

お名前:

家族構成(年齢も)

ご住所:〒

メールアドレス:

### チャレンジ記録用紙(はじめる前に)

●ふだんテレビがついているトータル時間は？(とくに見ていなくてもつけている時間を合わせてください)

●平日と休日それぞれ、どのくらい、どんな番組をみますか？

平日:	番組ジャンル				
	平均視聴時間				
	主にしている人				
休日:	番組ジャンル				
	平均視聴時間				
	主にしている人				

●録画した番組を見ることはありますか？

はい/いいえ

●どんな番組を録画していますか？

●テレビをつけていて困ることはありましたか？  
反対につけていてよかったことがあれば教えてください。

●なぜこのチャレンジをしたいと思ったのか、理由をお聞かせください。  
また、チャレンジをするにあたって家族の今の気持ちをそれぞれ聞いて、記録してください。