

「ノーメディアデー」アンケート結果 2018/05/23実施 [A:時間制限コース B:夕食後コース C:開始時間設定コース D:完全ノーメディアコース]

No.	学年	取組コース	感想	保護者	児童
1	1	A	帰宅後と夕食時のみのメディア(TV)で1時間以内にしました。基本的にTVを長時間観ることは無く、日々読み聞かせに取り組んでいます。こういった取組を学校で決めていただくことで、子供だけでなく親の気持ちもしっかりとし、普段以上に子供に伝わりやすく、そして理解してもらえよう深く向き合えようと感じます。		
2	1	A	夕方6時に帰宅。すぐにテレビをつけ、見る見ないは別として夕食が終わるまでつけたままの毎日ですが、この日は午後7時で何も言わず、テレビを消したところ、食事に集中。だらだらと食べることなく、たくさん食べ、会話も弾み、その後、読書もできてと短時間ずつですが、すべてがうまくいき、充実した時間を過ごせました。		
3	1	D	テレビをつけているとテレビを見てしまつて会話が少ないので、たくさん子供と話すことができました。月に何回かやりたいです。私たちが子供もすごく楽しい一日でした。本を読むこと、家族との会話…とても大切なことと感じました。		
4	1	A	普段、テレビの音と子供がやっている電子ゲームの音がやっていると、それが当たり前のようになっていた気がしますが、今回19時以降はとても静かで、気持ちも休まり、会話も読み聞かせも集中してできたと思います。		
5	1	A	一緒にお絵かきやいつもよりトランプをして遊びました。早めに寝ました。		
6	1	B	学校の出来事を話したりできました。話した後は、自分の好きな本を持ってきて読めました。		
7	1	B	ゲームはもちろん、テレビがついていないと会話も弾み、お絵かきが始まり、その流れで字の学習も楽しく行けて効果的な時間が過ごせました。		
8	1	A	勉強ができて、家族と話ず時間が増えました。自然と笑顔が多くなりました。		
9	1	A	自由時間はテレビやゲームになりがちな日常でしたが、ノーメディアデーでは、家族で会話をじっくりしたり、間違え探しをして遊んだりとみんなで一緒に楽しむことができ、とてもよい時間でした。		
10	1	B	うちはメディアといってもテレビと親のスマホくらいなので「夕食後はテレビ禁止」と朝から宣言しておきました。それを覚えていて、「夕食後はお手伝いする！」と食器を洗ったり、部屋の掃除までしてくれました。メディア制限をしても特に支障なく過ごせたので、このくらいなら無理なくできそうです。		
11	1	A	メディアは10分ほどに制限しました。読書のスタンプラリーのお知らせが配布されたこともあり、家にあった絵本を読むことができました。普段なかなか読書の時間がとれないので、よききっかけになりました。		
12	1	D	今日はノーメディアデーだからテレビは見ないと自分から言い、テレビを見ずに過ごしました。今日あった出来事もたくさん話することができて、よかったです。寝る前に本を読み合いっこして寝たいと思います。		
13	1	D	普段からそんなにテレビを観ることがなく、帰宅してからあつという間だなあと感じていました。私が少し手が空くと携帯電話を見ていることに気が付きました。いつもより会話量が多く、たくさんお話ができた気がします。毎晩、絵本の読み聞かせをしていますが、今日は、娘が学校でお借りした本を得意げに読んでくれ、あつたい気持ちになりました。		
14	1	A	話をしたり、本を読んだりと普段なかなかゆつくり時間をとってできないことができ、とても有意義な時を過ごすことができよかったです。		
15	1	A	子供とトランプをしたり、パズルをしたりして、寝る前に絵本を読みました。いつものことですが、楽しく過ごしました。		
16	1	D	帰宅後、メディアは一切使用せず過ごしました。久しぶりに静かな雰囲気でも過ごせ、好きな本を1冊と紙芝居を読んで、後は迷路をして団らんを楽しみました。子供とゆつくり向き合え、考えたいよりステキな時間になりました。		
17	1	D	子供たちに「今日はノーメディアデーだよ！」と伝えると、最初は「えーっ?」と言いながらも本を読んだり、折り紙をしたり、あつという間に寝る時間になりました。今はノーメディアデーをゲーム感覚で楽しんでいる様子です。毎月の実施で、ノーメディアデーがもっと身近なことになってくれるといいなと思っています。		
18	1	B	話をしたり、聞いたり、一緒に体をつかって遊んだりして、お互いフレッシュができました。		
19	1	D	普段から平日は朝夕ともに忙しいため、TVはつけていません。読書くらいはしたいと思っていましたが、眠さに負けて子供は寝てしまいました。できるときに取り組みたいと思います。		
20	1	B	いつも見る見ないに関わらず、起きている間はテレビがついていることが多いのですが、ノーメディアにすることで、子供たちとじっくり話ができ、宿題にもじっくり向き合え、よい時間でした。		
21	1	B	テレビを中心に家族団らんをしていましたが、今回子供と一緒に本を開いて見ることで子供のいろいろな知識を発見できました。読書をするためのノーメディアですが、家族の新しい団らんの型を見つけたかと思えます。		
22	1	B	家事や育児で、ついついテレビを見せておくことが多いのですが、実施した日はお互いにちゃんと向き合つて会話ができた気がしました。		
23	1	C	読書や読み聞かせの時間がなかなか作れないので、家庭でも月に数回行ってみようと思いました。		
24	2	B	家族全員で遊びました。ゲームやテレビを見なくても楽しく遊びました。		
25	2	A	子供たちは始めは物足りない様子でしたが、すぐに慣れ、楽しめました。親のスマホ依存は、思ったよりも深刻なのかもしれません。		
26	2	A	メディアを制限して過ごすことで時間のゆとり、家族間の会話が増えた。日頃からメディアの使用を制限することが大事だと分かり、意識して制限してメディアをうまく使っていきたいと思う。今回、ノーメディア読書デーに取り組みよかったです。		
27	2	C	いつもより本のページが多く読めました。		
28	2	A	1時間位でしたが、集中して本を読んでいた。		
29	2	A	普段から「時間を決めて」とルールを作っていますが、なかなかきっちり守れないことが多いです。毎日ではできなくても、意識して「ノーメディアデー」をしていくことが大切だと思います。		
30	2	C	うちは子供が帰ってきてから、ずーっとテレビとかをつけているうちではないので、そんなに大変なことではなかったのですが、上の子どもたちが大きいので上の子どもと一緒に…となると、難しいですね…		
31	2	C	読書はよくしており、ゲームはないのですが、TVを消すということにチャレンジしました。早く寝ることができたようです。		
32	2	C	今回は見たいテレビがあって、遅い時間までTVを見ていましたが、次回は夕食中はTVを見ずにゆつくり静かに過ごしたいと思いました。親子で読書をするのも少なからずだったので、よい機会でした。		
33	2	A	帰宅時〜夕食前まで、メディアを使用しませんでした。読書が好きなので、気にならなかったようです。		
34	2	A	宿題などすることは先に済ませ、時間を決めてメディアを楽しみ、決まった時間に布団に入るようにしました。有意義に過ごせたと感じます。		
35	2	B	テレビをつけていれば永遠と見ているので、お風呂後はテレビは禁止にしています。自然と毎日実施しています。なので、お風呂後は、塗り絵をしたり、お友達に手紙を書いたりしています。読書も進んでほしいですね。		
36	2	C	最近メディアの使いすぎで目の視力が落ちていたので、本人も気にしていました。今回使わないようにすることを意識した結果、普段から時間を決めて使うことを本人から提案してくれました。		
37	2	D	同じ絵本を親子で読み聞かせし合ったり、各々読書をしたりして楽しめました。抑揚を付けて読む息子の姿に成長を感じました。時間を作るのは大変ですが、それ以上に得るものがあるので、今後も毎月行っていけたらと思います。		
38	2	B	夕食後はらめっこをして、久しぶりに大笑いをして楽しかったです。寝る前に読書をしました。		
39	2	B	夕食の時間からテレビを消してみました。が、テレビを見ながらの食事より時間がかからなかったため、その分、読書に時間があてられました。		
40	3	D	もともと子供たちは読書好きなので、TVを見ないと決めると、各自本を読み始めました。我が家では、時々TVを見ない日もともとあるので、違和感はありませんでした。		
41	3	A	踊ったり、歌ったりしていましたが、天気予報を調べたり、ニュースを見たかったり、情報社会の中でいろいろと不便を考えさせられました。いかにメディアの中で育ってきたかが分かりました。		
42	3	C	学童後、そのまま図書館へ行き、スタンプラリーもあったので大量に借りてきました。夕食を挟んでひたすら読んでいたので、頃合いで止めました。週一度は難しいですが、月一度程度ならできそうです。久々に静かな夜でした。		
43	3	B	一緒に本を読んだことが楽しかったです。いつも時間に追われながら毎日を通してきているため、なかなか時間を共有することができていませんが、意識的に少しでも共有できる時間を作っていけたらと思います。		
44	3	A	メディア時間を短くし、外で遊んだり、読書をしてみたりしました。親も一緒になってやったので、いろいろ大変でした。休日は、なるべく制限をして継続したいと思いました。		
45	3	B	TV、PC等は、何かをみるためにつけるといふより、なんとなくつけて見始めることが多いです。なんとなく…を無くすと、もっと時間ができると感じました。		
46	3	B	普段は寝る前までにテレビやスマホをだらだらと見てしまっていますが、この日は家族で会話をしたり、読書をしたり有意義な時間を過ごすことができました。普段より規則正しい生活ができたような気がします。		
47	3	B	メディアの情報が入ってこない分、子供たちとの会話から日常生活の情報を得ることができて、いろいろいつもより話を楽しめることができました。		
48	3	C	テレビ以外のものは観なくても多少は平気ですが、やはりテレビはニュース、天気予報などは必要なので観ました。		
49	3	D	ゲームの代わりに本を読んだり、久々にトランプで遊んだり、テレビの代わりに普段より多く会話の時間をとれて、新鮮な気持ちになりました。		
50	3	A	普段からできるだけテレビはつけないようにしていますが、時間があるといふ携帯電話を手に入れています。今日は、子供と読書をしたのですが、テレビの音もなく、とても集中することができたと思います。毎日、少しの時間でもよいので、音の無い時間を過ごせたらよいと思いました。		

51	3	A	夕食を食べ終わるまではテレビをつけなかった。学童でカエルやサワガニをつかまえていたので、どこでつかまえたのかなどをきくと、嬉しそうに話してくれました。		
52	3	A	都合で5/22に実施しました。普段は時間を決めずにテレビ等を見ていましたが、テレビをつけずに夕食を食べました。丁度、家庭訪問の日だったので、その時の話をしながら、夕食を食べることができました。		
53	3	D	帰宅は18時頃なので、テレビを観なくてもほとんど気にならないようです。気に入っている本を読んで過ごしました。弟や妹に手がかかり、トランプなどができず心苦しいのですが、読書に夢中になる時間は大切なので、よかったです。		
54	3	B	学校のことをいろいろ話したりして、子供の様子を知ることができました。		
55	3	A	子供にとって1時間以内という制限は、普段とさほど変わらない様子でした。しかし、母にとってはなるべく家事を早く終わらせてオセロやジェンガ等、子供と楽しむ時間も作ろうと改めて意識でき、とてもよい機会になりました。		
56	3	B	落ち着いて読書ができました。		
57	4	B	毎日、夜はだらだらとテレビを見ていることが多いのですが、ゆっくりとお風呂に入ったり、寝る前に読書をしたりと、有意義な時間を過ごせました。		
58	4	A	時間を決めたことで、普段話せない細かい話まで話すことができました。		
59	4	B	最初はゲームが気になったりしていた様子でしたが、家族で話しているうちに、団らんを楽しみ、手作り工作をしたりして楽しむことができました。いろいろ話したり、ゆっくり時間をゆっくり、話す大切さが分かりました。		
60	4	C	いつもより充実した時間を過ごすことができました。		
61	4	A	弟に絵本の読み聞かせをしてあげていて、とてもほっこりした気持ちになりました。		
62	4	D	友達と遊んだり、歯医者に行ったり、宿題をしたりしていたので、あまりテレビを見る時間がなかった日だったので、団らんも少ししかできない感じでした。		
63	4	A	いつもの生活とあまり変わらず実施できました。次回はもう少し長くメディアに接しない時間をつくりたいです。		
64	4	D	約束がしっかり守られ、お父さんに電話するときも母の携帯ではなく家の固定電話からかけていました。普段読まないジャンルの本を楽しめました。		
65	4	B	読書は少でした。その分、いつもなら絶対にしない始め～終わりまで宿題に付き合うということをしました。いろいろ話しながら楽しそうに宿題をしていました。薫平は「ゲームとかテレビを見ないのもいいなあ。」と言っていたので、毎月1回でも実施するのはあたりなと思いました。		
66	4	B	食後に読書をしました。お互いに感想を言い合えて、短い時間でしたが楽しかったです。		
67	4	D	平日は忙しく、またテレビより読書を優先したがるので、ほぼメディアに接しません。(大人も)週末に時間を決めて楽しみます。なので、いつもと同じ一日でした。		
68	4	C	宿題を済ませた後、読書(読み聞かせ)をしました。メディアを断つことで話の一つ一つに深みが増しました。家族同士の会話にもきちんと向き合えた気がしました。		
69	4	B	いつもはテレビを見ているけれど読書をする時間がもてよかったです。		
70	4	C	毎日テレビがついているのが当たり前なので、メディアを制限するとなると何をしたらいいのかわからず不安でしたが、読書はもちろん、勉強や家族の会話が増え、とても有意義な時間となりました。		
71	4	B	携帯をいじらないのは少し不安でしたが二人で読み聞かせごっこができて、楽しかった。		
72	4	A	本を読み、早寝できてよかったです。		
73	4	D	私はテレビを見ないで読書をするということを簡単だと思っていました。でも、実行してみるとテレビを見なくなってしまうと、これだけでもこんなに難しいなと思いました。		
74	5	B	毎日ゲームやタブレットなど時間を決めてだらだらしていました。ノーメディアデーに取り組んでよかったです。		
75	5	A	いつもテレビを見ている時間に読書をしたので、家が静かで、違う感じが味わえたのでとてもよかったです。		
76	5	A	メディアを1時間までとして、読書をしました。普段は少年野球で読書をする時間を持ってませんが、家庭訪問中で時間もあり、実施することができました。充実した時間でした。完全ノーメディアコースにも挑戦してみました。		
77	5	C	いつもは毎日テレビかゲームをしているが、この日は19時まで！と決め、寝るまでの約2時間は教材(ドリル)や読書をしていました。今後も定期的に取り組んでいけたらいいと思います。		
78	5	D	何回読んでいる本でもメディアが一切ない中で読むと違う世界に入り込むことができる。		
79	5	D	今度からもゲームをたくさんしないで家族と過ごしたいと思った。		
80	5	B	宿題をちゃんとできていたのでよと思います。		
81	5	C	夕食後はテレビを見なく、家族と話をしていました。		
82	5	C	うちは普段見なくてもテレビはついているので、テレビやゲームは〇時まで!!と決めるのもいいことだと思いました。		
83	5	C	テレビやゲームとかでゲームはやらなかったけれど、テレビはちょっと見たから次は頑張りたいです。		
84	5	B	ノーメディアデーだと親もも理解していたはずなのに、自然にTVをつけてしまったり、ゲームを始めてしまったり、携帯で動画を見ようとしてしまったり…日々の生活が、どれほどメディアを活用することが当たり前になっていたかに気がかされました。完全ノーメディアはできないにしても、親としてちゃんと制限をかけて、上手に付き合っていかなければいけないなと思いました。		
85	5	B	テレビを消したことで、その日の出来事などをゆっくり話すことができました。		
86	5	B	夕食中からTVをFMに切り替えました。その後、宿題タイムや読書タイムにしました。学校での様子、グラウンドゴルフのことや長男の部活の話を聞けてよかったです。5/22、23と勉強会で、夕方遅くなったが、時間を設けて実施しました。		
87	5	B	「富岡市の子どもにすすめる本」のスタンプラリーが始まったので早速市立図書館に行き該当の本を借りてきました。そんなわけで夕食後の読書タイムもスムーズに楽しい時間を過ごすことができました。雨が降っていたので雨音がいいBGMとなり、思った以上に集中している様子でした。		
88	5	C	夕食後に1時間くらいテレビを見るだけにしました。本人はやる気でも強張って見ないようにしました。		
89	5	B	5年生の娘が年長の弟に本の読み聞かせをしてくれました。読み進めながら、途中で感想を言い合いながら、とても楽しそうでした。まわりで親は、それぞれ好きな本を読み、ゆったりとした夜を過ごすことができました。		
90	5	C	たくさん面白い本が読めた。1日の出来事をゆっくりきける時間がとれるので、また取り組みたいです。高学年になると読める本の幅が広がるので、同じ本を読み、感想を話し合えたら楽しくなりそうです。		
91	5	B	ダイニングテーブルで宿題をするので、自然とその後読書を読みます。テレビをつけておくことが当たり前だったので、「ノーメディア読書デー」で改めて読書の機会が増えました。		
92	5	B	今回、平日はバタバタと余裕がなかったため、週末をノーメディア読書デーとしました。週末であれば、夕食の時間をいつもより早くしたりできるので、ゆっくりと読書や団らんを楽しむことができ、よかったです。最近、音読で竹取物語の始めの部分を読んでいて、古典に興味をもっているようなので、かぐや姫の絵本と子ども向けの古典『竹取物語』の2冊を読み比べました。		
93	6	B	お兄ちゃんはテスト中ということもあり、家族全員そろうのは難しいですが、いつもなかなかできないハンドの大会のことなどの話をゆっくりすることができました。		
94	6	D	今回は完全ノーメディアコースに挑戦！前日に「読書の達人」が届いたこともあり、図書館で本を借りてきたので、宿題の後は読書の時間に夕方いつも見るテレビの時間も気にせず本を集中して読んでいました。夕食の時もテレビをつけずに会話をしました。夕食後も読書の時間で、親子で静かに本を読むことができました。姉や兄にも協力してもらっての完全ノーメディア達成です。テレビに「ノーメディアデーのためテレビ禁止」の紙を貼ってみました。		
95	6	D	我が家は電子ゲームやスマートフォンがないので、比較的メディアの使用は少ないと思いますが、テレビを見なかった分、だらだらと過ごすことがなくなり、宿題や学校の準備がスムーズにできました。ゆったりとした時間が過ごせ、読書や団らんが楽しめました。		
96	6	D	子供が読み聞かせをしてくれました。時々してくれてはいましたが、いつも家事をしながら聞いていたので…ゆっくり聞くことができよかったです。また、久々に折り紙でいろいろな作品をつくって楽しかったです。充実した時間が送れました。		
97	6	B	たまたまテレビなどを見たりしない時があるので、特に気にせずできてよかったです。		
98	6	B	夕食後は親子で百人一首をしました。楽しい時間が過ごせました。		
99	6	B	普段は親子とも平日はなかなかゆっくり読書をする時間をもてないのですが、頑張ってノーメディアの日をつくることによって、充実した時間を過ごすことができました。		
100	6	A	会話が増えた。なかなか時間がとれずできなかった百人一首ができた。		
101	6	C	いつもの夕食の時のテレビタイムは、今日兄の行った東京校外学習の話を楽しく聞いて過ごしました。他には、たまっていた通信教育をやったり、寝る前に読書をするなど、時間を有効に使うことができました。		
102	6	A	夕食後の時間、テレビを見るだけにして、後はゆっくり過ごしました。いつもより会話が増え、楽しかったです。		
103	6	B	つつい親もスマホやテレビのリモコンに手がいつてしまいがちですが、家族みんながコミュニケーションがとれ、よい時間が過ごせたと思います。		