

「ノーメディアデー」アンケート結果 2018/11/23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
1	1	A	普段からテレビを長く見る習慣があまりなく、最近読書がとても好きになり、いつもとあまり変わらなく過ごせました。娘より私の方メディアを使っているの、気を付けたいと、思いました。
2	1	A	家族でぬり絵をしたり、本を読んだりと穏やかで充実した時間が過ごせました。
3	1	A	新しい本を購入し、兄弟で読書をしました。新しい本だったため、わくわくしながら自分で本を選び、楽しんで読んでいました。
4	1	A	天気もよかったので公園へ行き、一日体を動かして楽しく過ごせました。テレビは夕食の時だけとして、夕食後は宿題と読書をしました。
5	1	A	メディアを1時間にして、家族団らんの時間を多くとりました。
6	1	A	テレビをだらだら見てしまいがちの毎日だなあと反省できました。家族の時間を持てた気がします。
7	1	A	いとこと遊んで実家に泊まりに行ったので、あまりメディアを見ませんでした。
8	1	A	毎日テレビをつけない日はないので、月にこのような時間があってもよいなと思いました。
9	1	B	朝から約束しておいたので、こちらから促さなくても守ることができ、妹と遊んだり読書をしたりして過ごすことができました。
10	1	B	夕食を食べた後、皆で一緒に読書をしました。本を読みながら、その内容についていろいろ話しながら読めました。
11	1	B	メディアがない状態だと、家族の会話も自然と増え、何げない話もいろいろとでき、よい時間となりました。
12	1	C	午後から実施し、夕食前には父と娘と一緒に本を読みました。親子の時間がもてました。
13	1	C	メディアにふれる機会を意図的に作らないと子どもも見ない、ふれないことを意識して、他の遊びや会話、本を積極的に選ぶ等の行動ができて、口数や会話が増える時間となりました。とてもよい活動だと思います。
14	1	D	普段は帰宅と同時にテレビをつけ、夕食が終わるまでつけたままの状態ですが、22日は「明日できないので今日頑張る。」みたいなことを言っ、自分からテレビから離れ一日を過ごしました。結果、会話が弾み、食事が短時間で済み、寝る前に読み聞かせができたこととメリットばかりでした。
15	1	D	宿題が終わらず、11/21も夜テレビは観られず、11/22は次の日の旅行の用意でテレビは観られず、結果2日間ノーメディアデーになりました。次の日は、おもいっきり楽しむことができました。
16	1	D	時間に余裕ができ、ゆっくり一緒に宿題ができました。
17	1	D	家族の会話が増え、落ち着いた時間をすごせました。
18	1		実家の大根掘りのお手伝いをしました。普段できないことに取り組むことができ、とてもよい体験ができました。
19	2	A	図書館で借りてきた本を、家族で読みました。その本のどこが気に入ったかなどをゆっくりおしゃべりできました。
20	2	A	ゲームをする前に勉強を終わらせて、時間を決めていたので、だらだらせず1日を過ごすことができました。
21	2	A	帰宅後から20:00までメディアを使用しないことで、済ませるべきことを速やかに行えました。また、学校の話やお友達の話などをたくさん聞くことができ、とても有意義な時間となりました。
22	2	B	メディアは夕食前までにして、夕食の時間を早めにしたので、本を読む時間がたくさんとれました。集中して本が読めたようです。
23	2	B	会話とふれあいが増えた分、兄弟げんか、父おやの説教の時間が増えた。そんな効果もありました。
24	2	B	夕食後、家族で読書を楽しみ、ゆったりとした時間を過ごすことができました。いつも寝る時間まで慌ただしいのですが、落ち着いて寝付くことができました。
25	2	B	普段から食後はテレビを見ていませんし、ゲームも持っておらず、スマホも貸してはいません。なので、特に変わらない日でした。次はDを実施したいです。
26	2	B	子どもの話をゆっくり聞くことができました。
27	2	B	たくさん話ができてよかったです。
28	2	B	夕食後、団らんを楽しんだ後、各自読書をしました。週末は見たい番組が多かったので、難しかったです。
29	2	B	最近、テレビを見ながら団らんをしたりしていたので、少し難しかったです。でも、何げない会話ができて楽しい時間を過ごせました。
30	2	C	親から言われるより、学校からおたよりが来て自分自身で取り組もうと努力する姿は、効果があると思いました。毎月1日ではなく、もう少し増やしてもいいと思います。
31	2	C	普段、テレビを見続けてしまうので、団らんを楽しむことが少ないのでよい機会になりました。
32	2		前日から「明日はノーメディアデーだね。」と言い、本人が納得していたので、テレビ以外のメディアを使用することもなく1日過ごすことができました。携帯電話などを使用していない自分を「今日はえらいね！」と褒めながら過ごしているのを見て、小さいうちは素直だなあと感じました。普段に比べて、読書の時間が増えたり手紙を書いたり、読んだり書いたりする時間が増えました。
33	3	B	御飯に集中できました。テレビがついていないと、会話が增える気がします。食べる時間も短縮されて、後片付けがスムーズにできてよいです。今後も見たい番組がないときは、テレビを消す習慣を付けたいです。
34	3	B	夕食後から読書をするので決めた、落ち着いた読書をする事ができました。
35	3	B	朝は、登校・出勤時間が違うので、夕食は必ず一緒に食べています。時々ですが、寝る前に読み聞かせをしています。今回は、「ノーメディア読書デー」を意識して、家族皆で読書や読み聞かせをしました。普段と変わらずでしたが、静かな雰囲気の中での読書の時間は、新鮮でとてもよかったです。毎日になると難しいですが、時々こんな時間を作っていきたいと思いました。
36	3	B	楽しく読めたと思いました。最初は実施することに気乗りしない様子でしたが、いざ始めると、次は僕と進んで読んでくれていて、楽しく過ごせました。
37	3	C	親の方が大変でした。いろいろなことをメディアに頼っていることがよく分かります。タイムリーに情報が入ってこないことを不安に思ってしまう。情報を早くキャッチできるおかげで、余計な仕事も増えることに気がきました。これからの子どもの将来に不安を感じました。
38	3	D	普段の休日は、起床後すぐにテレビがつくので、前日の夜からこの通知をテレビに貼っておきました。仕方なく、兄弟仲良くオセロや上毛カルタなどを楽しんでいました。家族の会話も増えたように思いました。
39	3	D	昼間は出かけていたので気にならず、家でもテレビは消すことができました。弟や妹と遊んだり、こども新聞や漫画を読んだりしました。漫画ではなく、本も読めたら更によかったのですが。
40	3	D	習い事があるので、もともとTVを見る時間がないので、子どもたちは何とも思っていない様子。逆に親の私の方が、スマホを見ないのは大変でした。
41	4	A	ここのところ忙しくて、テレビを見ている時間がなかったので、夕食前のこの時間だけ見てもよいことになってしまいました。
42	4	A	普段からテレビやゲームはあまり使わないので、大変とは思わなかったけれど、タブレット型の家庭学習教材を利用しているので、毎日難しいと思いました。
43	4	A	ゆっくりと子どもと話ができてよかったです。
44	4	A	休日だったので、読書やカルタをしたり、お手伝いをしたりする時間がたくさんとれて有意義でした。
45	4	A	時間を30分に決めました。その他は、体を使って遊んだり本を読んだりして過ごしました。

46	4	B	分真堂で自分が読みたい本を一冊買ってみました。とっても集中して読みました。テレビよりも本の方が面白くて、ページをめくるのが楽しみでした。ママも本を一冊買って集中して読んでいました。
47	4	B	上毛カルタをして、家族で一緒に楽しい時間を過ごしました。
48	4	B	読書をしていると、家が静かで気持ちが落ち着いた。
49	4	B	昼間は外出していて、夕食後取り組みました。宿題やカードゲームなどをして時間を使いました。親の方が、連絡などを取ったりするため、スマホを使ってしまうことがあり、少し反省です。
50	4	B	ノーメディアデーがあると、家族と話すときが多いからよかったなと思いました。
51	4	B	たくさん本を読みました。厚い本も何冊か読み切ってよかったです。家族で集まって、たくさん本を読み合って楽しかったです。
52	4	C	メディアをやめることで、普段よりゆったりとした時間が流れたような感じがします。たくさんいろいろなことを話せよかったです。
53	4	C	もう、何度も実施しているため、時間の使い方も有効に使えるようになりました。読書の時間が増えるものよいですが、家族団らんの時間がとてもよかったです。
54	4	D	天気のいい休日だったので、昼間は外へ行き、マラソンを家族で楽しみました。夜は早めにベッドへ行き、ゆっくり読書を始め、いつもより早めに寝ました。あつという間の一日で、充実した日でした。
55	5	A	テレビをつけてしまうと、視線が集中し、それだけになってしまいますが、各々が読書等に集中できました。
56	5	A	夕食では団らんを楽しめて、就職前1時間、夕食後30分にしたら家族3人で楽しめた。
57	5	A	各々思う存分読書を楽しんだり、いつもよりたつぷり外でバドミントンやボール遊びをして、いい汗を流せました。
58	5	A	いつもはそれぞれ違うことをやっている時間でしたが、ノーメディアデーということで、家族でいろいろな話をすることができました。また、とても早く寝てくれました。
59	5	B	家の中が静かで、やる事がどんどん進んで、早く寝ることができました。
60	5	B	特には、いつもと一緒だった。
61	5	B	翌日、野球でam4:00に起きだったため、早寝しました。夕食時の団らんも楽しめました。
62	5	B	三連休だったので、いつもより時間に余裕があり、家族そろってゆったりと取り組むことができたので、良かったです。大会前なので、かるたの練習をしたり、各々が読みかけていた本を読んだりしました。
63	5	C	いつもしていることが違って、いつもよりきつかったけれど、楽な気持ちになれた。
64	5	C	この日は朝早くからサッカーがあったので、早めに布団に入り、その日の話をしながら休みました。
65	5	D	コタツを囲み読書したり、お話ししたり、楽しかったです。
66	5	D	読書はしませんでした。日頃ゆつくりと会話ができなかったもので、学校の事、友達の事など、たくさん話しました。とっても有意義な時間でした。
67	5	D	同じ本でもメディアがない中だと集中でき、内容を理解できてよいと思いました。
68	5		私のは、ボンボンが丸くできました、お母さんのは、15cmくらいあめたので、良かったです。
69	6	A	テレビを見ない分、ゆつくりとした時間を過ごせました。今度は手芸等も一緒にしたいと思います。
70	6	A	いつもより家族の会話が増えました。
71	6	A	朝はニュースを見るので、学校から帰ってきてからノーメディアデーを行いました。今日は、TVもゲームも全くやらず、好きな本を読んだりピアノの練習をいっぱいやったり、宿題を早めに終わらせたりすることができました。そして、最近寝るのが遅かったのですが、早く寝ることもできました。
72	6	B	テレビは夕食前までとし、夕食後は家族で読書をしてみました。静かな環境がとても新鮮でした。
73	6	B	読書をたくさんしました。お父さんがテレビを見てしまった。
74	6	B	夕食前にテレビを見て、夕食後寝る前に読書をしました。
75	6	B	日頃から読書は好きで、よく読んでいます。テレビではニュースもあるので、内容やその日の時間の使い方が上手くできればメディアも物だと思っています。
76	6	C	毎日できたらいいと思いました。
77	6	C	家族でたくさん話したりできる時間があつたのでとてもよかった。もっと上を目指してみたいと思った。
78	6	C	決まりを守って読書や団らんを楽しむことができたので、良かったです。次回もしっかりとしたいです。
79	6	C	祝日だったので、午前のみTVやゲームOKにし、午後からノーメディアにしました。図書館で本を借りて読書をしたり、兄妹でマンカラ大会(ボードゲーム)を自分達でトーナメント表を作って行ったり、図工でやった立体カードの作り方を妹に教えて一緒に作ったりと、TVを見たりしている時よりも人との関わりが深く、充実した時間を過ごせました。また、回を重ねてきているので、子どもたち自身で「今日はノーメディアだ」と自発的に取り組んでいたのが、感心してしまいました。家庭だけだと続けるのは大変そうですが、学校でこのように取り組んでいっていただけると、親子ともに意識も変わるのでは、ありがたいです。
80	6	D	毎日やっているメディアをやりたいなと思ってしまったので、習慣は怖いなと思った。メディアがなくても生きていけるので、メディアをしない日を1日だけではなく、2日・3日ととつくていきたいです。