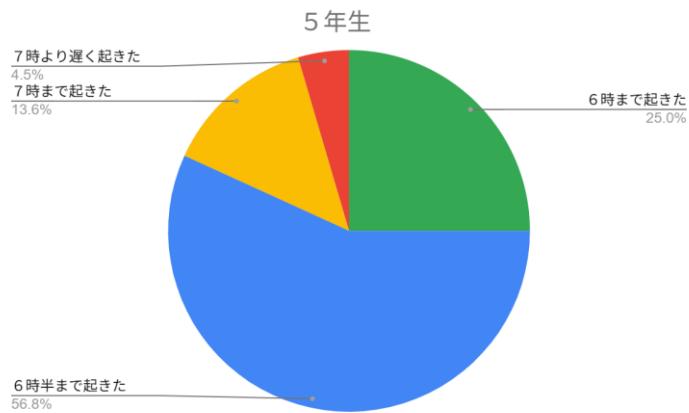
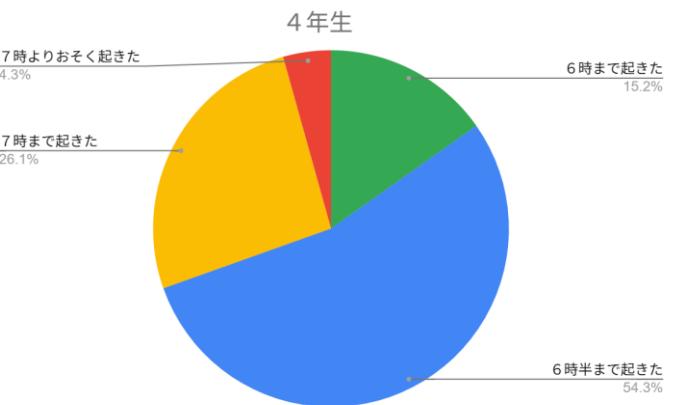
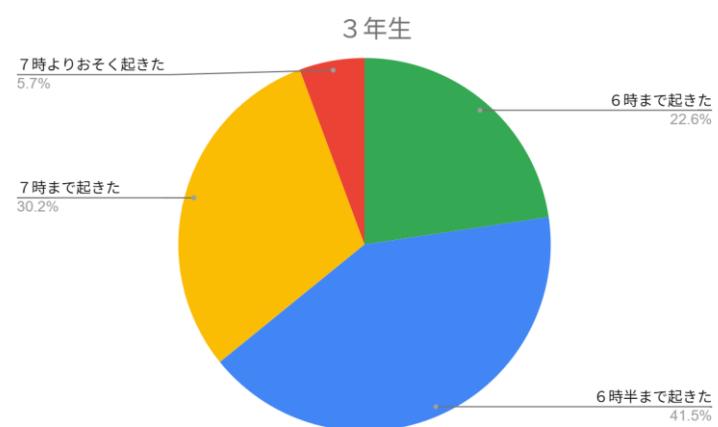
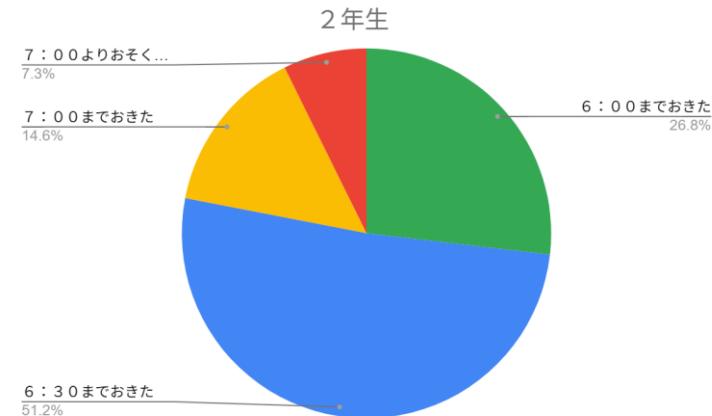


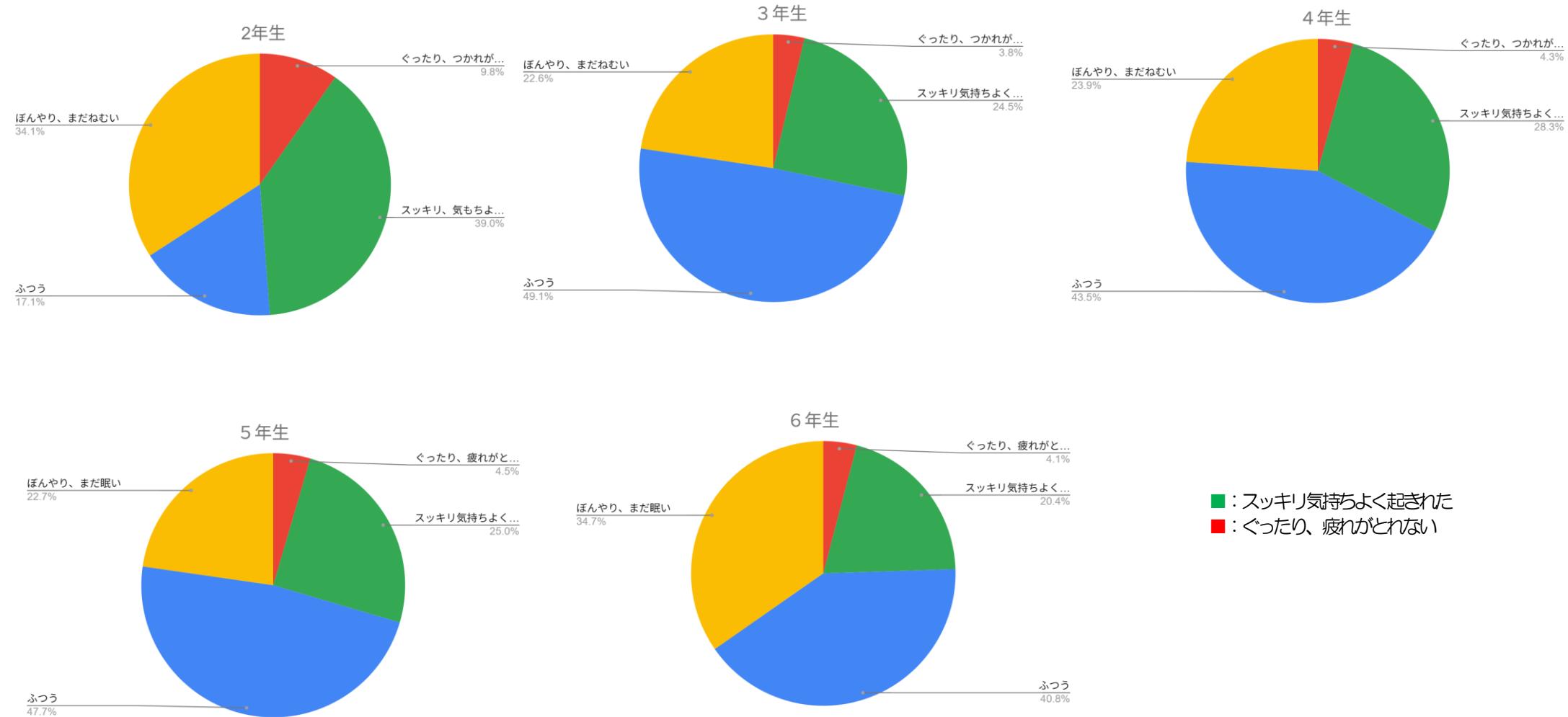
(2)生活リズムアンケート 2年生～6年生(R7. 9月実施)結果

1. 今朝は何時まで起きましたか？



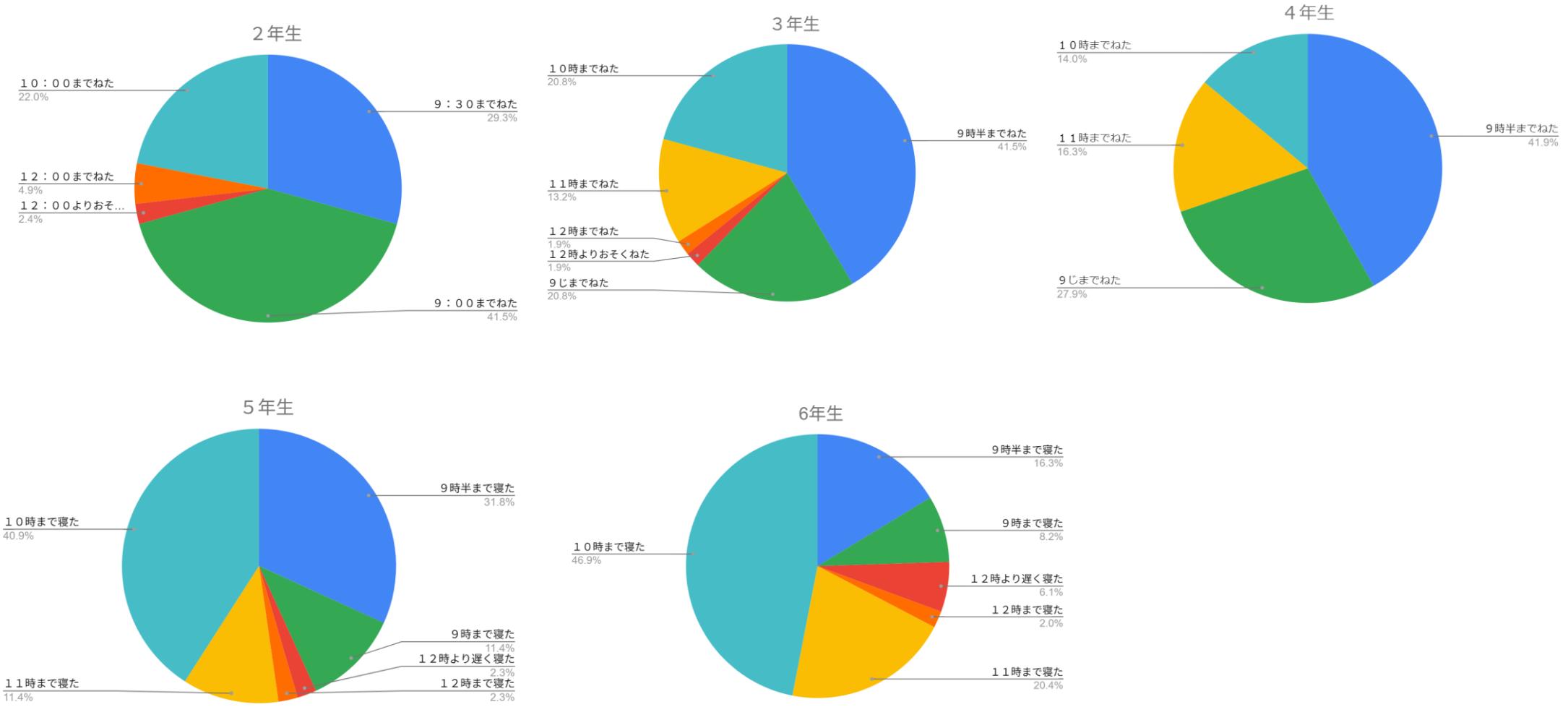
○約7割の児童が、6:30まで起床することができている。

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。

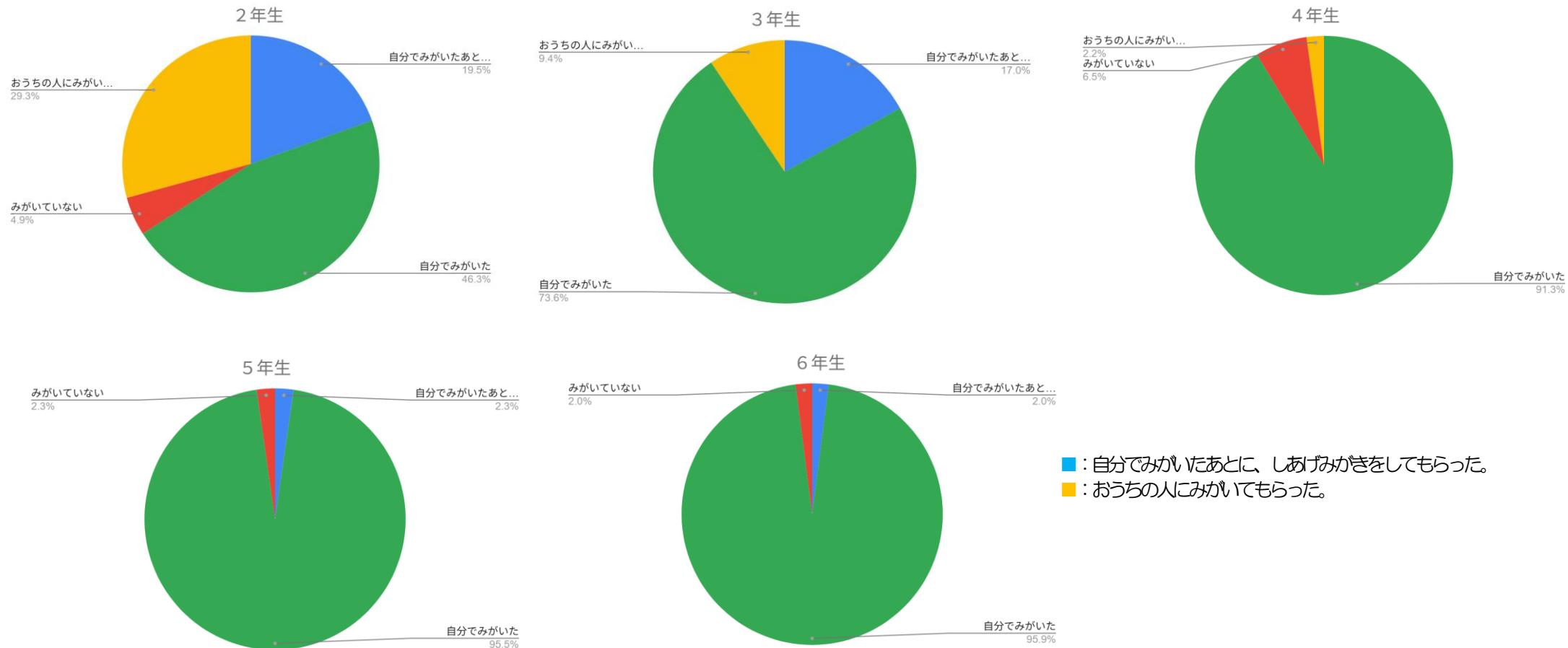
3. 夜は何時まで寝ましたか？



○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あり、起床時の気分に影響を与えていると考えられる。

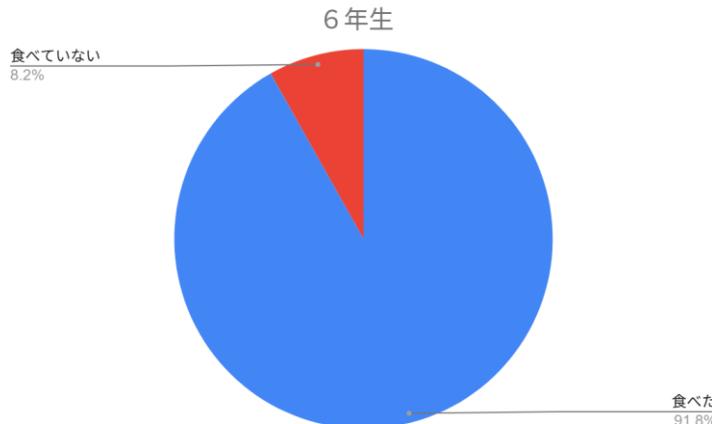
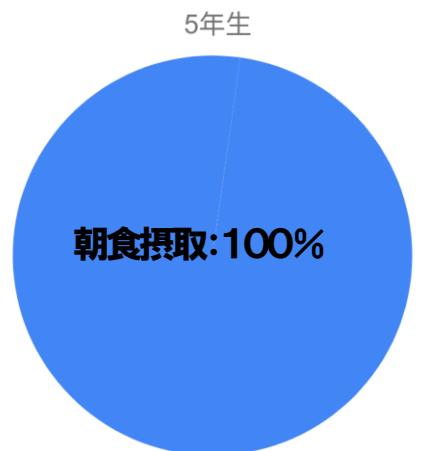
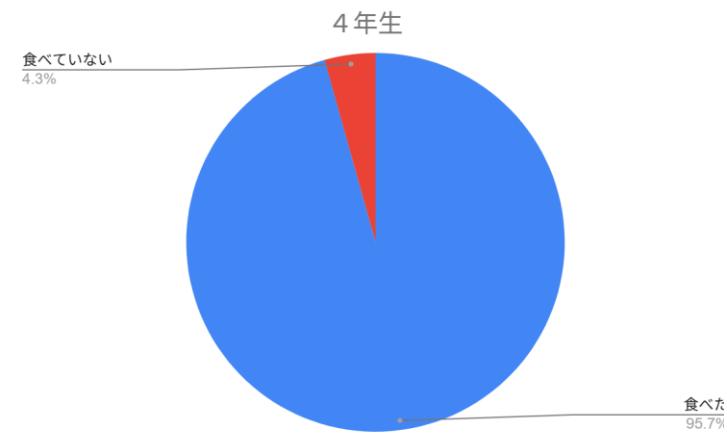
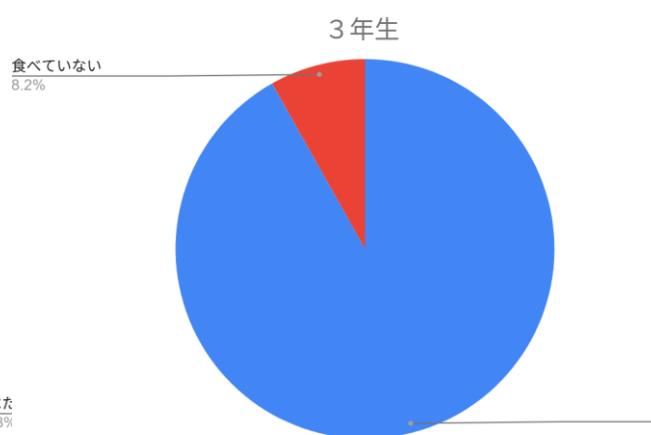
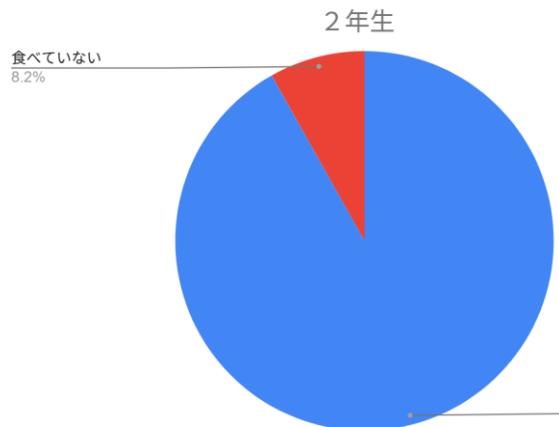
▲4年生以外の学年で12時過ぎまで起きている児童がみられる。

4. 寝る前の歯みがきはしましたか？



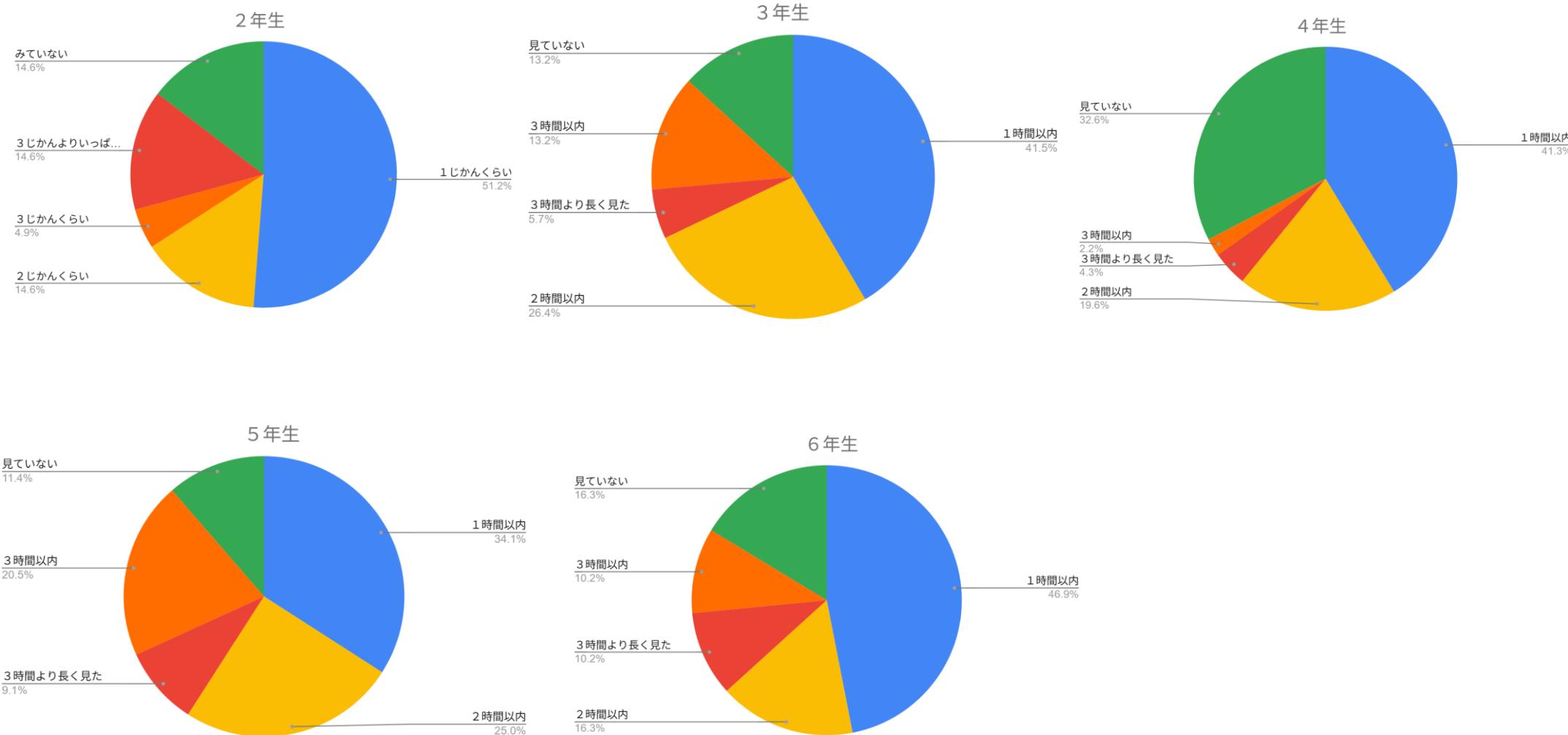
- 「歯磨きをしない」と言う児童はほとんどおらず、良好。むし歯の多い児童は、学年に関わらず仕上げ磨きを推奨したい。
- ・2~4年生に、家の人に磨いてもらうという児童が多い。「最初は自分で磨く」という習慣をつけさせたい。

5. 朝ごはんは食べましたか？

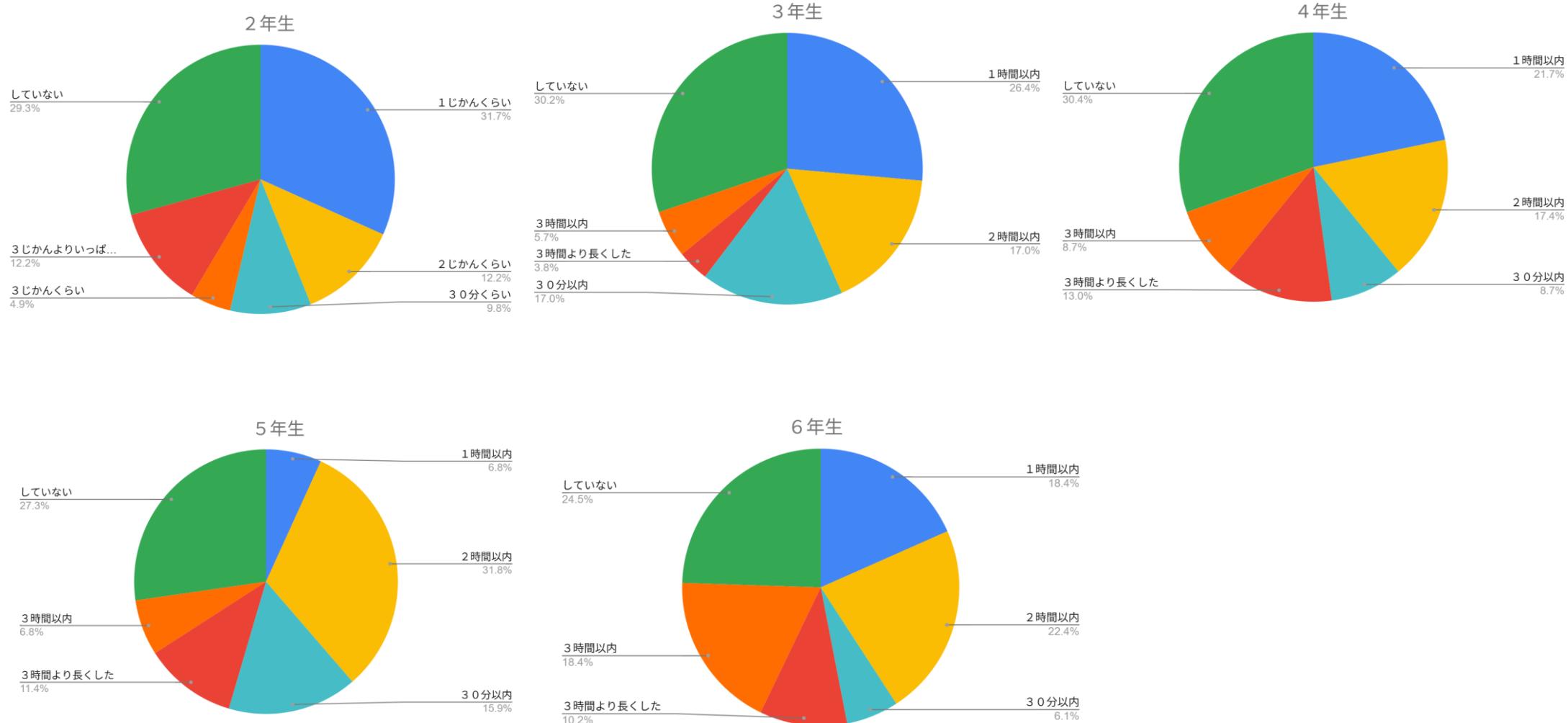


○ほとんどの児童が朝食を食べて学校に来ている。
▲保健室来室者の朝食欠食が目立つ。

6. テレビはどのくらいの時間見ましたか？

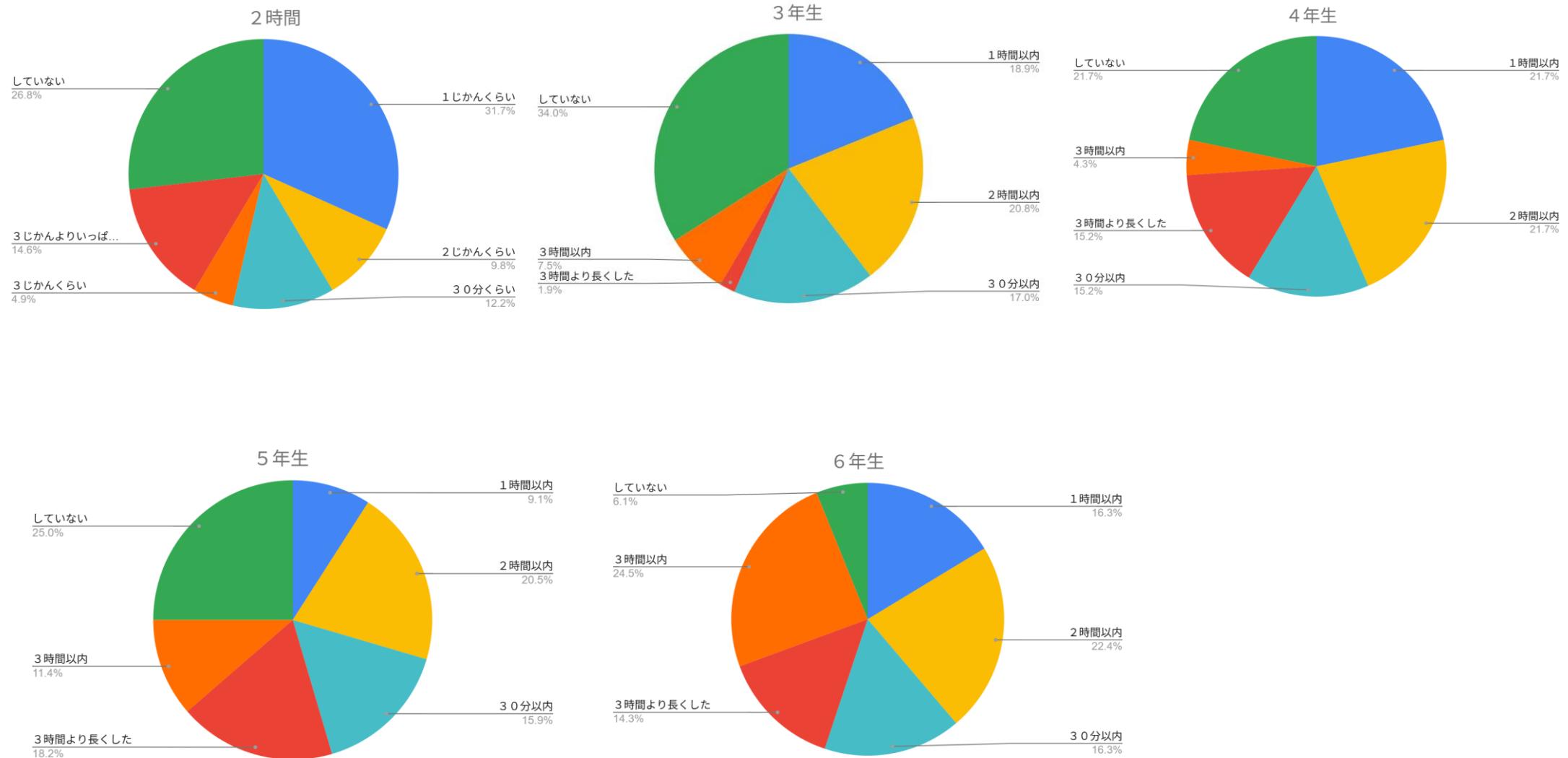


7. ゲームはどのくらいの時間しましたか？



- 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？



▲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。