

ほけんだより

特別号

万倉小
給食保健委員会発行

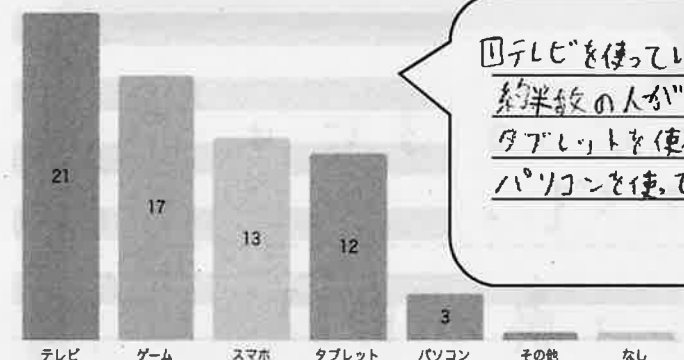
Q どうして アンケートを
取ったのか?

A 万倉小のみほさんのメディアの使い方、すいけん
時間などを調べて、メディアの使い方に気を
つけて、すごしてほしいからです



①あなたが白ごろ使っているメディアは何ですか

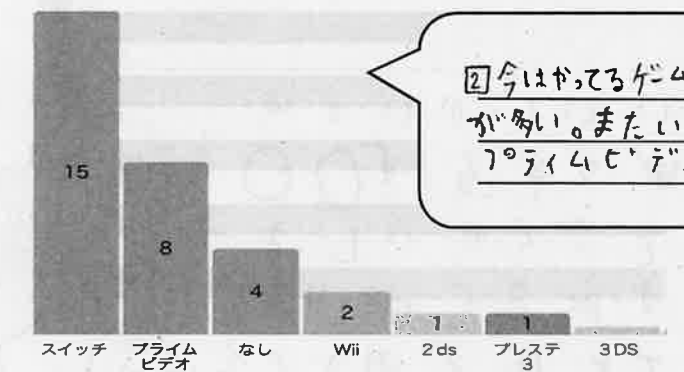
いくつえらんでもよい



① テレビを使っている人が多く、
約半数の人がゲームやスマホ、
タブレットを使っている。あと、
パソコンを使っている人もいた。

②あなたが白ごろ使っているゲームやテレビアプリは何ですか

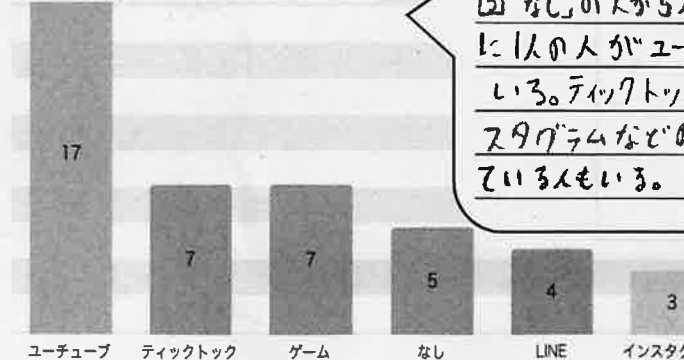
いくつえらんでもよい



② 今はやるゲーム機も使う
人が多い。またいつでも見れる
YouTube、ビデオも多かった。

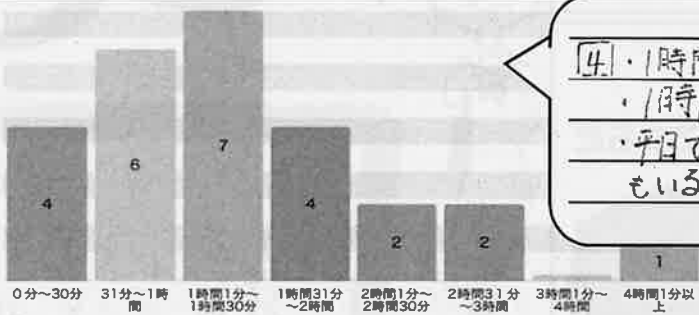
③あなたが白ごろ使っているスマホアプリは何ですか

いくつえらんでもよい



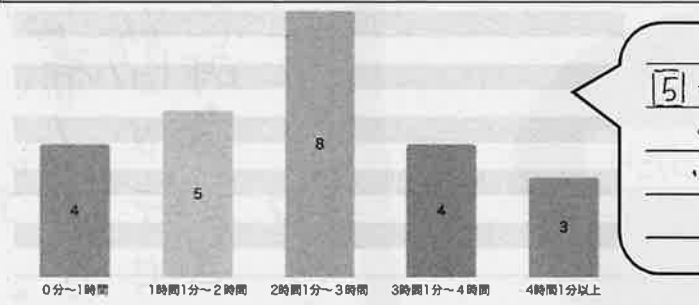
③ なしの人が5人いた。2人
に1人の人がユーチューブを使っ
ている。ティクトックやLINE、イン
スタグラムなどのSNSを使っ
ている人もいる。

④学校がある日、メディアを何時間使っていますか



④ 1時間以内の人は10人
・1時間とこえる人は16人
・平日でもけっこう使う人
もいる

⑤休みの日、メディアを何時間使っていますか



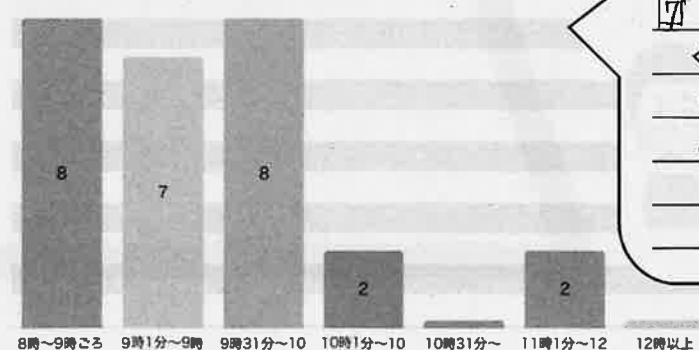
⑤ 2時間以内の人は9人
・2時間とこえる人は15人
・休みの日はけっこうたくさん使
っていた

⑥起きる時間は何時ですか



⑥ 6時半より早く起きる人が
多く、早起きの人が多い
・早起きの習慣が
ついている

⑦ねる時間は何時ですか



⑦ 早くねる人も多いがおよ
くねる人もいる
・23人の人が10時より前に
ねている
・早く寝早起きの人
が多い

⑧メディアを使いすぎると、自分自身にどんなことが起きると思いますか

(アンケート結果)

目が悪くなる...2人
勉強にえいしょうがある...5人
ねむたくなる...3人
すぐいらいらしてしまう...1人
だるくなる...2人
頭がいたくなる...2人
体が悪くなる...1人
夜ふかしをしてしまう...1人
体力がなくなる...1人
メディアがあたりまえになってしまう...1人
周りが見えなくなる...1人



↓ いいんかい かんが
委員会でも考えてみました ↓

・ゲームのことを考えてしまう。
・大切なものがメディアになってしまう。
・他の事に興味なくなる
・授業に集中できなくなる。

