

① 目標に対して5日間で4日以上達成できた人の人数（ 達成人数 / 実施人数 ）

	学級	達成人数	実施人数	割合（％）
1年生	1 組	17	18	94.4
	2 組	18	19	94.7
2年生	1 組	17	31	54.8
	2 組	12	21	57.1
3年生	1 組	10	13	76.9
	2 組	18	21	85.7
4年生	1 組	22	27	81.5
	2 組	16	23	69.6
5年生	1 組	15	19	78.9
	2 組	10	19	52.6
6年生	1 組	8	20	40.0
	2 組	13	15	86.7
			平均	72.8

② チャレンジを終えての振り返り（児童）

【メディアを使っていないときは何をしていましたか】

・おえかき	・自主学習、読書	・家族で遊んだ	・水遊び、虫探し	・運動
・絵をかいていた・家の手伝い				
・カードゲーム、ボードゲーム等				

【取り組んでよかったことは何ですか】

・お母さんとお父さんとお絵かきができた	・登校班に間に合った
・弟と遊ぶ時間が増えた	・意外と楽しかった
・よく寝れるようになった	・目が悪くならない（疲れない）
・今までよりメディアにしっかりと向き合い、メディアの使い方が上手になってきた	
・早寝早起きができた。（睡眠時間が増えた）	
・読書をして、本の楽しさが分かった	
・趣味をいつもより長くできた	

【お家の人からのご意見・ご感想】

・家族の会話がいつもより増えてお手伝いをよくしてくれた。
・アラームを設定して、それ以降は全くメディアを使うことなく過ごせた。いつもと違う遊びだったり、早く寝ることができたりと、いいことばかりだった。
・以前は「ノーメディア」だったが、今回は時間を決めてメディアを減らす工夫をした。
・メディアを「見ない日」も作ってほしい。
・最初は頑張っていました、友達とのオンラインゲームに参加したらなかなか抜けられずにズルズルと続けてしまっていた。
・テレビは見なくてもユーチューブを見るなど、注意をしても隠れて見ている場合が多い。
・メディアの時間を減らすことで趣味の時間が増え、時間を有効に使えたので心身への悪影響も減らすことができていたと感じた。
・ノーメディアは大人も難しいと感じた。良い機会だと思った。毎月してほしい。

① 目標に対して5日間で4日以上達成できた人の人数（ 達成人数 / 実施人数 ）

	学級	達成人数	実施人数	割合（％）
1年生	1 組	14	16	87.5
	2 組	16	16	100.0
2年生	1 組	19	30	63.3
	2 組	16	23	69.6
3年生	1 組	10	15	66.7
	2 組	11	15	73.3
4年生	1 組	16	24	66.7
	2 組	13	19	68.4
5年生	1 組	13	17	76.5
	2 組	13	18	72.2
6年生	1 組	16	23	69.6
	2 組	12	18	66.7
			平均	73.4

② チャレンジを終えての振り返り（児童）

【メディアを使っていないときは何をしていましたか】

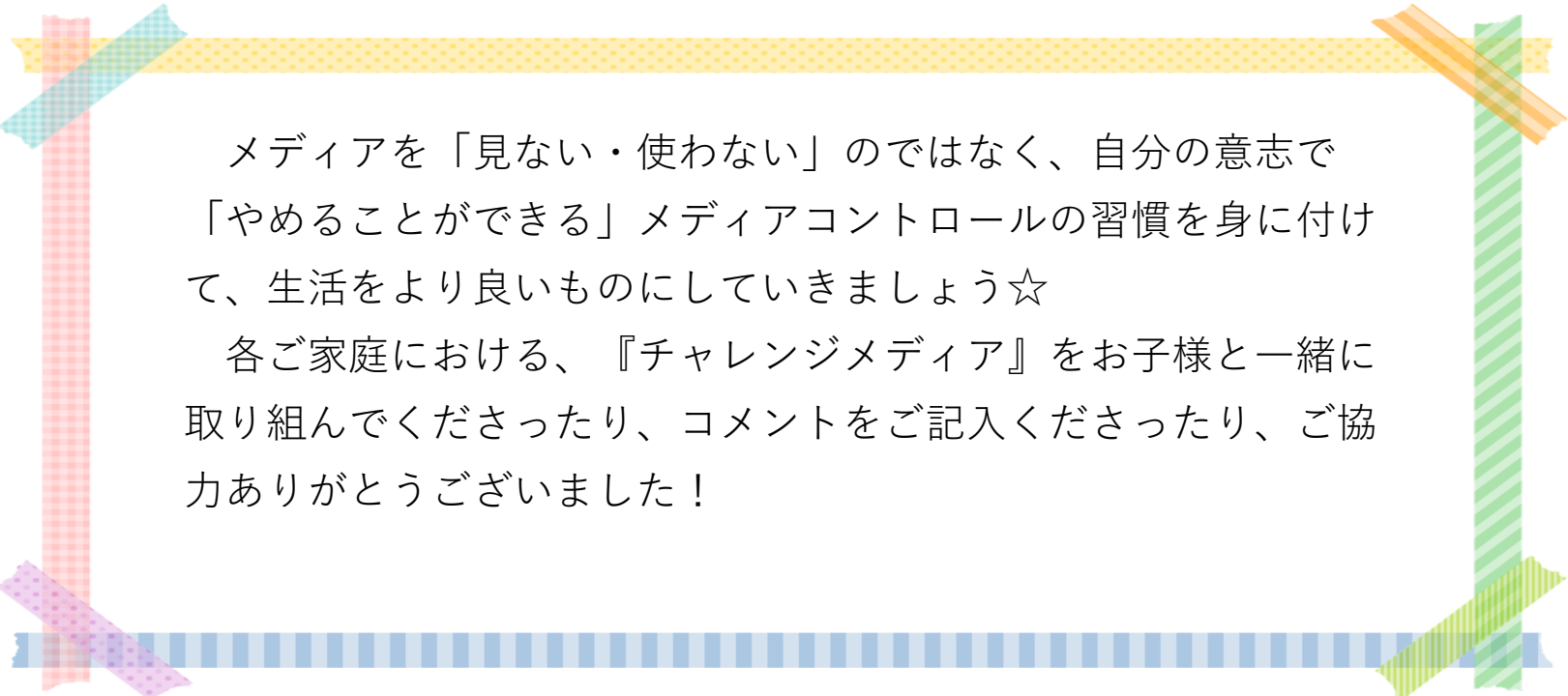
・お絵かき	・プラバン	・カードゲーム	・家の手伝い
・おりがみ	・習い事の練習	・家族とトランプ	・兄弟の面倒を見た
・工作	・家族と話	・体を動かす	

【取り組んでよかったことは何ですか】

・読書をして、本の楽しさが分かった	・寝る時間が早くなった
・家族とのコミュニケーションが増えた	・時間を守れるようになった
・早く寝られて生活リズムが良くなった	・よく眠れた
・早くねたら、早くおきれることがよかった	・目が疲れなかった
・面白い本が見つかった	・趣味をいつもより長くできた

【お家の人からのご意見・ご感想】

・どうしても家にメディアが溢れすぎていてコントロールが難しいが、時間を親が管理してこれからも付き合っていきたい。
・もう少し外で遊んでほしい。今回は前回に比べて時間を気にしながら取り組めていたところは良かったと思いました。
・普段しないような遊びを一緒にできたり、普段よりも早く寝るようになって良かったです。
・自分でちゃんと判断して使う時間を考えてほしいです。
・メディアがある時より家族間での会話が増えてよかった。
・これからもメディア以外のことで興味関心がもてるものに出会えたらと思う。楽しみに見守っています。
・家族で歴史の問題やなぞなぞを出し合って楽しんでいました。これからもそんな時間をもてたらいいなと感じました。



メディアを「見ない・使わない」のではなく、自分の意志で
「やめることができる」メディアコントロールの習慣を身に付けて、生活をより良いものにしていきましょう☆

各ご家庭における、『チャレンジメディア』をお子様と一緒に
取り組んでくださったり、コメントをご記入くださったり、ご協力ありがとうございました！