

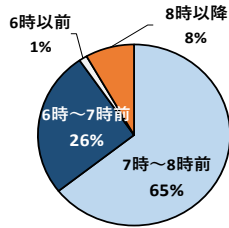
いわぬま健幸運動・3年生・実施結果アンケートまとめ

実施期間：令和2年11月21日(土)～11月27日(金)
 対象：岩沼北中学校 第3学年生徒

※無回答・複数回答等を省略して集計していますので、
 設問によっては、生徒数＝回答数とならない場合があります。

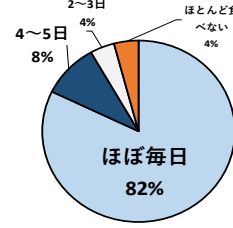
①起床時間

6時以前	6時～7時前	7時～8時前	8時以降
1	19	47	6



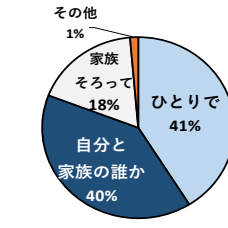
②1週間のうち、朝食を食べた日は？

ほぼ毎日	4～5日	2～3日	ほとんど食べない
60	7	3	3



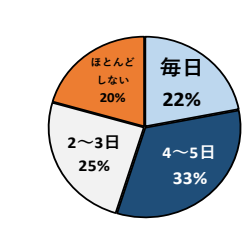
③朝食は誰と食べたか？(家族等)

家族そろって	自分と家族の誰か	ひとりで	その他
13	29	30	1



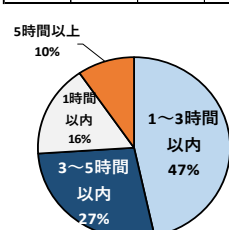
④1週間のうち、運動をした日は？

毎日	4～5日	2～3日	ほとんどしない
16	24	18	15



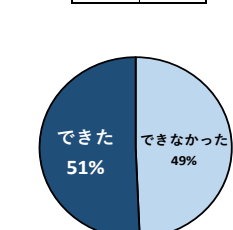
⑤1日のうち、テレビやゲームに使った時間

1時間以内	1～3時間以内	3～5時間以内	5時間以上
12	34	20	7



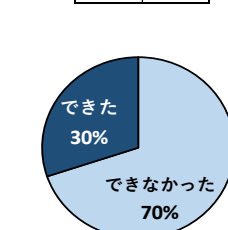
⑥テレビやゲームの時間を決めて使用することができたか？

できた	できなかった
37	36



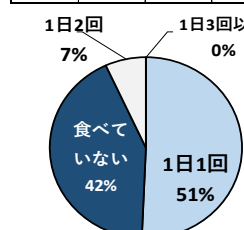
⑦テレビの視聴方法を工夫できたか？(番組を選ぶなど)

できた	できなかった
22	51



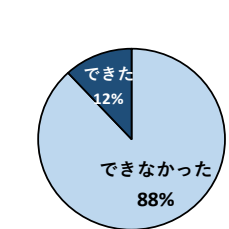
⑧おやつ回数

食べていない	1日1回	1日2回	1日3回以上
31	37	5	0



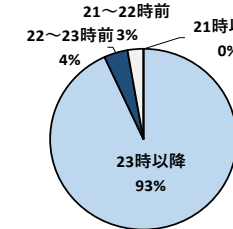
⑨おやつ時間を決めて食べる事ができたか？

できた	できなかった
18	33



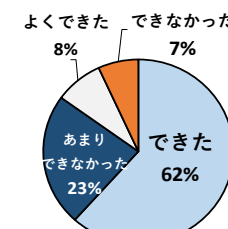
⑩就寝時間

21時以前	21～22時前	22～23時前	23時以降
1	1	20	50



⑪この1週間、食生活や生活習慣を考えた生活ができたか？

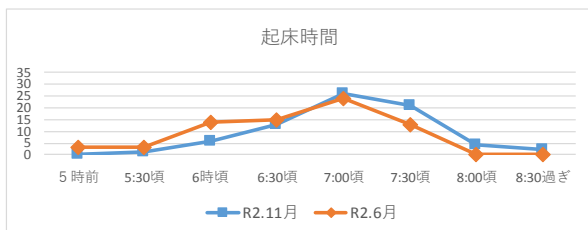
よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
10	46	15	1



【生活時間に関する6月調査との比較】

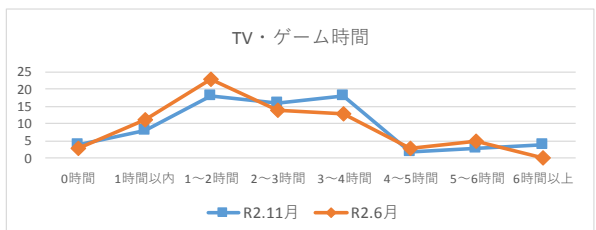
①起床時間

	5時前	5:30頃	6時頃	6:30頃	7:00頃	7:30頃	8:00頃	8:30過ぎ
R2.11月	0	1	6	13	26	21	4	2
R2.6月	3	3	14	15	24	13	0	0



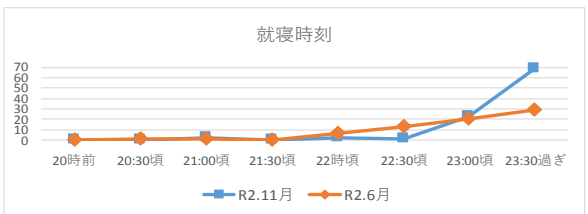
⑤TV・ゲーム時間

	0時間	1時間以内	1～2時間	2～3時間	3～4時間	4～5時間	5～6時間	6時間以上
R2.11月	4	8	18	16	18	2	3	4
R2.6月	3	11	23	14	13	3	5	0



⑩就寝時刻

	20時前	20:30頃	21:00頃	21:30頃	22時頃	22:30頃	23:00頃	23:30過ぎ
R2.11月	0	0	2	0	2	1	23	68
R2.6月	0	1	1	0	7	13	21	29



～今回の結果より見えてきたこと～

- ・ほぼ毎日朝食を食べている生徒の割合が82%だった(6月95%より減少)。朝食を一人で食べている割合は約4割で他学年と比べると少ない(6月とほぼ同率)。
- ・部活動を引退したことから、毎日運動する生徒が6月の半数に減っている。
- ・グラフの比較から、6月に比べて、TV・ゲームの時間が3～4時間以上の割合が増えている。TVやゲームの時間を決めていない生徒が半数いる。他学年よりも意識している割合が高い。
- ・グラフの比較から、6月に比べて、就寝時間が遅くなっている生徒が急増している。9割以上の生徒が23時以降に就寝している。
- ・6割の生徒が食生活や生活習慣を考えて過ごすことができたと評価している。