていました