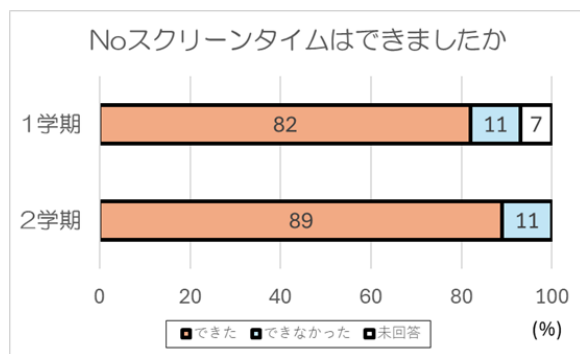


## メディアコントロール調査結果より

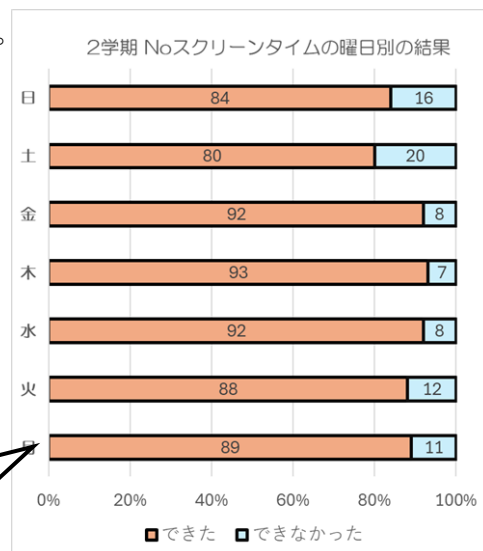
メディアコントロールカードの記入と提出大変お世話になりました。今回の調査結果から、多くのご家庭でメディアの使用時間や睡眠時間に気をつけられおり、意識の高さを見て取ることができました。学校におきましても引き続き家庭と協力して生活習慣の指導を行ってまいります。

### 【No スクリーンタイムについて】

No スクリーンタイムとは小学生は夜 10 時から翌朝 6 時まですべてのスクリーン（メディア機器）を使用しないという多良木町保・小・中連携の取組です。



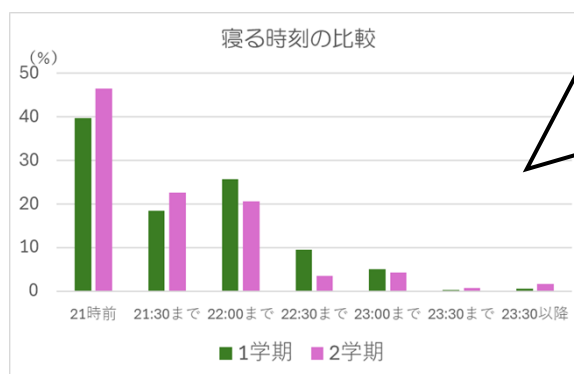
ほとんどの児童が守れていました。曜日別で見ると、土・日に「できなかった」と答えた人の割合が平日より増えています。



### 【睡眠時間について】

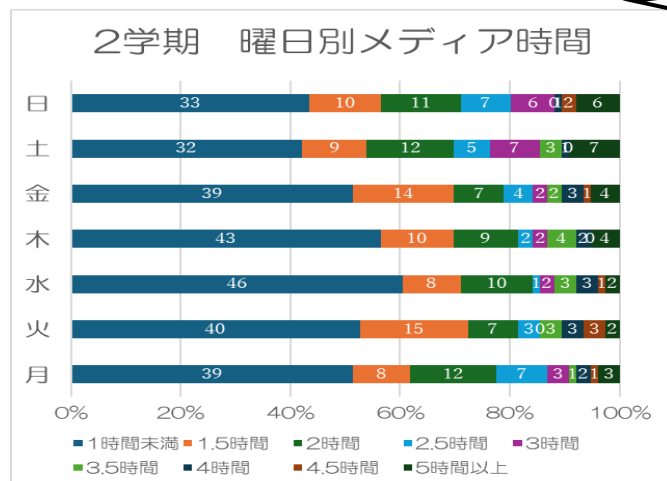
学年ごとの平均就寝時刻

1年生	20:53
2年生	21:26
3年生	21:24
4年生	21:30
5年生	21:25
6年生	21:43



1 学期よりも早く寝る児童の割合が増えました。多くの児童が 21:30 までには寝ています。しかし、それ以降の遅い時間に寝ている児童もいます。

### 【メディアの使用時間について】



週末になると、長時間メディアを利用する児童が若干増えています。

学年ごとのメディア使用時間の平均

	月・火・水・木	金・土・日
1年生	1 時間 3 2 分	1 時間 4 2 分
2年生	1 時間 4 6 分	1 時間 4 9 分
3年生	1 時間 4 1 分	1 時間 4 6 分
4年生	1 時間 3 0 分	2 時間 0 5 分
5年生	1 時間 4 2 分	2 時間 0 5 分
6年生	1 時間 4 9 分	2 時間 0 0 分

※今回の調査は 16:00～翌朝 8:30 に絞って調べています。