

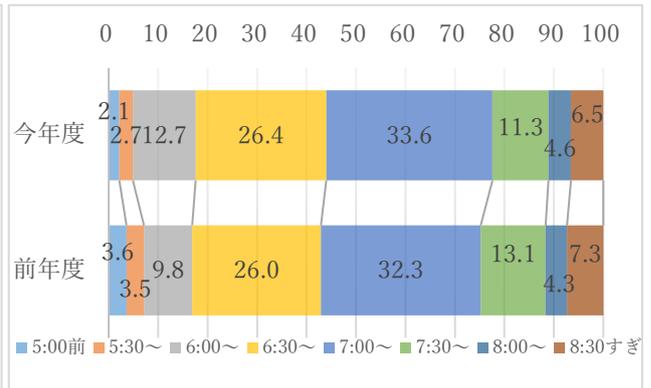
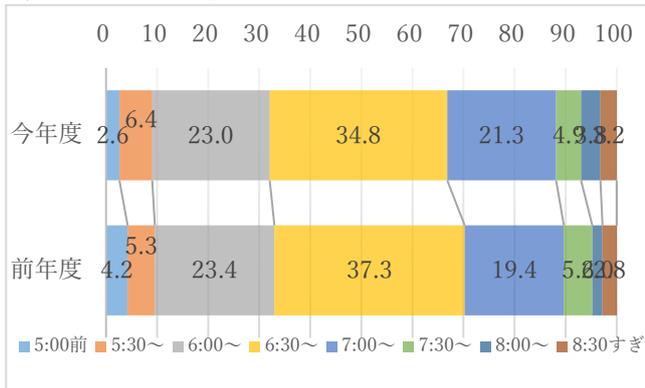
令和6年度 第2回「いわぬま健幸運動」自分の生活を見つめよう

12月に市内全ての小・中学校で「いわぬま健幸運動」を実施し、保護者の皆様にもご協力をいただき、ありがとうございました。市全体の結果をお知らせいたします。

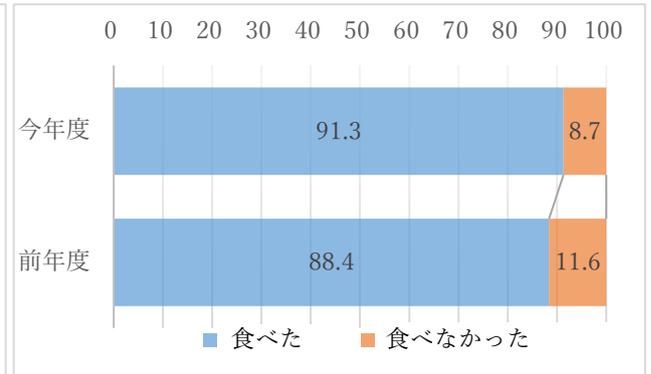
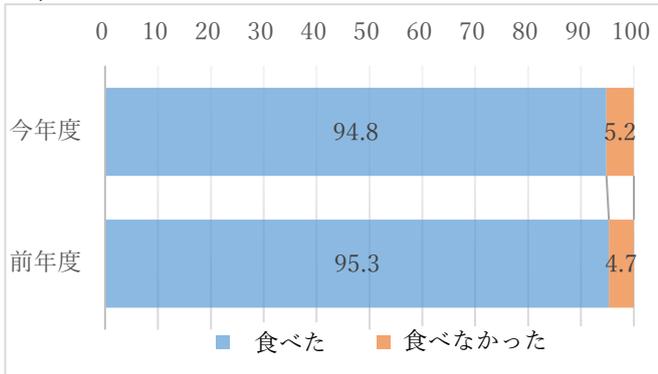
小学校5年生

中学校2年生

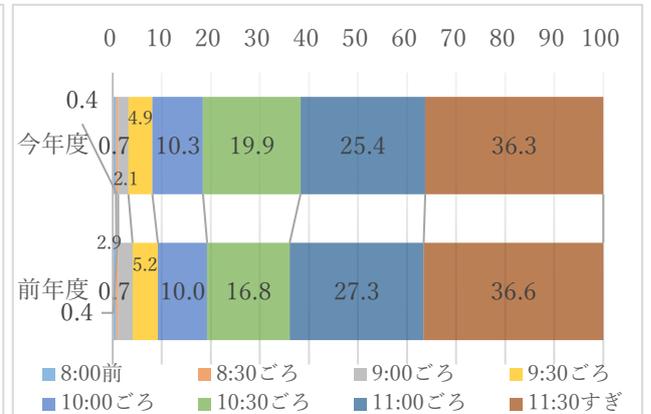
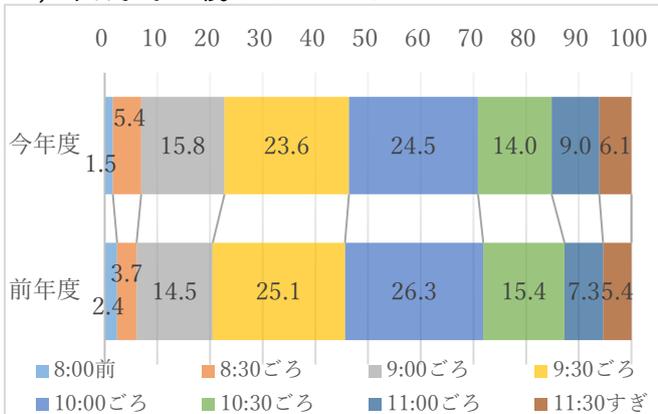
Q1, 朝何時に起きましたか？



Q2, 朝ご飯を食べましたか？

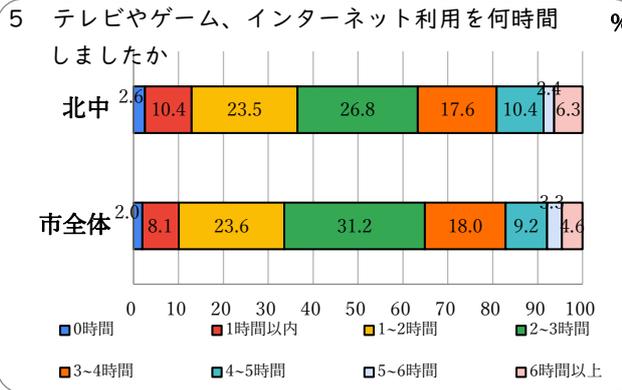
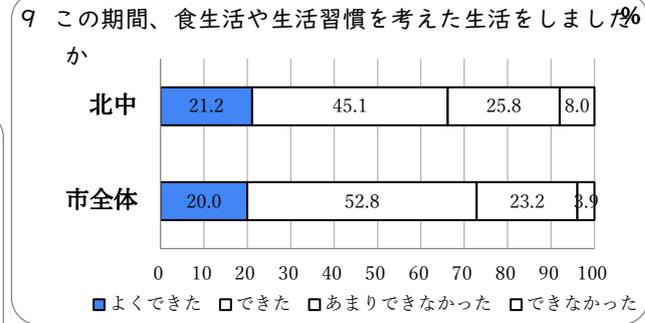
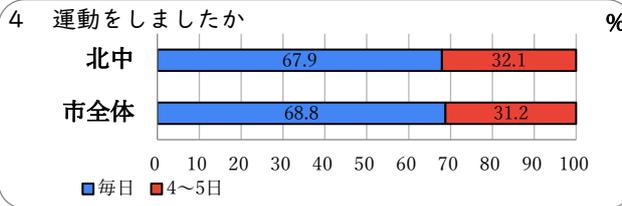
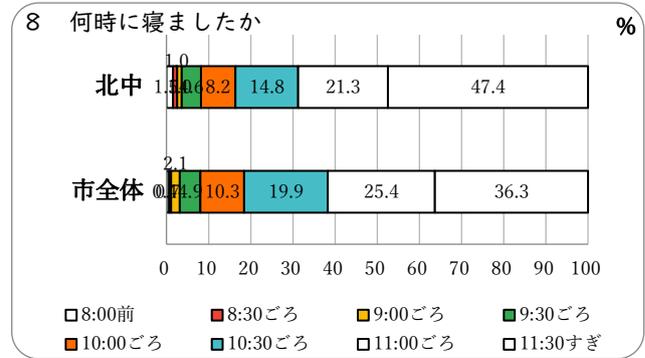
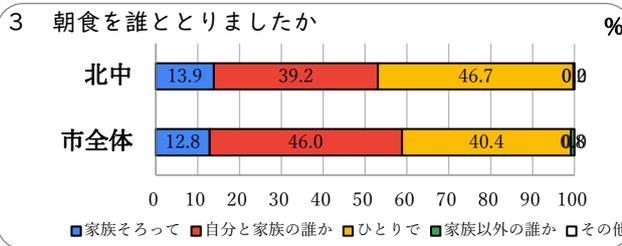
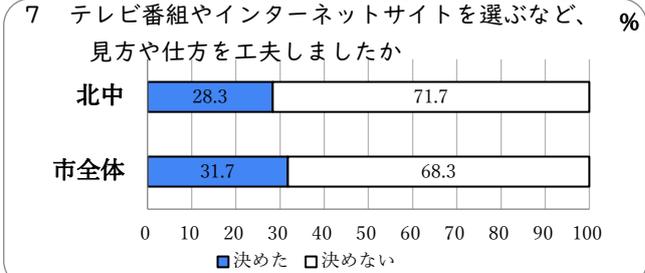
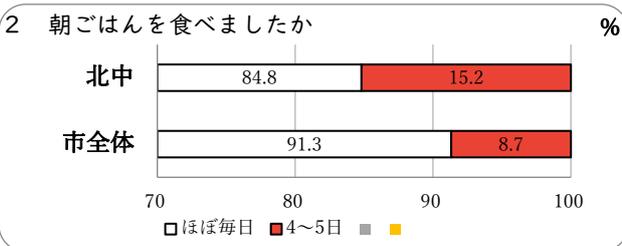
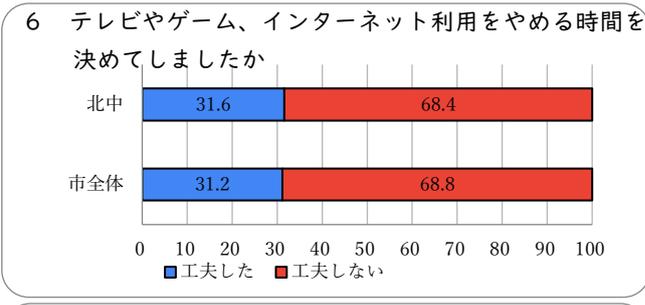
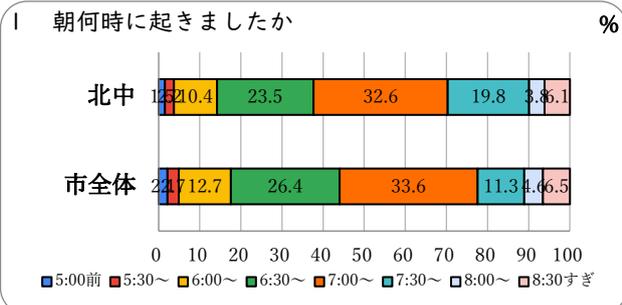


Q3, 夜何時に寝ましたか？



心と体の健全な成長、そして小・中学校でしっかりと「根を養う」ためにも、この結果を参考にして、規則正しい生活が送れるように約束事を決めるなど、ご家族で話題にいただければ幸いです。

令和6年度12月 いわぬま健幸運動【市内中学2年生全体と本校2年生の比較】



市全体と比較して北中生は…

- 夜11:30以降に寝る生徒の割合が高く、朝7:30以降に起床する生徒の割合が高い。
- 朝食を毎日欠かさずに食べている生徒の割合が若干低い。
- テレビやゲーム、インターネット利用に、1日2時間以上かけている生徒の割合が高い。



テレビやゲーム、インターネットの利用にかかる時間を減らし、少し早く就寝して起床時間を少し早くすることで、朝食をしっかりとって、余裕をもって登校することができるかと考察されます。