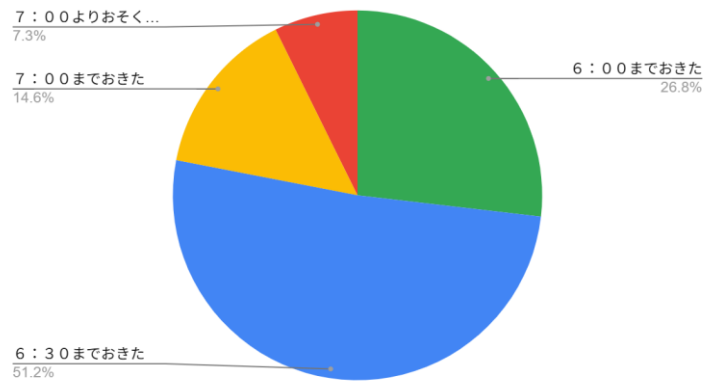


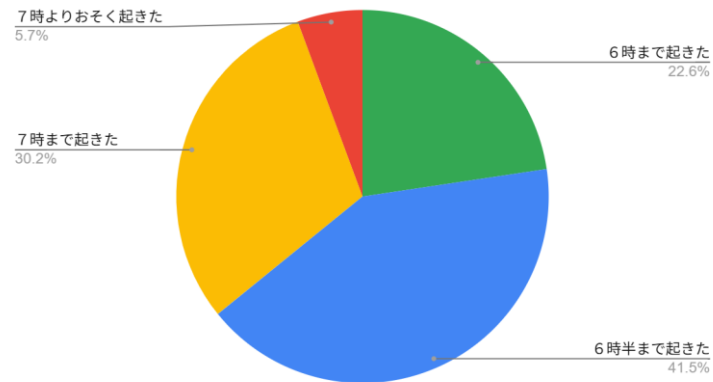
(2)生活リズムアンケート 2年生～6年生(R7. 9月実施)結果

1. 今朝は何時まで起きましたか？

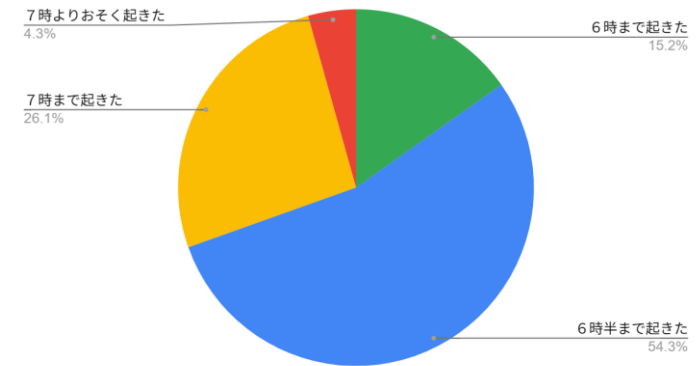
2年生



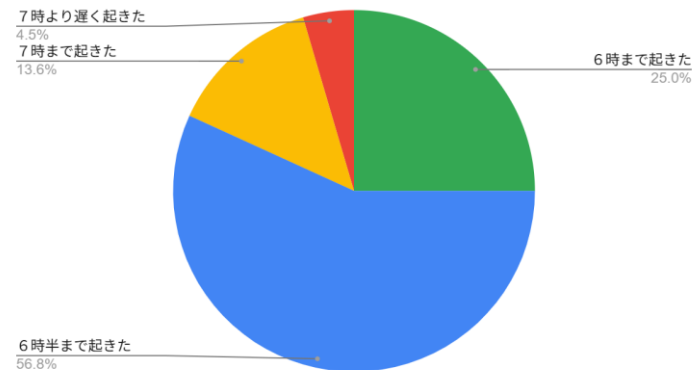
3年生



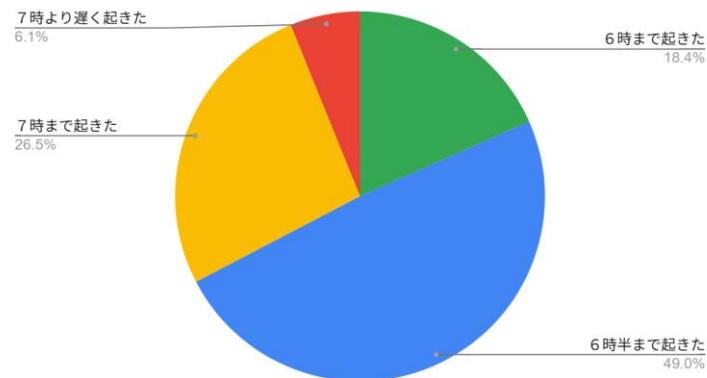
4年生



5年生

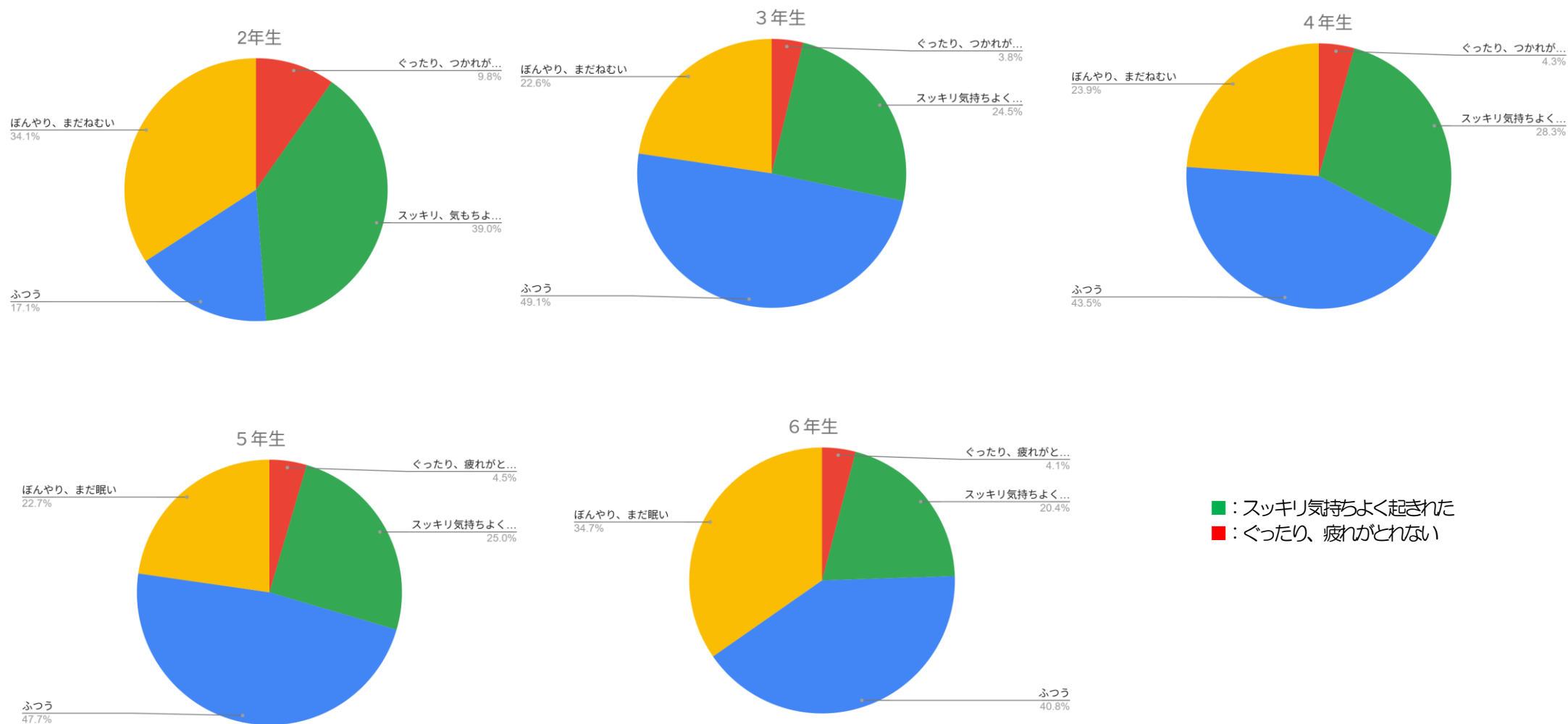


6年生



○約7割の児童が、6:30まで起床することができている。

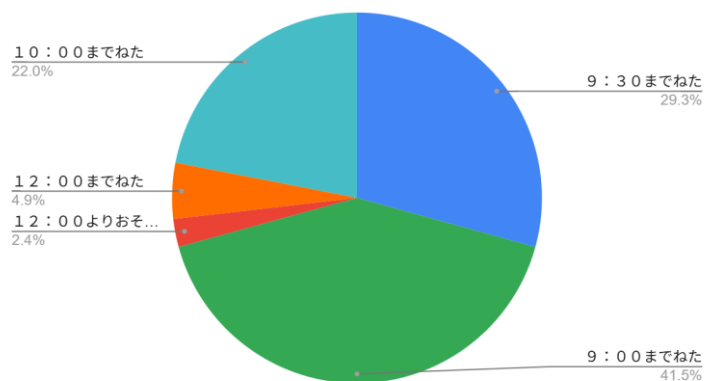
2. 気持ちよく起きることができましたか？



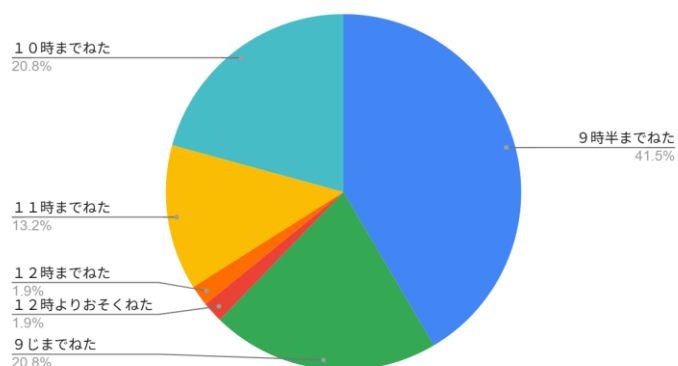
○7割近くの児童が、疲れや眠さを感じずに起床できている。
 ・2年生、6年生に疲れや眠さを感じている児童がやや多くみられる。
 ▲就寝時刻が遅い児童は、疲れが残っている様子がみられる。

3. 夜は何時まで寝ましたか？

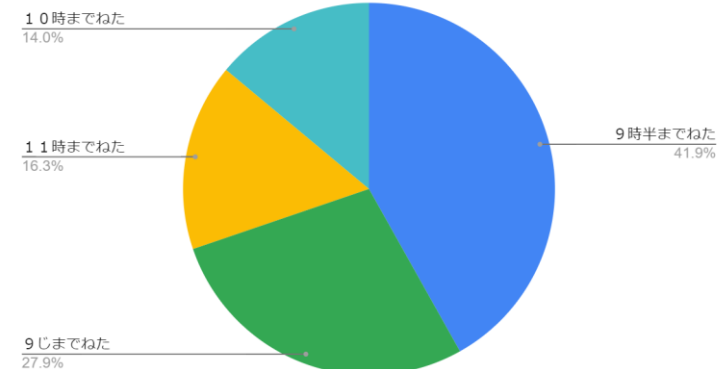
2 年生



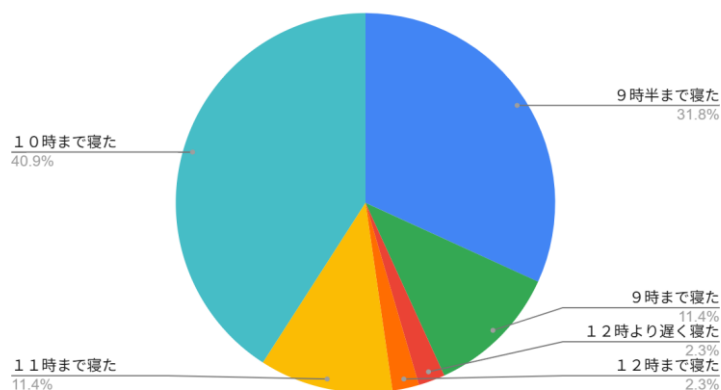
3 年生



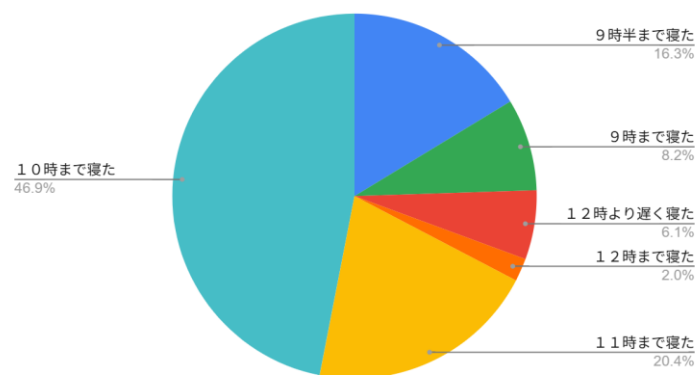
4 年生



5 年生



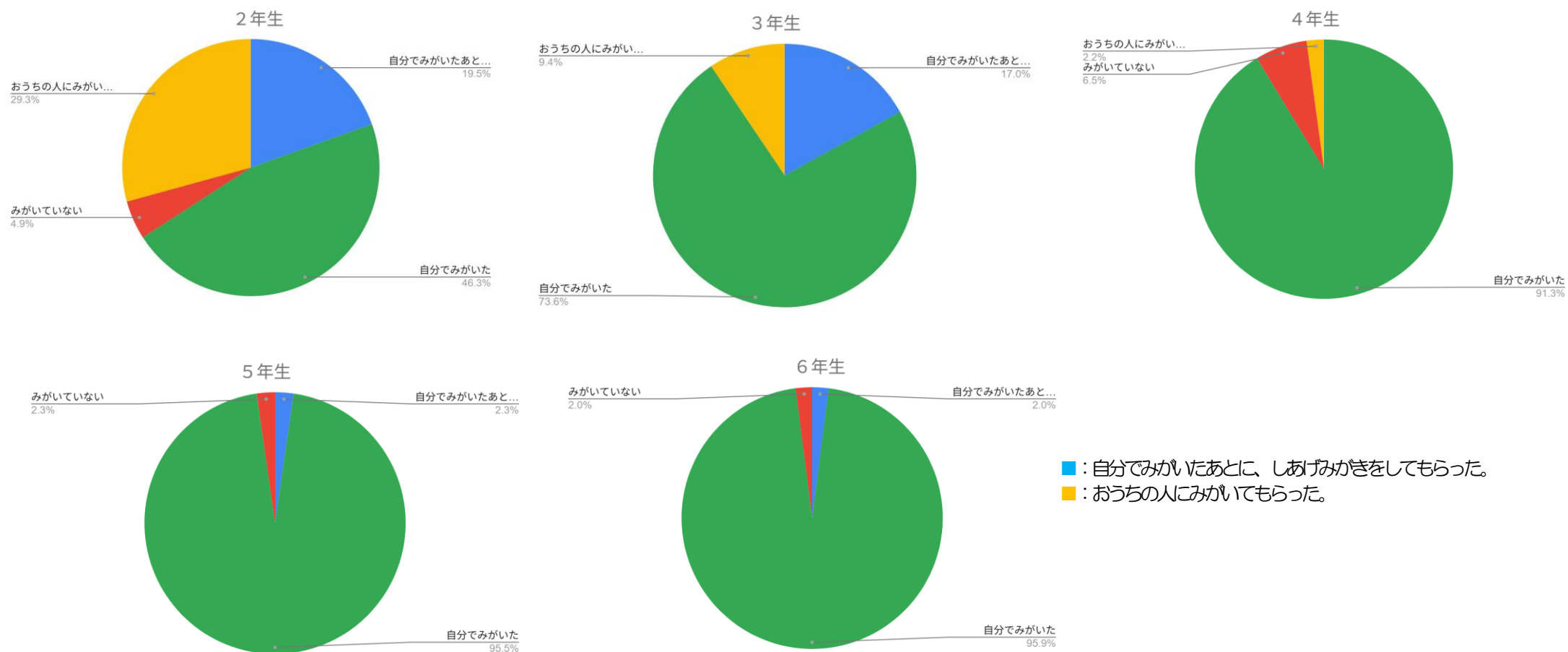
6 年生



○概ね10時まで就寝できているが、一部就寝時刻の遅い児童がおり、起床時の気分に影響を与えていると考えられる。

▲4年生以外の学年で12時過ぎまで起きている児童がみられる。

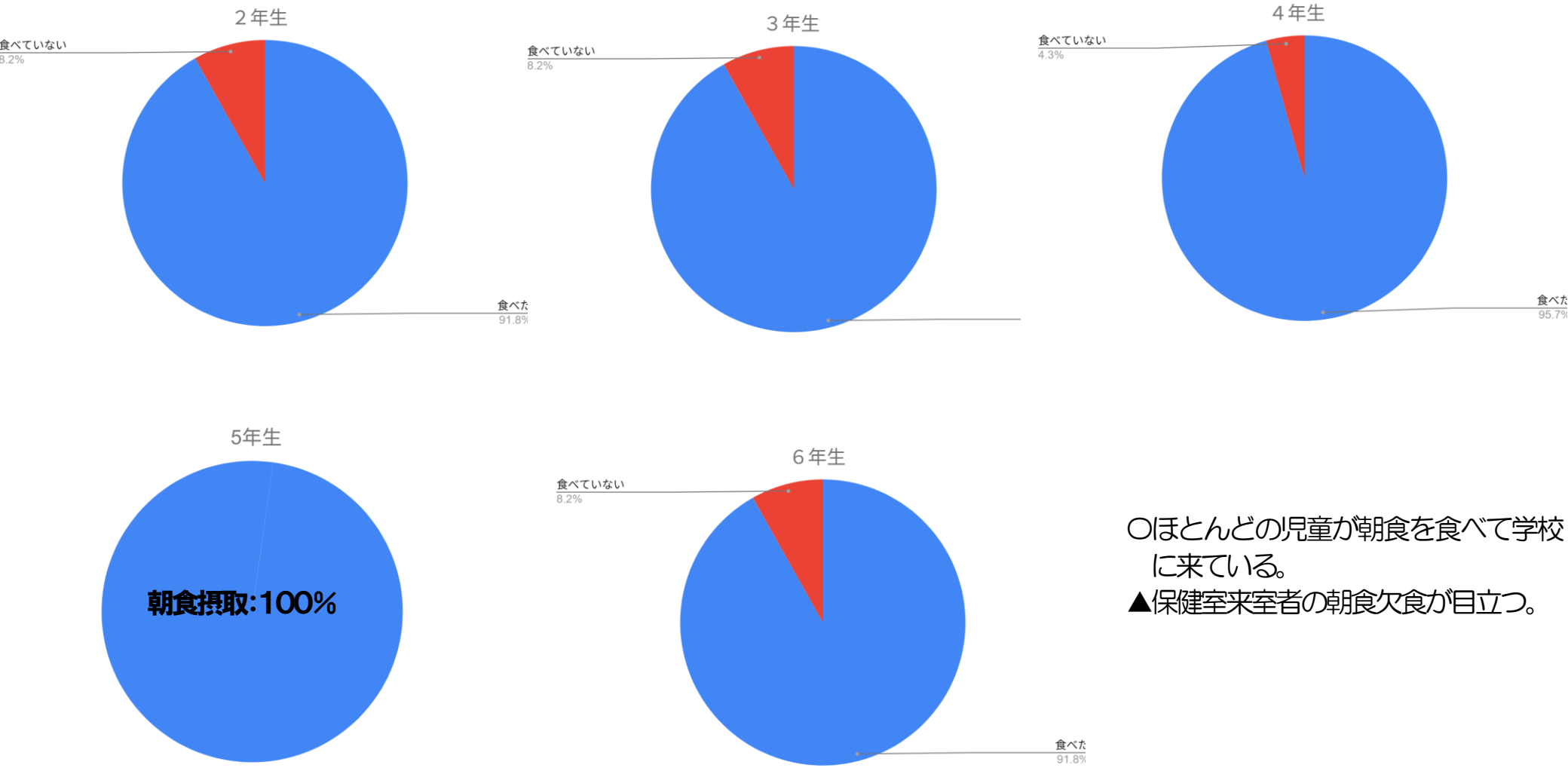
4. 寝る前の歯みがきはしましたか？



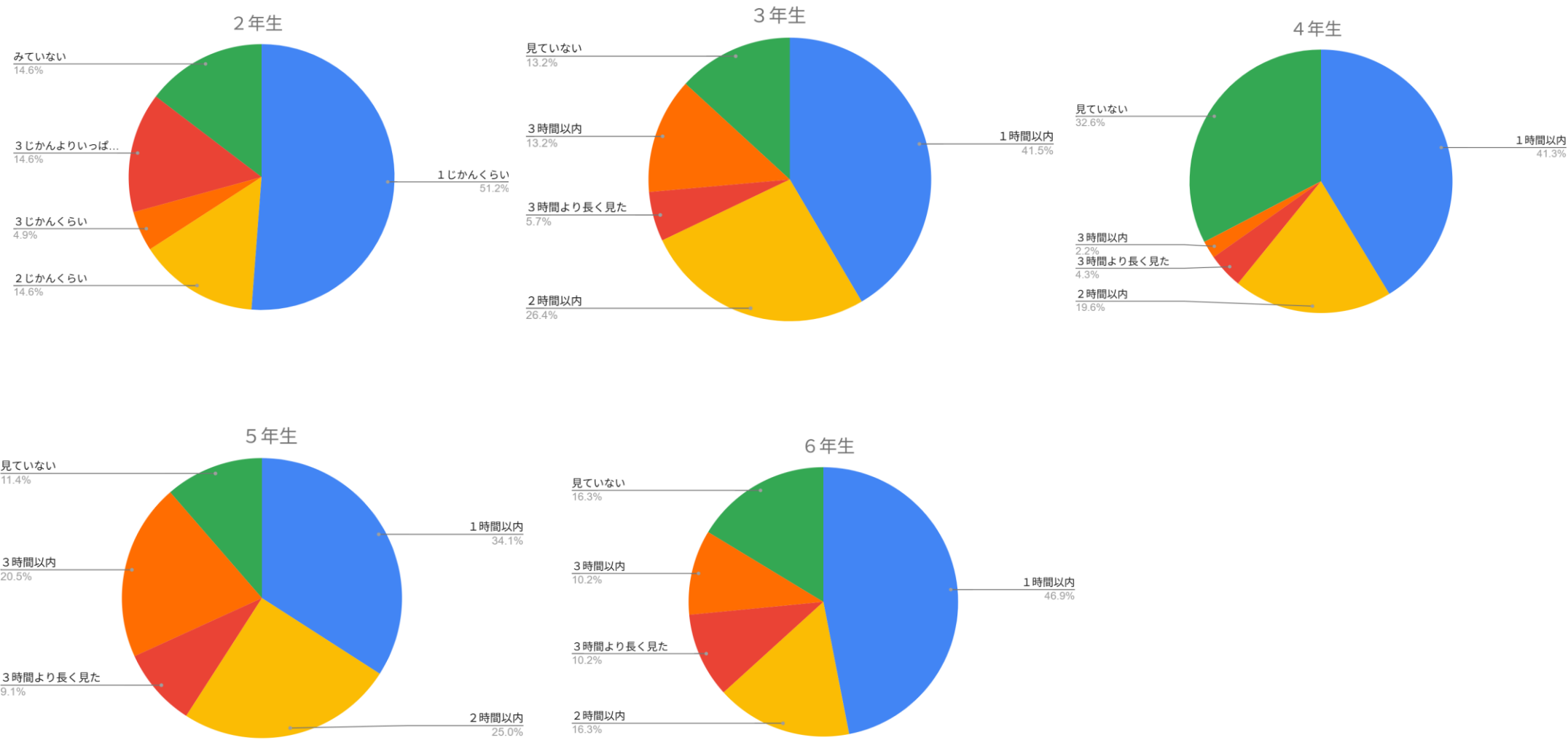
○「歯磨きをしない」と言う児童はほとんどおらず、良好。むし歯の多い児童は、学年に関わらず仕上げ磨きを推奨したい。

・2～4年生に、家の人に磨いてもらうという児童がいる。「最初は自分で磨く」という習慣をつけさせたい。

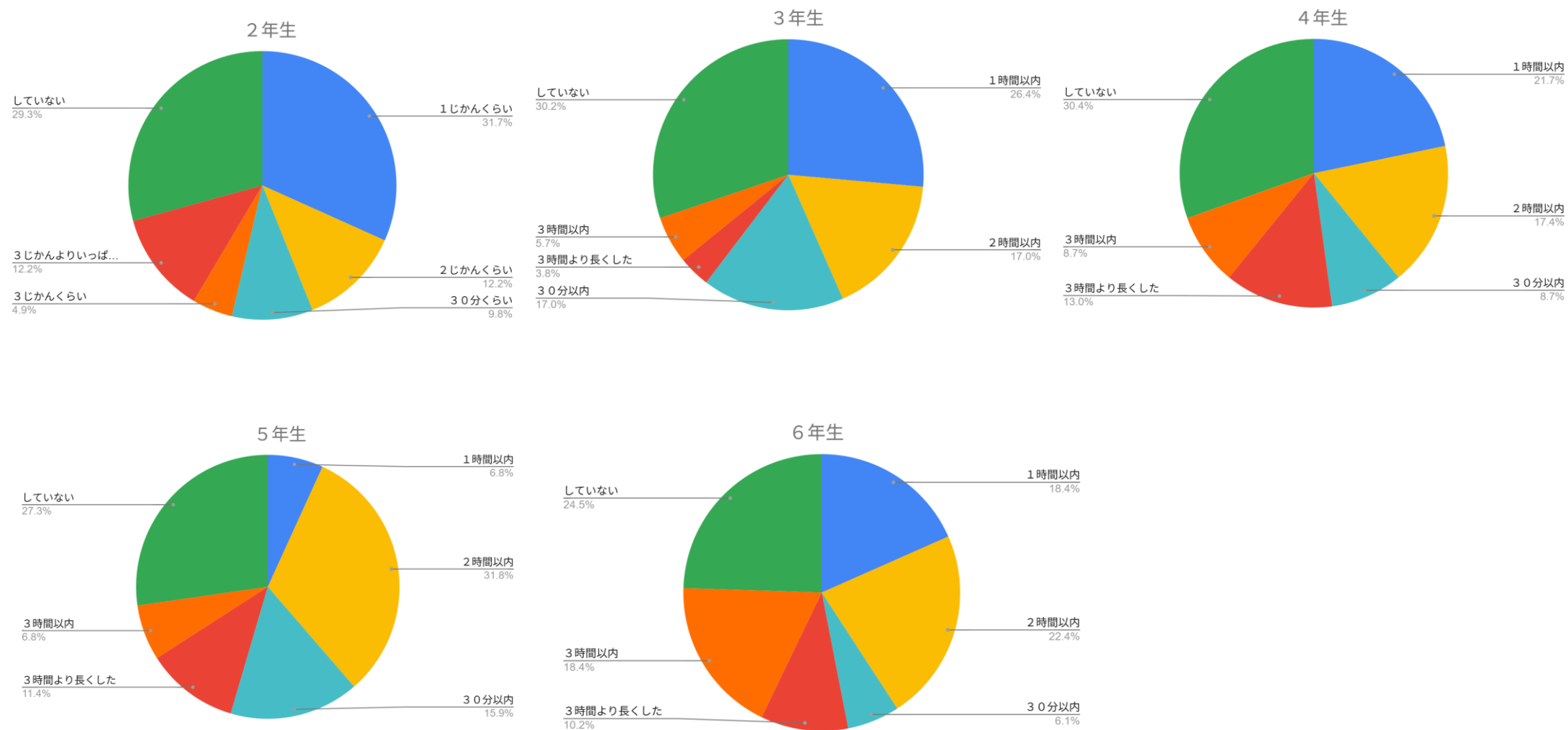
5. 朝ごはんは食べましたか？



6. テレビはどのくらいの時間見ましたか？



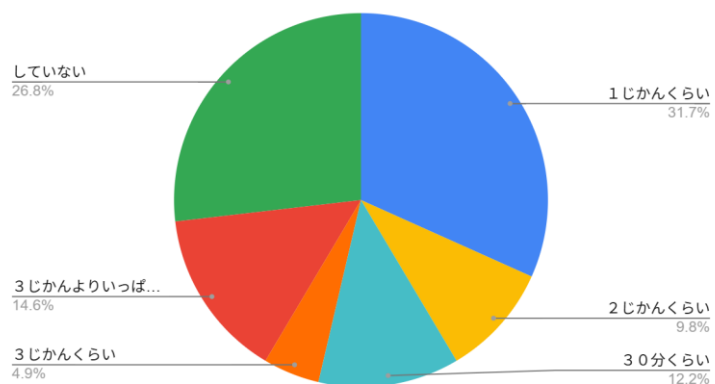
7. ゲームはどのくらいの時間しましたか？



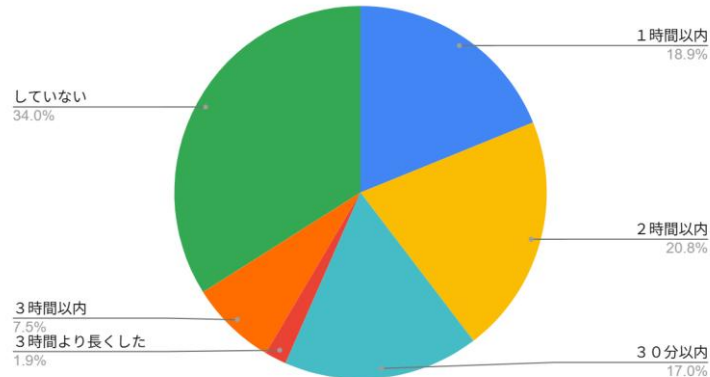
・学年があがるにつれ、ゲームやインターネットの時間が長くなる傾向がみられる。

8. インターネットはどのくらいの時間しましたか？

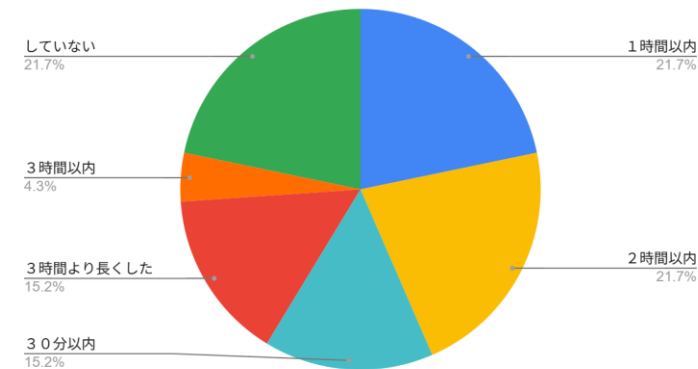
2 時間



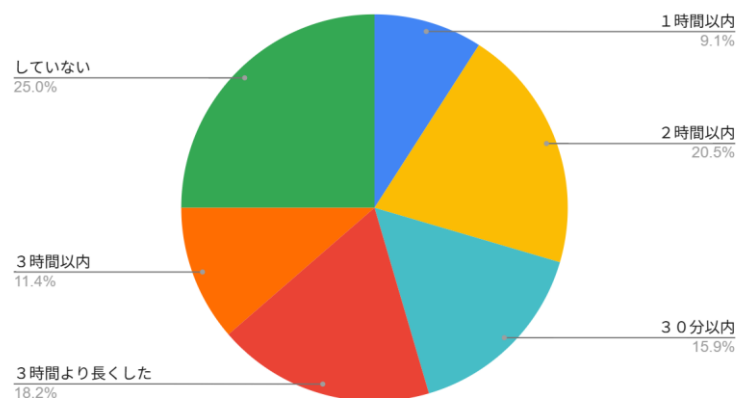
3 年生



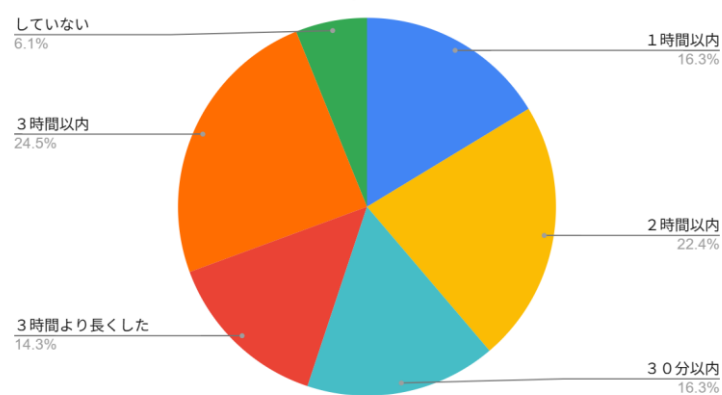
4 年生



5 年生



6 年生



▲ゲームもインターネットもそれぞれ3時間以上と言う児童が高学年に目立ち、心配である。