「家族でもっとコミュニケーション」チャレンジ

佐藤さん親子（父･母･高1･本人）

＜わが家の目標＞

テレビ・ゲームは、１日２時間以内とし、家族で会話を楽しむ。

（本人）

チャレンジをやり始めた時は、慣れず、どういう活動なのか、何に気をつけるのかなどわからないことがありました。でも今は、目標は決まっているのでとてもやりやすくなり、今ではチャレンジが楽しくなりもっと続けたいなと思うようになりました。

（母）

親にとっても「テレビを見てはいけない」と言われ、「せめてニュースだけ。天気予報ぐらい見せてよ」と反対に子どもにせがんでいました。今では、子どものほうが自分なりにできる目標を見つけ、それなりの成果を得、成長したように思います。

樽川さん親子（父･母･中3･中1･小6）

＜わが家の目標＞

１日２時間以内のメディア利用時間とし、家族の会話をたくさんするチャンスを増やす。

（本人）

チャレンジ活動をして、ぼくは、会話する機会が増えました。勉強や読書に時間が使えるようになりました。チャレンジを始める前までは、毎日忙しかったけど、余裕を持って生活できるようになりました。

（母）

家族揃って意識してやってきたという実感は正直ありませんでした。しかし、各自の生活リズムの中での配分があるようで、その中でゲームやテレビを見て勉強をする、または登校し部活をやる。親は仕事をする。全員一緒には無理でも一人一人はＭＣＬを実行していたと感じます。今後も生活の中の一部として意識してやっていけたらと思います。