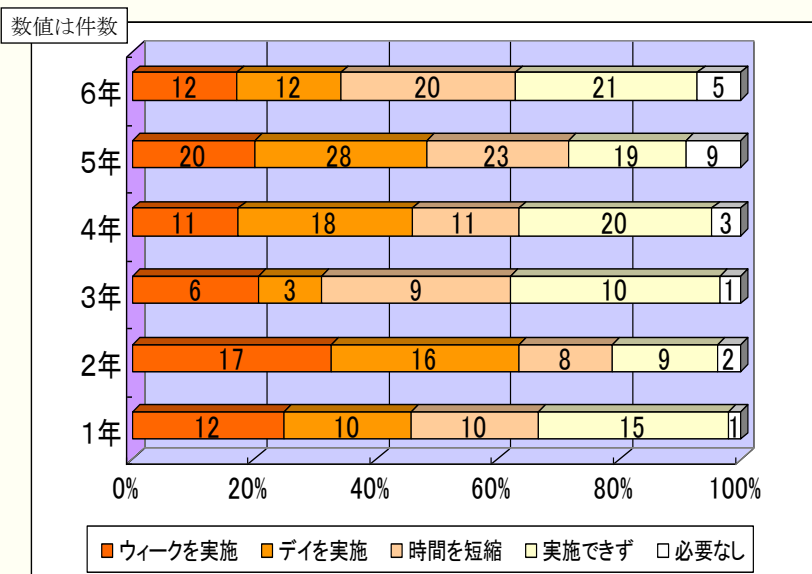


3学期ノーテレビ…“ウィーク”の結果報告

2月に取り組んだ「ノーテレビ・ノーゲーム・ノーメール“ウィーク”」の実施結果をまとめましたので、報告します。

今回特徴的だったのは、全体の回答率が約6割に上がったことです。今年度から始めたこの取組も3回目となり、ご家庭に徐々に浸透してきた結果と受け止めています。(表1) 1週間連続「ウィーク」、1日以上「デイ」、時間短縮のいずれかを実施したご家庭は246件と、前回と同程度で全家庭の1/2に相当します。(図1) ウィークとデイのみを合わせた実施は165件と、これも前回と同様で全家庭の1/3に相当します。(表2)



【図1】実施状況の割合

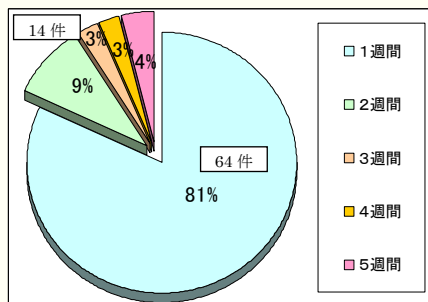
	1回目	2回目	3回目
1年	47	37	55
2年	43	40	49
3年	39	30	29
4年	27	43	64
5年	43	61	83
6年	37	58	66
平均	39	45	58

【表1】回答率(%)

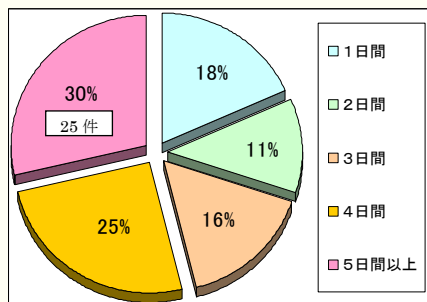
	1回目	2回目	3回目
1年	20	21	22
2年	17	33	33
3年	17	18	9
4年	11	19	29
5年	13	53	48
6年	9	19	24
合計	87	163	165

【表2】ウィーク+デイの実施件数

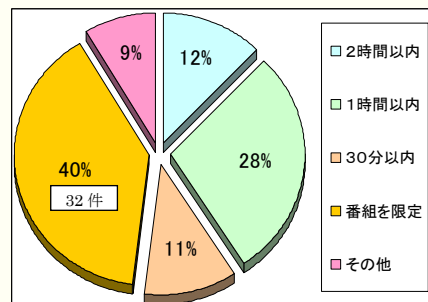
また、ウィークを実施したご家庭では、約8割(64家庭)が1週間程度でしたが、14家庭が2週間以上も実施したと回答しています。(図2) デイを実施したご家庭でも、5日間以上と回答したご家庭が3割(25家庭)と最も多く、実質的には多くの家庭でウィークに近い取組をしたことが分かります。(図3) テレビの視聴時間等を短縮したご家庭では、時間を決めたというよりも、観たい番組や必要な番組に限定するなど、意図的な視聴を心がけたことが伺えます。(図4)



【図2】ウィーク



【図3】デイ



【図4】時間短縮

この取組は、次年度以降も続けたいと思います。目的は『早寝・早起き・朝ご飯・外遊び』です。各家庭の実情に合わせて、有効に活用していただければ幸いです。ありがとうございました。

ノーテレビ・ゲーム・メール「保護者の感想」

一週間連続実施した(ウィーク)	1日以上実施できた(デイ)	視聴時間などを短縮できた
○ 今回も放課後よく遊ぶお友達 10 名程度で一斉にノーゲームウィークを実施しました。公園遊び、カードゲーム遊びなどしていました。毎月取り組みたいと思います。 ○ 子どものいる時間帯だけでしたが、1週間続けました。子どもはテレビやゲームが無くて案外平気なのですが、親はテレビがついていないと落ち着かない感じだったので、週間は恐いなあとと思います。 ○ この企画は生活習慣の見直しに有効であるとともに、多くの家庭で取り組むことで、TV や IT 等の情報との関わり方、時間やお金(ゲーム)の使い方・在り方にささやかでも社会的に良い変化をもたらすのではないかと考えています。 ○ 自主的に“ノーテレビ”を実施するのは難しいけれど、学校で一斉にやっていると「頑張ろう」という気持ちになります。子どももお手紙が来ると「よしやろう」という意識が出るので、是非これからも定期的に続けてほしいと思います。 ○ 3回目になるとテレビやゲームをしない生活も苦ではなくなりました。ただ校庭開放が中止になってしまい困りました。子どもたちが元気に外で遊べる環境を作っていくことが大切です。これからはボランティアに協力させていただきます。 ○ ノーテレビのおかげで、親子の会話が増え、家族でカルタをしたり、ゆっくり丁寧に絵を描いたり、受け身ではなく、本当に自分が好きなことができる時間が確保できたようです。 ○ 三小名物になりましたね。	□ 普段から、1週間のうち、3日間はノーテレビ・ノーゲーム・ノーメールが定着しています。今回はお知らせを頂いたことに気がませんでした。実施期間中は、時折、担任の先生からも声を掛けていただくと助かります。 □ 子供たちは少しでも時間があるとゲームに手が伸びてしまいがちですが、他のことに目を向けたり誘導すると、ゲームのことは忘れて集中することが分かりました。そういうことに気付いただけでも良かったです。 □ 取り組みのお手紙が来ると、子どもから「やろうよ!」と言ってきます。自主性が育ってきているようです。 □ 普段から観るテレビは決まっています。自分から勝手にテレビをつけることはありません。ですから、自分で決めたノーテレビデイは全て守ることが出来ました。 □ 下の子が小さいので、ウィークが実施できなくて、本人がとても残念がっていました。張り切っていたので、次回は頑張ろうと思います。 □ ノーゲーム・ノーメールは2週間以上続けることができたのですが、テレビに関しては、ニュースや天気予報をよく見るために難しかったです。けれども、みんなが意識して声を掛け合って「ノーテレビ…」に取り組むことはとても大切なことだと思います。 □ 兄弟が多いので実施日を決めたりするのがとても難しいのですが、お互いに思いやりの気持ちをもついい機会になっています。	◇ ノーゲームはまったく問題ないのですが、メールは相手がいることなので…。テレビは1時間以内にしています。無理なく長く続けることが大事だと思います。 ◇ ゲームに関しては普段から曜日・時間(30分)を決めています。前回ノーテレビウィークを実施し、ダラダラ見るのが良くないと実感し、ほとんど見ないようにになりました。加えてパソコンの時間が長いので、本人からノーパソコン・ウィークをやることにしました。 ◇ 社会の縮図とも言える小学校からの発信で、今起きている様々な問題の原因が、情報過多で忙しすぎる今の時代と環境にあり、それに振り回されず、地道で基本的な睡眠・食事・運動・休養・学業(仕事)・人との会話等に大切な時間を用いていくことが、幸せで豊かで健康的な人生を生きていくための要だと気付いた人がだんだん増えてきたのではないかと思います。 ◇ 時間の短縮だけでしたが、子どもと一緒に取り組み、一緒に考えることで、自分自身(親)の反省をすることができました。これからは情報との付き合い方を考えていきます。 ◇ 時間短縮を選んだのは、親主導ではなく、子どもと話し合った結果でした。子どもにとって良い方法を判断しました。 ◇ 週2回と決めていたゲームも、今はやらなくなり3週間が経ちます。ゲームは習慣化してしまうとやめられないので、日常の習慣にしないことを家族で話し合いました。