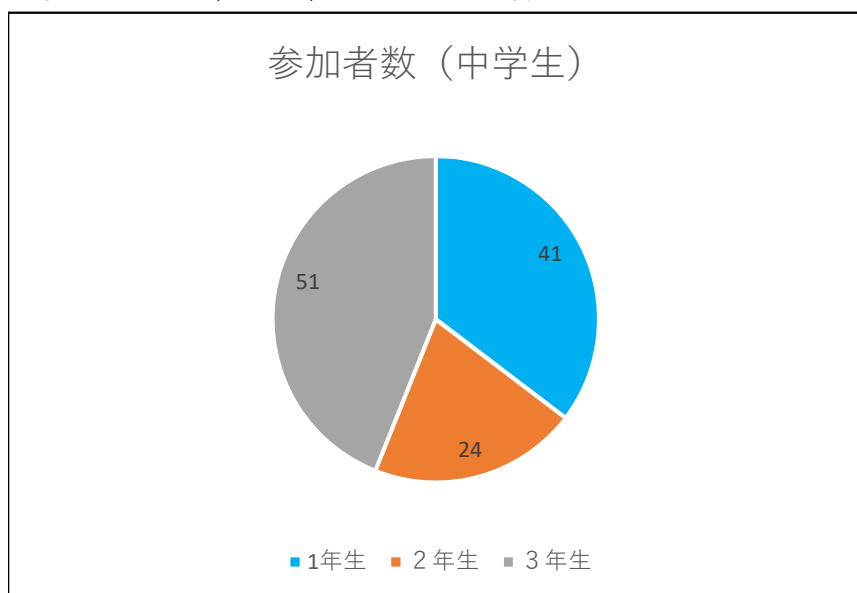


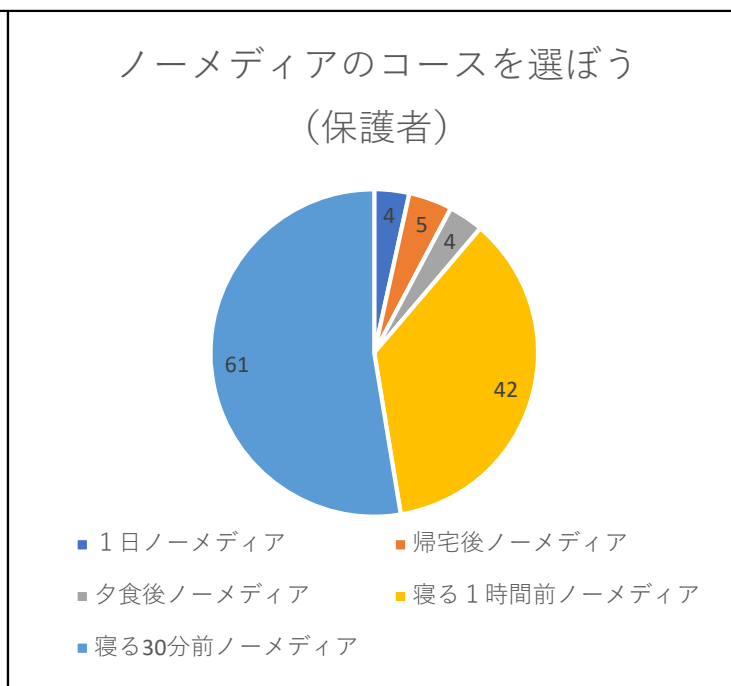
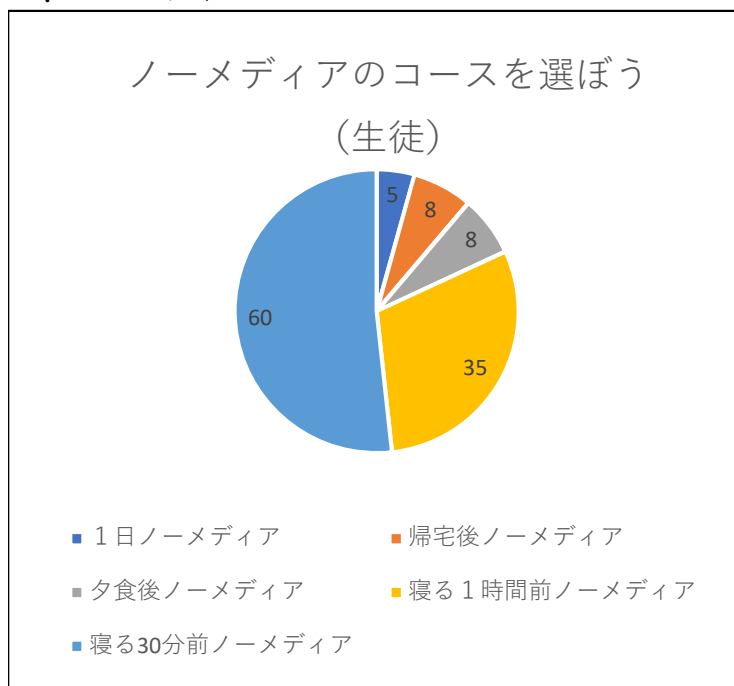
## 家族でチャレンジ！ノーメディア・読書ウィーク（中学生結果）

### 1. 参加人数（中学生） 116名参加



実施期間は、6月19日（月）～7月9日（日）から1週間を選んで読書ウィークとし、その内1日をノーメディアデーとして実施した。中学3年生が1番多く51名、次いで2年生41名、2年生24名の合計116名が参加。これは、多可町全体の中学生26%にあたる。

### 2. ノーメディアのコース



参加生徒、家族の方ともに、「寝る30分前ノーメディア」の選択が半数以上ある。次いで、「寝る1時間前ノーメディア」である。

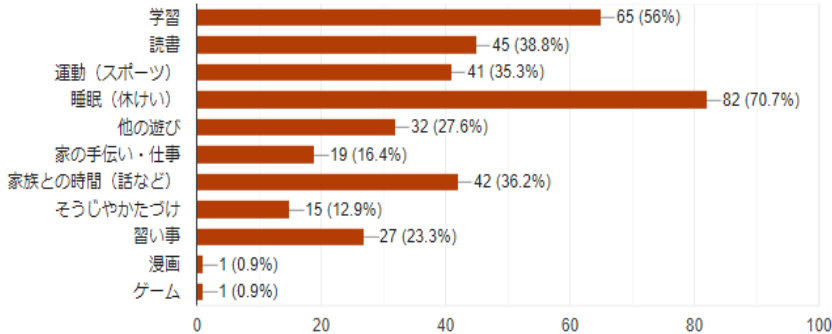
メディアの使用が普段の生活の中に溶け込んでいることが分かる。

少数であるが、「夕食後ノーメディア」「帰宅後ノーメディア」「1日ノーメディア」を選択されている。

### 3. ノーメディアの間にしたことは

ふりかえり ノーメディアの間にあなたがしたことは何ですか。(いくつでもえらんでください)

116 件の回答

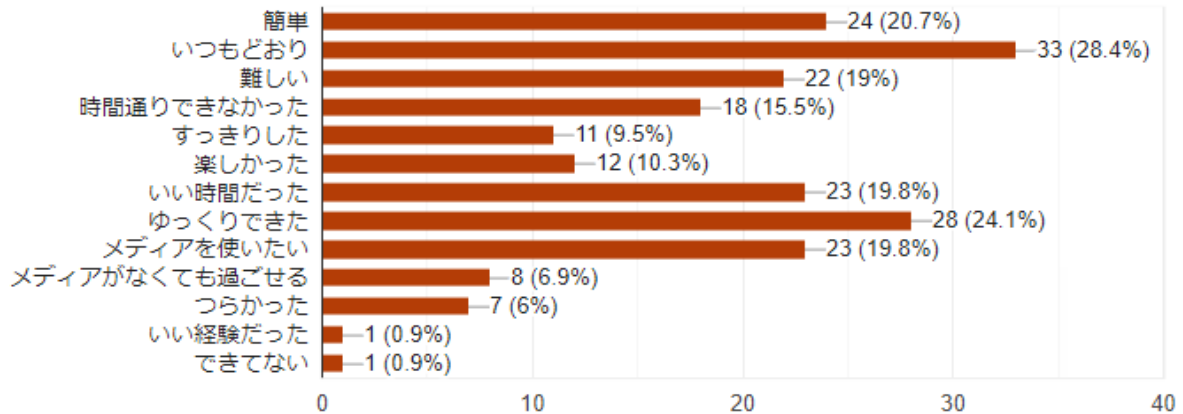


睡眠や休憩、学習に充てている生徒が多い。それだけ、中学生が忙しいことが読み取れる。自分の時間をもったり、メディアに触れない時間を意識して作ることが普段から必要と感じる。

### 4. ノーメディアの感想

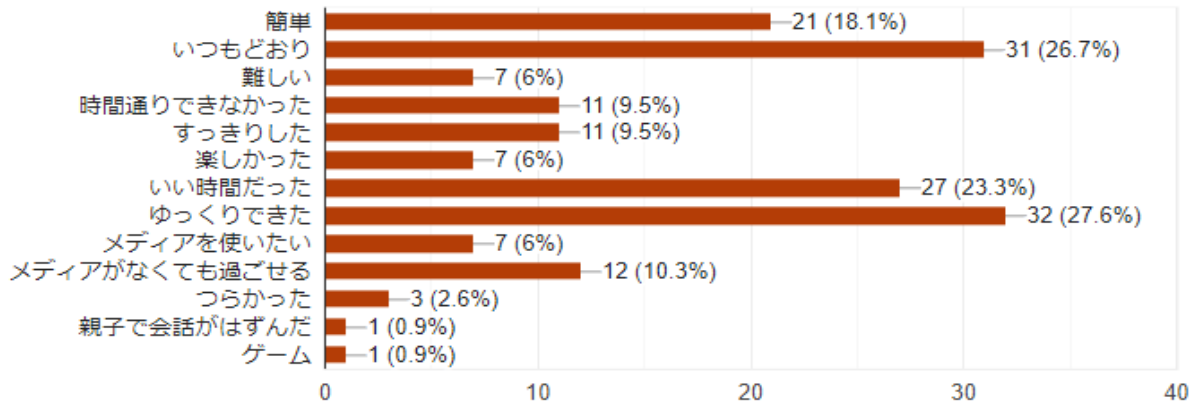
やってみて合うものを選ぼう。(あなた)

116 件の回答



やってみて合うものを選ぼう。(ご家族)

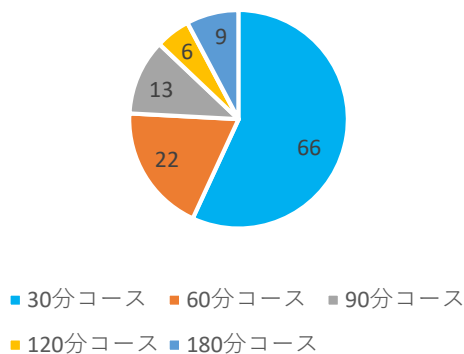
116 件の回答



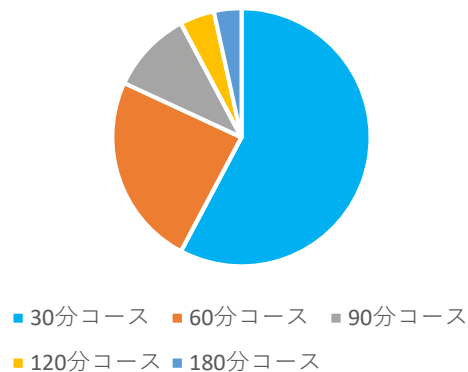
半数近くが、自分でメディア使用時間をコントロールできる一方、ノーメディアを難しく感じたり、時間通りにできなったり、メディアを使用したいと感じる生徒もいる。家族の方にも同様の傾向がある。メディアの使用が当たり前になっているため、普段していることができないとなるとつらくなるのは当然である。普段から、メディア使用の時間、使用しない時間を設定し、自分でコントロールしていくことで、自分の時間も持ちやすくなると感じる。

### 5. 1週間の読書時間コース選択と1週間で読んだ時間

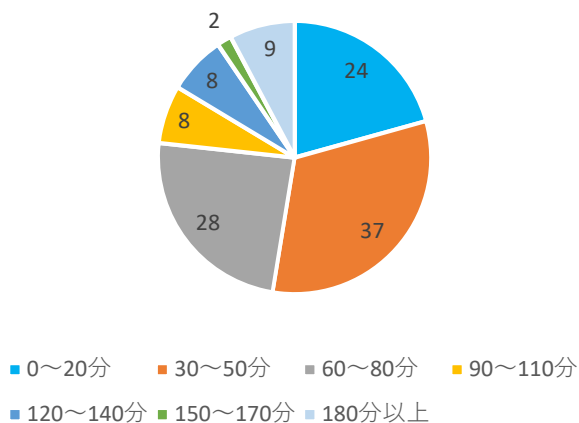
1週間でどのくらい読むかコースを選ぼう（生徒）



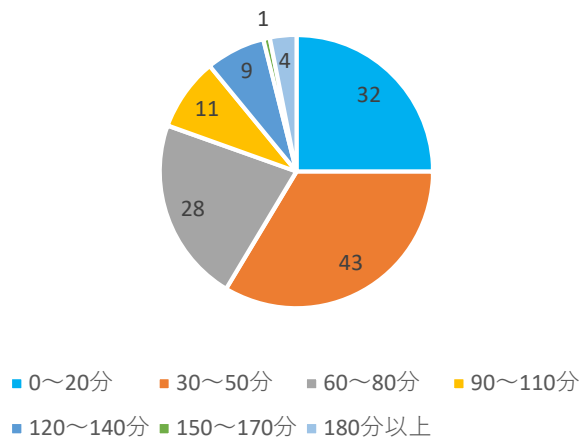
1週間でどのくらい読むかコースを選ぼう（家族）



1週間の読書時間（生徒）

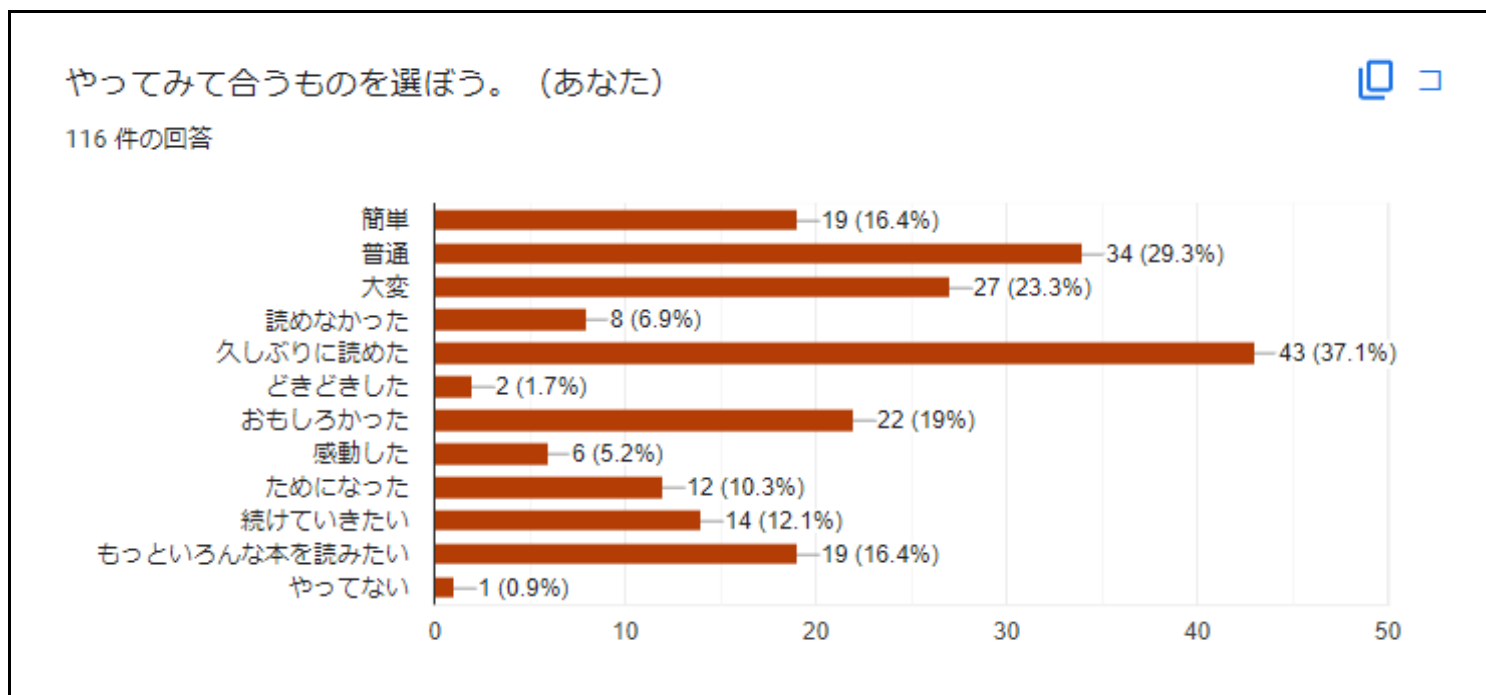


1週間の読書時間（家族）

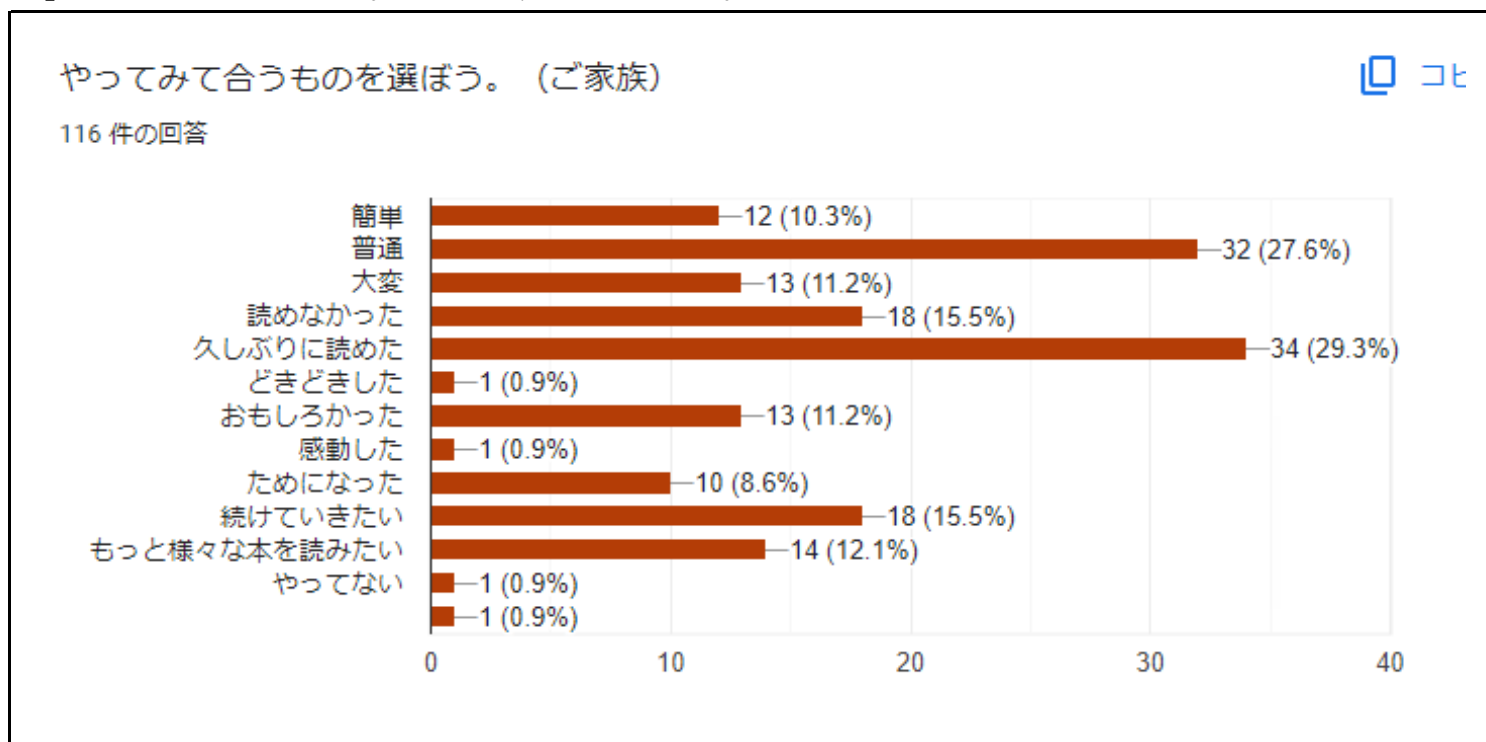


まずは、コース選択で30分からやってみようという方が半数以上を占めている。実際にやってみると、30分以上読めた生徒や家族の方が多い。他の時間帯を選んだ方も思っていた以上に読めたと回答する方がいる。読書のおもしろさに触れ合えたのではないかと感じる。読書に限らず、1つのことを癖付けしようとするとならば21日かかるそうである。この読書チャレンジが契機となり、21日読めるようになり、読書が生活の一部となればと思う。

## 6. やって見た感想



60分までの読書時間の生徒は、大変と感じている生徒が多いことが分かった。普段、読書の経験が少ないので読書をするのが大変と感じるようである。久しぶりに読めたと感じる生徒が多く、読書の機会の確保が必要だと感じる。読書に触れる機会があることで、「おもしろかった」「もっといろいろな本を読みたい」「続けていきたい」と肯定的な意見がある。定期的に続けていきたい。



保護者の方も「久しぶりに読めた」の感想が多い。「久しぶりに読めた」と合わせて、「おもしろかった」、「ためになった」の感想の方もあり、意図的に読書の時間を設定する大切さを感じる。機会があると読もうと意欲をもって取り組める方もいるため、このような機会を設定することで読書に親しむ方が1人でも増えればと思う。