

ノーメディアチャレンジシート

那珂川町立小川中学校

～家庭でルールを決め、家庭学習の時間を増やそう～

チャレンジ1

メディア利用時間を1日（ ）分以内にする！

取り組み期間 令和3年 2月18日（木）～2月24日（水）

月/日 (曜日)	2/18 (木)	2/19 (金)	2/20 (土)	2/21 (日)	2/22 (月)	2/23 (火)	2/24 (水)
振り 返り メディア 利用時間	分	分	分	分	分	分	分
守れた◎ 守れな かった△							

チャレンジ2

（ ）に力を入れる！

月/日 (曜日)	2/18 (木)	2/19 (金)	2/20 (土)	2/21 (日)	2/22 (月)	2/23 (火)	2/24 (水)
振り 返り メディア 利用時間	分	分	分	分	分	分	分
守れた◎ 守れな かった△							

ノーメディアチャレンジを終えて

私の振り返り

家の人から