

# 5月のノーテレビ・ノーゲームデー こんな風に過ごしました

今回は2日間設定し、実施してみました。

初日は自分たちでいろいろ工夫して遊んでおり、とても微笑ましい姿を見せてもらえました。2日目はよくおしゃべりをしてくれたり、本を読んだり、テレビやゲームがなくても過ごすことに慣れてきたようで、これからも定期的に実行していきたいです。

(2年、3年)

5月15日、17日と家族でルールを決めました。朝のニュースは見ていました。食事中も、会話中心で良かったです。日頃、何気なく、つけていたテレビですが、ないと少し静かな空間でした。慣れると時間の使い方も変わると思います。又、実施してみます。

(1年)

我が家ではゲームはほとんどしませんが、最近はテレビ番組を見ながら、データ放送でクイズに答えたり、ゲームに似たようなことができるので、子どもは、リモコンをにぎりしめながら、テレビに夢中になってしまいます。

テレビを見られない2日間は、はじめは時間をもて余していましたが、夕食後はトランプをしたり、弟と遊んだりしながら過ごしました。子どもが「テレビを見ないと会話が増えるんだね。」とか「平日はテレビを見る時間を1時間半にする!!」とか、自分で言い出したので、びっくりしました。

(2年)

はじめてノーテレビ・ノーゲームデーをしてみて、良かったと思います。子供も、がんばって、見ないようにしていて、今後もこういう日を作り、親子の会話を増やしていこうと思います。

(1年)

ゲームやテレビがなくても、子どもは、何かしら遊びを見つけ、遊ぶのだと感じました。その日は、パパがオニになり、子ども2人とかくれんぼをしていました。嬉しそうに笑う子どもたちが、とても印象的でした。

(1年)

テレビやゲームがないと、宿題や準備に早く取りかかれて、夜の時間が増えました。

(4年)

2日間、ノーテレビデーを実施しました。

テレビを見ない事に「えー！なんでー!？」と嫌そうでしたが、実際に過ごしてみると、自分で空いた時間の遊びを考えたり、家族への話しかけが増えたように思います。イライラしている様子が少なくなり、親としてはノーテレビデーを今後も続けていきたいと思います。また、テレビを見る時間をきちんと決めてダラダラ見る事はやめていこうと考えました。

(1年)

