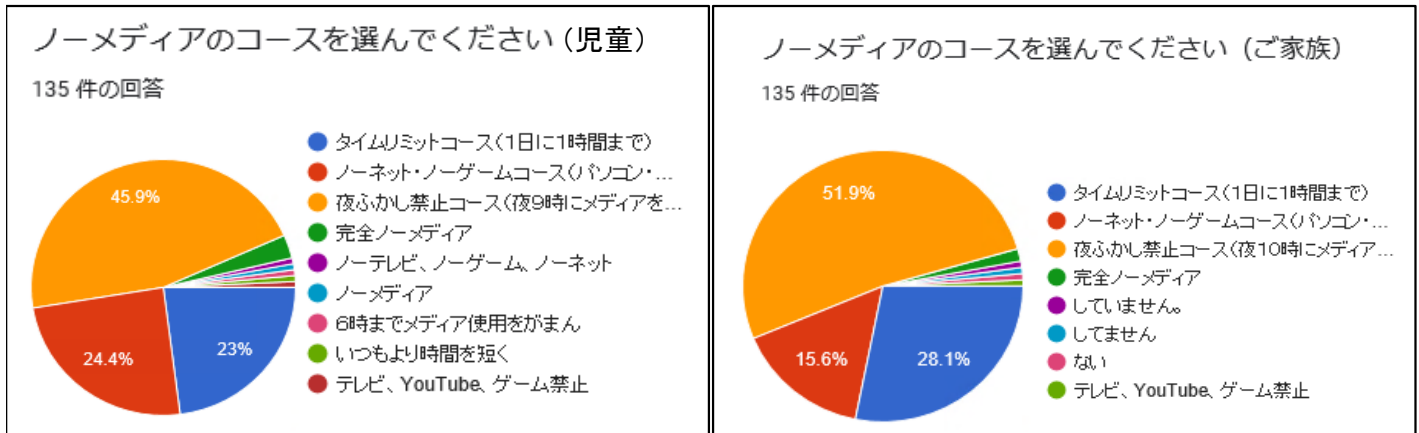


# 家族でチャレンジ！「ノーメディア」「一週間で60分読書」

## チャレンジシート高学年アンケート結果

299人中135人回答



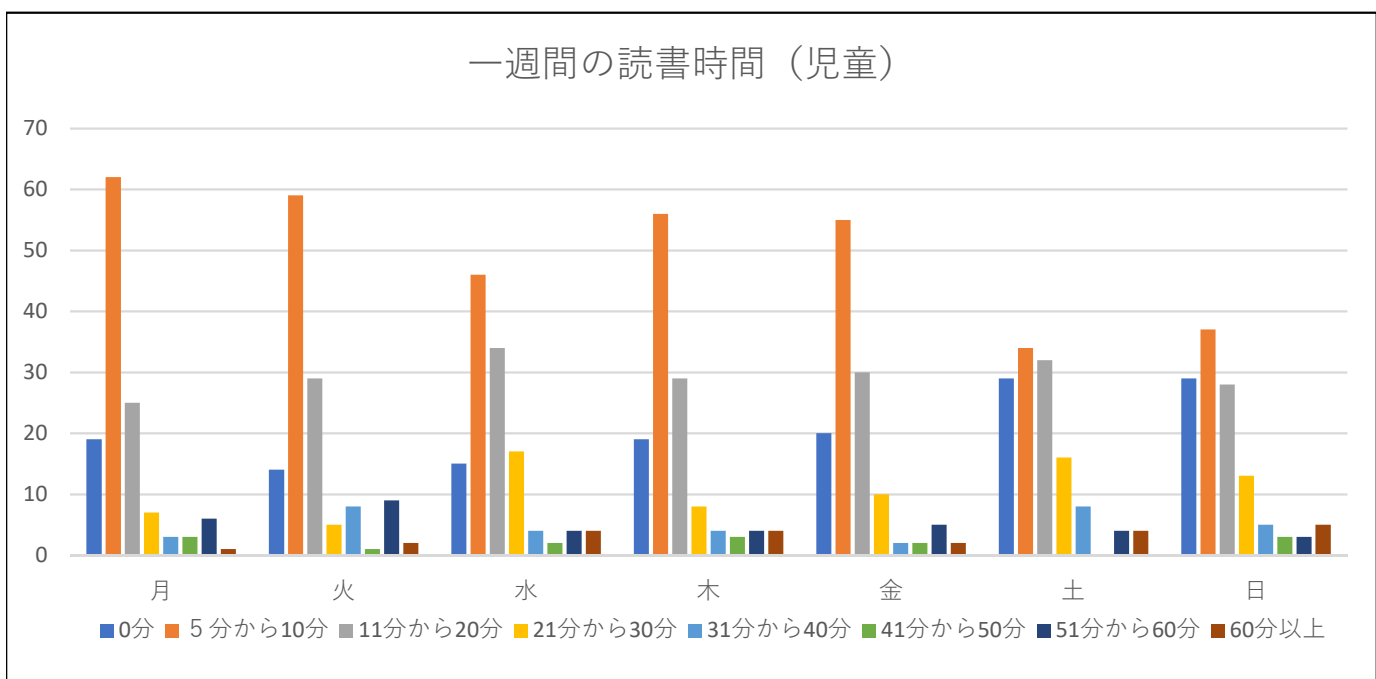
### 一週間の読書時間（児童）

	月	火	水	木	金	土	日
0分	19	14	15	19	20	29	29
5分から10分	62	59	46	56	55	34	37
11分から20分	25	29	34	29	30	32	28
21分から30分	7	5	17	8	10	16	13
31分から40分	3	8	4	4	2	8	5
41分から50分	3	1	2	3	2	0	3
51分から60分	6	9	4	4	5	4	3
60分以上	1	2	4	4	2	4	5

1週間に60分以上読書できた児童数 113名  
 1週間に30分以上60分未満読書できた児童数 14名

### 達成度（児童）

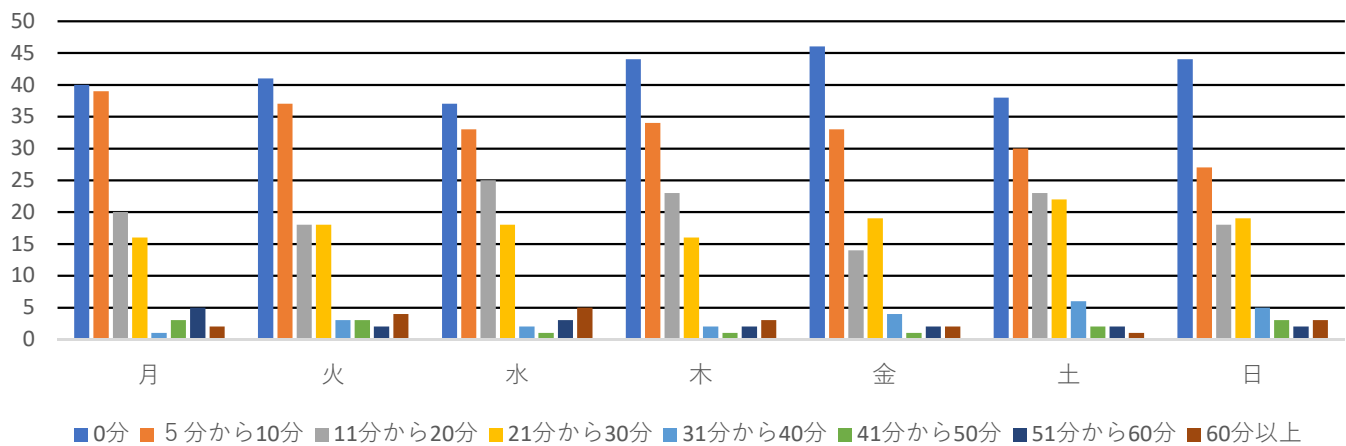
100点	35人
90～99点	35人
70～89点	38人
50～69点	17人
50点未満	10人



一週間の読書時間（ご家族）							
	月	火	水	木	金	土	日
0分	40	41	37	44	46	38	44
5分から10分	39	37	33	34	33	30	27
11分から20分	20	18	25	23	14	23	18
21分から30分	16	18	18	16	19	22	19
31分から40分	1	3	2	2	4	6	5
41分から50分	3	3	1	1	1	2	3
51分から60分	5	2	3	2	2	2	2
60分以上	2	4	5	3	2	1	3
1週間に60分以上読書できた保護者数					93名		
1週間に30分以上60分未満読書できた保護者数					16名		

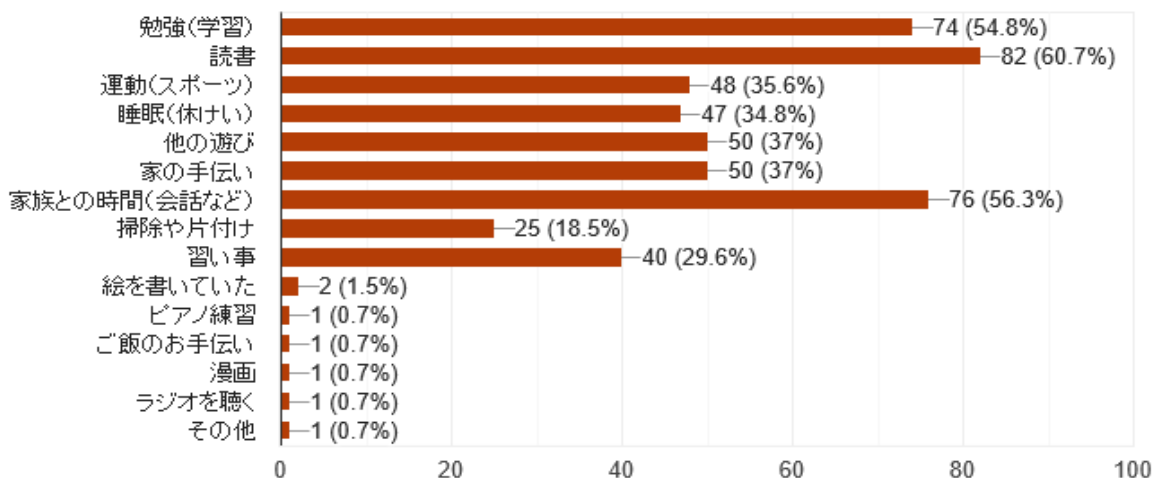
達成度（ご家族）	
100点	18人
90～99点	19人
70～89点	48人
50～69点	24人
50点未満	26人

一週間の読書時間（ご家族）



振り返り ノーメディアの間にあなたがしたことは何ですか。（いくつでも選んでください）

135件の回答



児童感想（中町南小学校）

○毎日読むことができなかった。○意外と難しい！○休みの日の読書が疲れた○いつも通り○できませんでした○意外とテレビがあったので簡単でした。○これからも読書の時間を増やしたいです。○日常とほぼ変わらない生活でした○これからも頑張りたいです○まあまあできた○あまりできなかった○もっと読書をしたと思いました。○読書がいっぱいできました。○家族とボードゲームができて嬉しかったです。○60分できました○本をたくさん読めた○寝る前に読みました。読んでみると意外とおもしろかったです。これからも少しずつ読んでみようと思いました。○本を読むのが楽しかったです。○あまり出来ませんでした。これからは読書を頑張りたいです！○早寝早起きの為に9時には寝るようにしたので達成できました。○つらかった。○ノーメディアデーで部屋の片付けができた。○読書が出来なかった○ゲームの時間を減らしたい○集中して読書出来た○ノーメディアで、一日過ごしていたら、とてもヒマでした。○ノーメディアは、とても難しかった。出来るだけ時間を決めて取り組んでいきたい○いつもと変わらなかったです。○もっと読書するべきです○自主学习も頑張りました。○習いごとがある日だったけど、帰って来てからが、大変だった。○読書を毎日したいです。

児童感想（中町北小学校）

○久しぶりにゲームやテレビを見ない日になったので、こういうのもいいなと思いました。○ちゃんと時間を意識して、読書もたくさん出来ました。○本を読むのが早くなった気がする。○友達とのオンラインゲームの約束を我慢しました。○家族とたくさん散歩に行っていて楽しかった○次は読書を頑張りたいです。○読書をもう少しがんばれば良かったと思います。○たまにはこういう日もあっていいと思いました。○いつも9時以こうは、ネットやゲームはしないので、ノーメディアデーの間も続けられてよかったです。○もうちょっと読書の時間を増やしたかった。○まあまあ頑張れた。○ノーメディアをして93点だったので、次は、100点を目指したいです。○このまま続けて行こうと思います。○家族との、楽しい時間や掃除の時間が増えました。○家族と散歩に行く時間が増えて良かった○次は読書を頑張りたいです。○普段は読書をする機会があまりないので、久しぶりに読書を出来て、良かったです。○ノーメディアデーがしんどかったです。次は2日や3日頑張りたいです。○まあまあできた○しっかり達成出来ました○いつもより、読書ができたのでこれを続けたいです。○良くできたのでよかったです。

児童感想（松井小学校）

○読書たくさんしました。○決めたことを守りました！○色々できた○今度のもっと読書時間を増やしたい。○三國志とかがたくさん読めて、良かった。○読書の本のページが進んだのでよかったです。○たまには本をいっぱい読める日をつくるのもいいと思いました。ゲームを我慢するのは大変でした。○なかなか読む時間をつくるのが難しかった○勉強に読書に頑張りました。○ノーメディアデーを守りたいです。○もう少し本を読みたいです○もっと読書をしようと思います。○お手伝いが良く出来た。○もっと読書を頑張りたい○意外とできたのでよかったです。○読書をしっかり出来た○勉強や読書の時間を増やしたいです。○ノーメディアの間にお手伝いをあまり出来なかったので、次はお手伝いを頑張りたいです。○もっと読書をしていきます。○続けて読書したいです。○続けていきたい○あまりできなかった○色々な楽しみが見つかった。○たくさん本を読めてよかったです。○いつもより、たくさん本が読めたと思います。○少しずつ読書が上手になれてよかったです。

### 児童感想（杉原谷小学校）

○ゲームをしない分他のことができたので良かった。たまにはこんな日があってもいいなと思った。○よく勉強できました。○読書がいつもよりできて良かった。○1週間大変でした○夜9時以降ゲームをしなかった。○普段と違う見方ができました。○ノーメディアはスマホもタブレットも使えなかったけど楽しかったです。○テレビが見られなかったのが辛かった。

### 児童感想（八千代小学校）

○楽しかった○これをしたことによって家族といつもよりたくさん会話ができてよかったです。ノーメディアデーいいと思います。○ふだんゲームをしている時間をスポーツや読書にいかして使えたのでよかったですし、読書が楽しかったです。○もっと読書を頑張ればよかったです。○ノーメディアをしてゲームとかをなくしても思っていたより楽しく生活できたので良かったです。○とても本を読むのがにがてでした。○本を読む時間がふえ、知らなかったことが分かっていろいろな気づきがありました。だからこれからも本を読んでいこうと思います。○1週間で220分も読めたので、うれしかったです。○読書が楽しかった。○少しスマホなどを見てしまいそうになってしまったけど、たまにはノーメディアデーを実施してもいいと思いました。○たまにはノーメディアチャレンジもいいと思います。なぜなら、家族と会話もふえたり読書がおもしろかったからです。○頑張ります○テレビを見なかったから、本を読むきかいがふえた。○本を読む時間が多かったのでよかったです！○本当は夜8時半にゲームを終わる約束をお母さんとしているけど、9時までする日がありました○毎日本を読むうとしたらしっかりと出来たので、毎日続けられたら良いと思いました。○60分いけたので、これからノーメディアじゃなくても家族と遊んだり、本を読んだりしていきたいです。○これからもつづけていきたいです。○ゲームをする時間を減らせたかなと思います○たまには本を読むのはいいと思います。○本を読む時間ができてよかったです。○本を買ってもらって嬉しかったです。○もう少し読書の時間を増やせば良かった。○本をたくさん読めて良かったです。でも、肩が痛くなったので気を付けたいと思います。○ノーメディア出来て良かったです。○ノーメディアをすることで新しい楽しみが見つかったので良かったです○完全ノーメディアは、やる前は難しいと思っていたけど、読書をしているとどんどん時間が流れて、思っていたより大変じゃなかった。これからも読書を続けたいと思った。

### ご家族感想（中町南小学校）

○時間を決めて読もう○これからも決まり守って頑張ってもらいたい！○久しぶりに読書が出来ました○日々同じでした。○なかなか読書できませんでした○1日良く頑張りました。○ゲームにYouTubeばかりの日に、この読書活動は子供にとってめんどくさいことですが、今後も続けてほしいです。○大人も意識してやらないといけないと思いました○ゆったりと過ごせました○中々難しい。また、機会を作ってください。○最新の情報を手に入れられるので、スマホがないと不便を感じるようになっていきます。○日々考えながら使用していきたいです。○子供と沢山遊べて良かったです○できてました○たくさん本読んでほしいです○意識するとスマホ見ずにいられるんだなぁと思いました。家族でまたやってみようと思います。○なかなか本を読む機会がなかったのでよかったです。○ノーメディアデーは中々難しいと感じさせられました。○早寝早起きで、最近は朝ごはんも作ってくれるので助かってます。○ずっとノーメディアで良いです。○ノーメディアデーをすることによって主体性・自発性が伸びたように感じた。これからは家でもノーメディアデーを取り入れようと思います。○読書頑張りましょう○メディアを使わない日を作るのは難しい○本の内容を理解して集中して読んでいました○有意義に過ごせました。○子供との会話時間が増えて良かったです○読書が全然出来なかった

ご家族感想（中町南小学校）

○ゲームばかりしていたのが、ノーメディアデーで読書をしたり、家族と会話が増えて充実した時間が過ぎて、よかったです。○この機会に今後もこのような時間を作っていきたい○がんばれました○上記その通りです

ご家族感想（中町北小学校）

○読書や他の遊びがゆっくりできてよかったです。今後も続けてられるといいなと話し合いをしました。○寝る前は家族みんなで読書をする習慣がついているので、これからも続けていけるようにしたいです。○読まずに溜まっていた本がちょっと読めたので良かった。○約束は守れた様に思います。○よりゆっくり話す時間ができ、たくさん笑いました。○考えるよい機会になりました。○外で遊ぶ時間は多かったと思います。読書はなかなか時間を取るのが難しいですね…。どうしてもテレビを見てしまう毎日でした。私ももっと協力しないといけなかったと反省です。○ゆっくり話げできました。○週末にゆっくりと読書を…とっていましたが、祖父と近所の散歩や父親と自転車で楽しんだりする時間を満喫しました。夜はホテルを見に近くの川へ。次回は読書も頑張りたいです。○もう少し毎日のメディアを使う時間を減らすように努力してほしいと思う。○もっと頑張らましよう。○読書に時間を費やすことは難しかったです。○よい習慣になったと思います。○iPadなどメディアを使い過ぎていることを意識できたようです。こういう気付きを得る活動はありがたいです。○話す時間が増え、家族でたくさん笑いました○考えるよい機会になりました。○たまにはゲームをしない日やテレビを見ない日があってもいいかなと思ひました。○いい機会ですが今のご時世、ネット環境を絶つと一気に社会も絶ってしまうので、今一度身近で達成しやすい目標を掲げ子供達にも達成感を味会わせた上でSNSを絶つメリットを伝えた方がいいと思います○もう少し親子で読書をしたいな。○家族との時間が出来ました○日頃から読書の習慣がないので少しの時間でも子供と一緒に読書ができればいいと思ひました。○約束を守れました。

ご家族感想（松井小学校）

○意識して読書ができていたと思ひます。○真面目に守りました。親も一緒に読書できました。○子供とゆっくり過ごせる○最初は覚えていたが途中から田植えなどで忙しく忘れてしまっていました。すみません。○家族で読書活動への意識ができてよかったです。○いつもより早く布団に入って寝たのでよかったですと思ひます。○ゲームやテレビを我慢してよく頑張りました。○本を読む時間を意識しました。○お手伝いに学習に頑張っていました。○ノーメディアデーの空いた時間を有効活用して欲しいです。○現状維持しようと思ひます○お手伝いをしてくれました。○子供はお手伝いを良くしてくれました。私(母親)は、家事の時間を割いて読書時間を取ることは無理でした。○もっと読書を頑張るってほしい○いつもよりは読書に取り組みました○読書をしっかりするように心がけていたようです。読書は、好きですが、普段は、毎日出来ていないので、しっかり出来て良かったと思ひます。○親子で読書の時間を増やしたいと思ひました。○毎日読書の時間を作るのがなかなか難しかったです。○久しぶりに本を読みましたが、たまにはいいなと感じました。○子供と一緒に読書が続けたいと思ひます。○数年前から始まっている「ノレ、ノゲーム」。娘がまだ保育園児の頃から兄弟に合わせてやっていました。その頃から現在まで頑張るって続けています。文句も言わず、そういう日だと、それが日常になっています。○もっとがんばれるはず○色々な家族との時間が持ててよかったです。○長編の本も沢山読んで楽しんでほしいです。○ゆっくり本を読む時間がとれて、よかったです。○読書を集中して出来ていたので良かったです。

ご家族感想（杉原谷小学校）

○テレビがついていないと静かで他の兄弟も勉強や読書が捗っていたと思う。○毎日宿題や塾の宿題をして頑張っていました。○子どもと一緒に取り組み、普段なかなかできない読書が久しぶりにできたので、良い機会になりました。○貴重な体験でした○読書がもう少しできたらいいと思ひます。

ご家族感想（杉原谷小学校）

○会話は確かに増えました。これからも会話を増やしたいと思います。○つい個々に好きなテレビやタブレットを使ってしまう時間 ゆっくりと家族の時間ができて良かったです○普段から読書はしているので特に意識することはなかったです。このまま本を沢山読んでくれるといいな～と思います♪

ご家族感想（八千代小学校）

○ピアノ練習時間が伸びたので良かった。さっさと勉強にとりかかれるようになった。○久しぶりに家にある本を読みかえました。家族（子供）ともたくさん会話が出来て良かったです。○初めてのノーメディアデー、家の中が静かで穏やかな時間が流れていました。（笑）今までメディアに使っていた時間を何に使うかな？と思っていましたが、読書にも意欲的に取り組み、普段とは違った時間の使い方ができました。○お互いにノーメディアにすると、子供との時間が出来たりして良かったです。○最初は家族も！！？と、とても抵抗を感じていましたが、いざやってみると、強制的でもこういう時間がもてたことは、良かったなと思えました。子どもも「完全ノーメディア」をしっかり守れたことがびっくりでした。○勉強をがんばりましょう！！運動はよくできました（^v^）○みんな、頑張りました！！○初めて小説を読んでいました。ゆっくりと時間をかけていいので、本を読むことが日常の一部になってくれればいいなと思います。○意識して夜9時以降にメディアを使わないようにできて良かったです。続けたいです。○たまにはノーメディアデーもいいなと思えました。○初日はとりあえず読まないといけないという感じでしたが、途中からは読書を楽しんでいました。読書の習慣が続けばいいなと思います。○頑張ります○子供と学校の事など、話をゆっくり聞く事が出来ました。○勉強もしっかり出来、読書もいっぱい読みました！○このコメント欄は長文には不向きなようです。何度も打ち直しになり、ちょっと面倒です。さて、私たち家族は読書が習慣であり、図書館や書店へよく行きます。私はネット副業があり夜中に作業をしますが・・・（ここまでしか表示されませんでした）○読書は普段からしているので、いつも通りの読書量で達成できるどころ、さらに力を入れて取り組もうとする姿勢に感心しました。頑張ったね。○平日は平気でしたが土日に挑戦すべきかなと思えました。○この機会にもう少し読書をしてもらえたらいいなと思えました。マンガではだめですね。。○暇があるとネットを見てしまう習慣を改善しないとと思いました○ノーメディアは現代には難しいと思います。情報を制する事ができる、できないで人生が変わる位の影響があります。制限するのではなく正しい情報の選び方、使い方を学ぶべきだと思います。便利と危険、犯罪は紙一重である事を小さい時から学ぶべきです。○メディアの使用があたりまえになっているので、この取り組みをきっかけに少しでも減らしていけたらいいと思います。○このまま読書の習慣が身につけてくれたらなあと、感じました。○もう少しゲームの時間を減らしましょう。○子供と一緒に読む時間を作ることがなかなか出来なかったけど、スマホを本に持ち替えることを意識して取り組むことが出来ました。○読書頑張りました。私の方が読めていません。ノーメディアも良いですね。○読書を習慣で出来るようになればと思えました○自分から読書に取り組む姿を初めて見ました。完全ノーメディアを子どもたちは選び、できるかなと思っていましたが、案外すんなりやってしまいました。読書のおかげです。忙しくてなかなか時間が取れませんが、静かな中で家族みんなで読書をする時間がとてもいいなと思いました。用もないのについテレビをつけるのは、これを機にやめられるといいなと思います。○何気なく見たりしているテレビやスマホなどを意識することで、とても有意義に過ごせたと思います。○時間を見つけて、読書が出来る様に頑張りたいです。