

生活習慣アンケートの結果

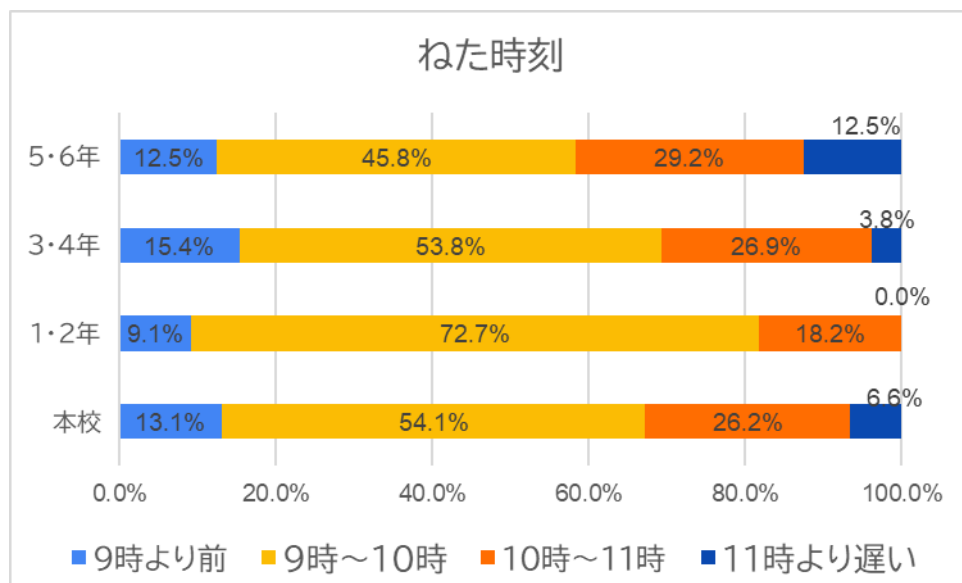
回答期間: R7.6.24(火)～27(金)

福井市清水南小学校

1～3 年 保護者回答（未回答5）

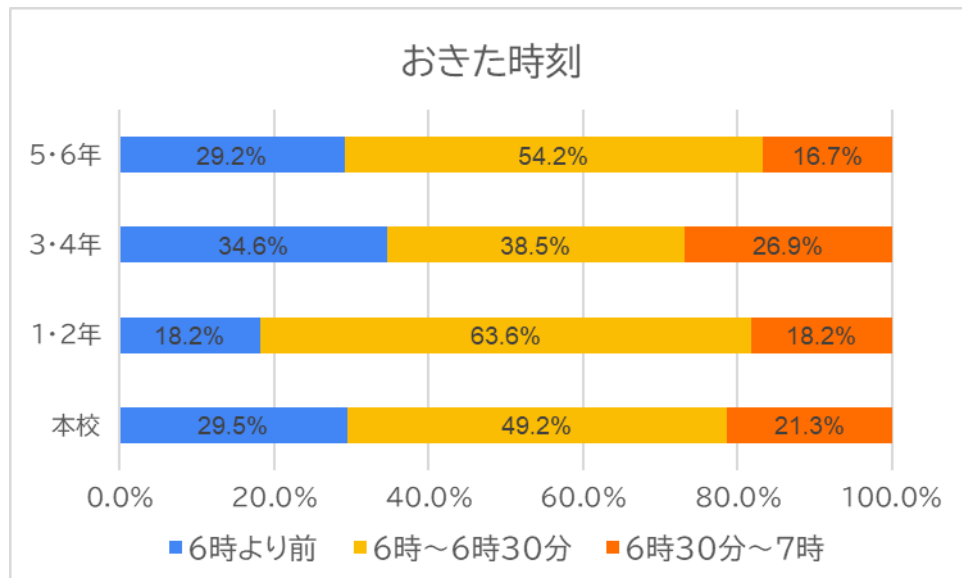
4～6 年 児童回答（未回答1）

1.きのうは何時に寝ましたか？



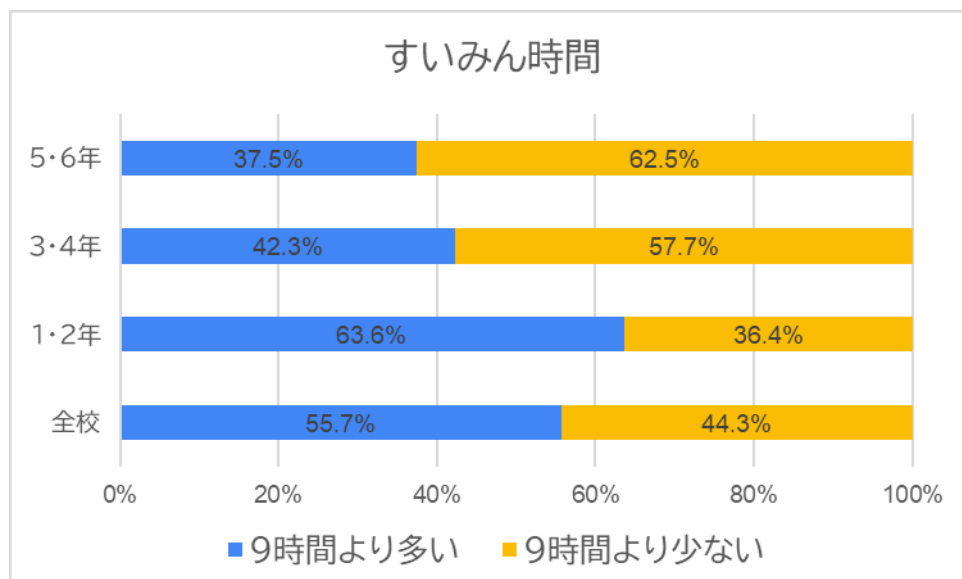
9時までにねている児童の割合は、全校で13%と少ない。高学年になるにつれ、10時以降にねる児童の割合が増える。特に、11時以降にねる児童の割合が増えていく。

2. 今日、何時に起きましたか？



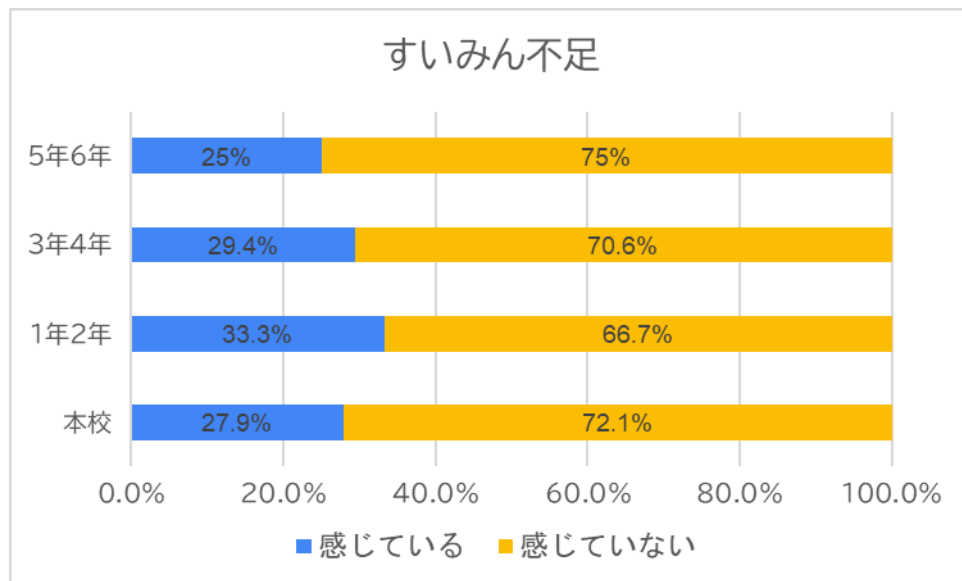
全校の80%近くが、6時30分までに起床している。6時より前に起床している割合も30%と高い。早く起きる習慣が身についている児童が多いことがわかる。

1. 2から算出したすいみん時間



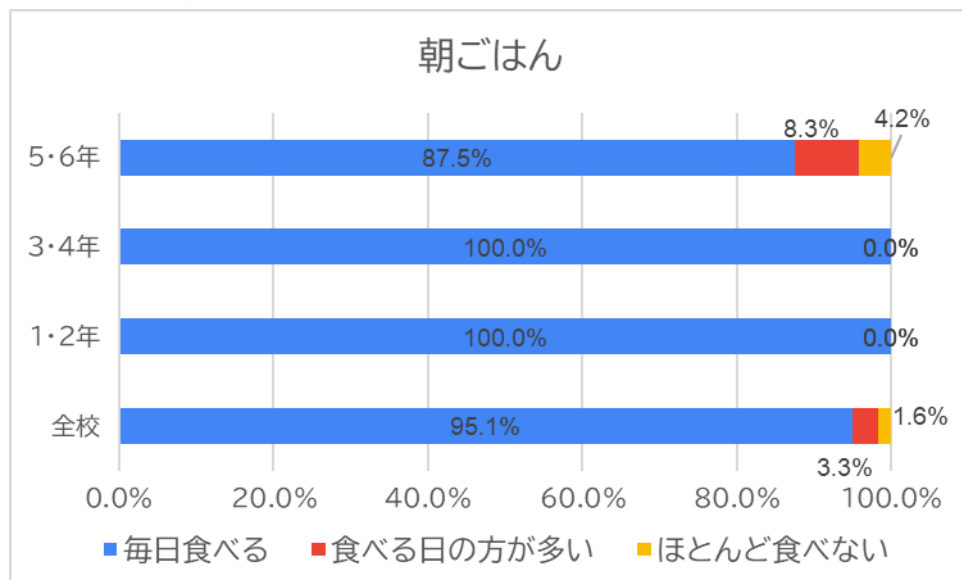
推奨されている小学生の睡眠時間9時間を満たしている児童の割合は、約半数である。高学年になるにつれ、9時間の睡眠時間を確保できる児童の割合が少なくなる。

3. 睡眠不足を感じていますか？



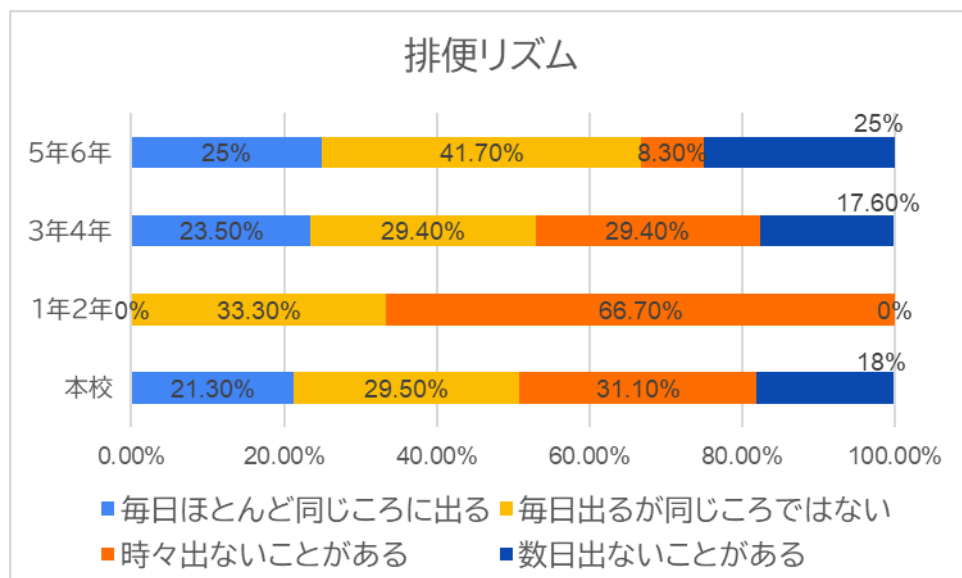
全校の 30% 弱の児童が睡眠不足を感じている。特に、低学年になるにつれ、割合が増えていく。

4. 朝ごはんは食べていますか？



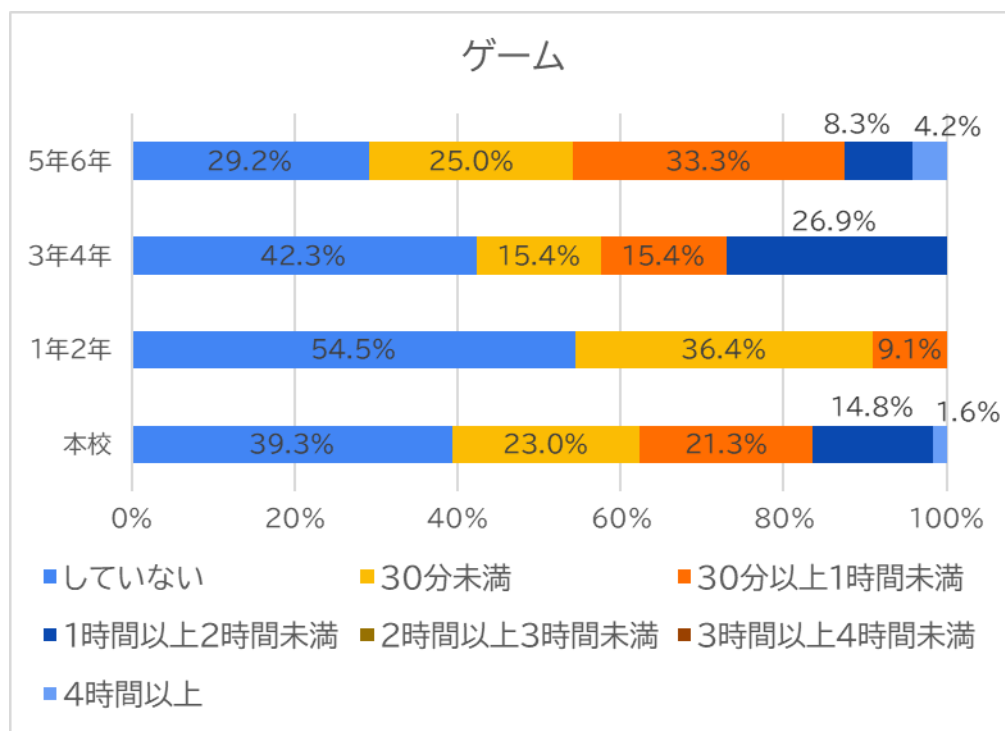
ほとんどの児童が朝食を食べている。1年～4年は全員が朝食を食べているが、5・6年に数人食べていない児童がいる。

5. 大便是いつ出ますか？

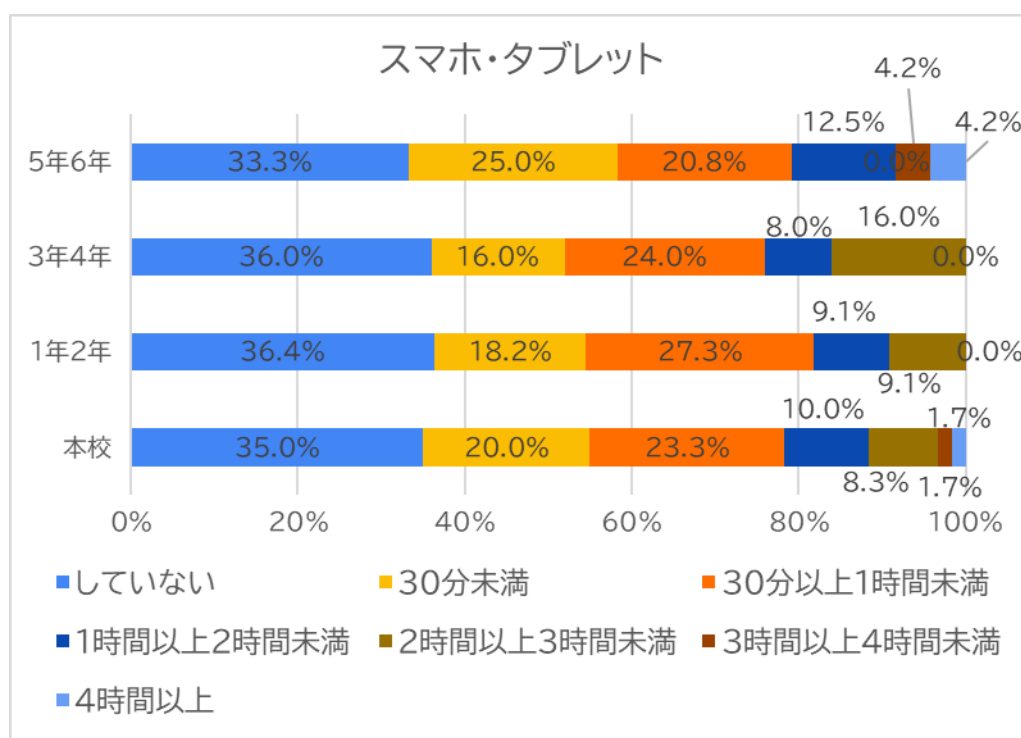


毎日出る児童の割合が、約半数である。高学年になるにつれ、数日出ない児童の割合が増える。

6. 家に帰ってからしたこと



家に帰ってからゲームをしている時間は、約60%の児童が30分以内である。1時間以上している児童の割合が多いのは、3・4年生である。



家に帰ってからスマホやタブレットを使っている時間は、約半数が30分未満である。高学年になるにつれ、使う時間が多い児童の割合が高くなる。