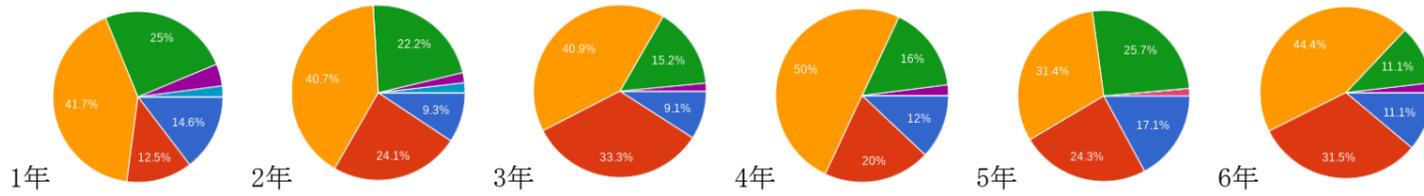


# 令和6年度 第1回生活習慣チェック 集計結果

令和6年7月18日

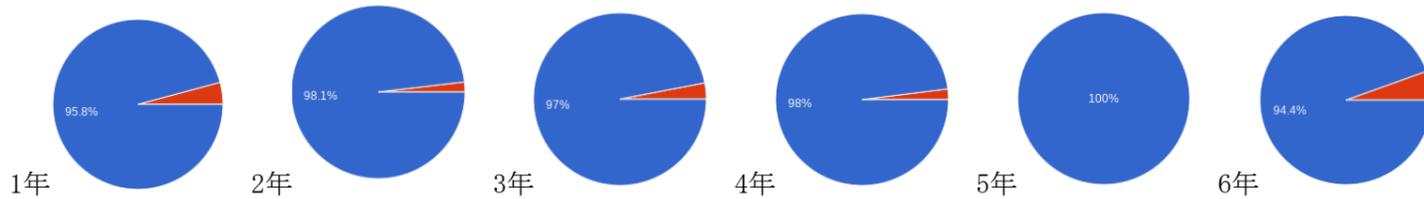
## 1. 起きた時こく



- 6時よりまえ
- 6時から6時29分
- 6時30分から6時59分
- 7時から7時29分
- 7時30分から7時59分

・どの学年も約四分の三の児童は7時までに起きている。 ・1・5年生が7時以降に起きている児童がやや多い。

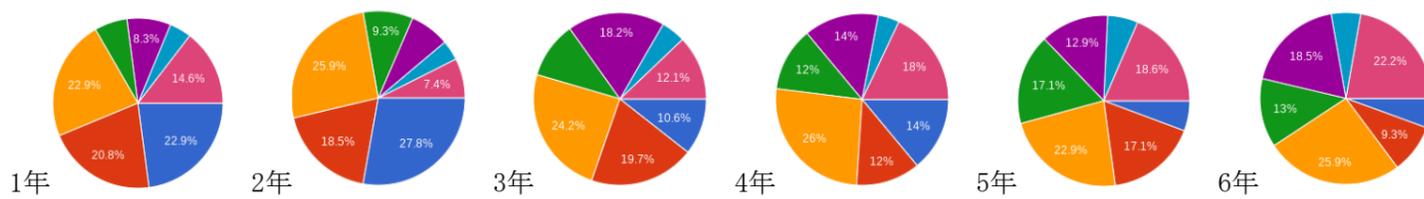
## 2. 朝ごはんを食べる



- できた
- できなかった

・全学年9割以上は食べている。5年生は全ての児童が食べている。  
・朝起きるのが遅いから等の理由で食べれないという児童が若干いる。

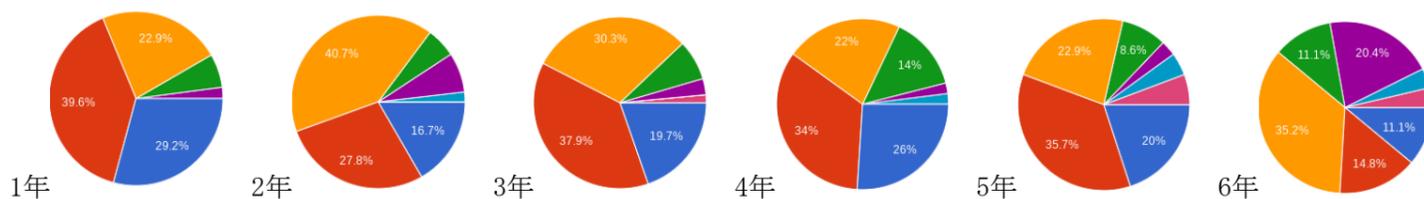
## 3. 家でテレビ・ゲーム・スマホなどをしてきた時間



- 0分から29分
- 30分から59分
- 1時間から1時間29分
- 1時間30分から1時59分
- 2時間から2時間29分
- 2時間30分から2時間59分
- 3時間以上

・学年が上がるにつれ、メディア時間が増える傾向がある。  
・5年生のチェックシートの振り返りには、「自分がこんなにもスマホ時間長かったことにびっくり」と書いている子もいてメディア時間を振り返る機会となった。

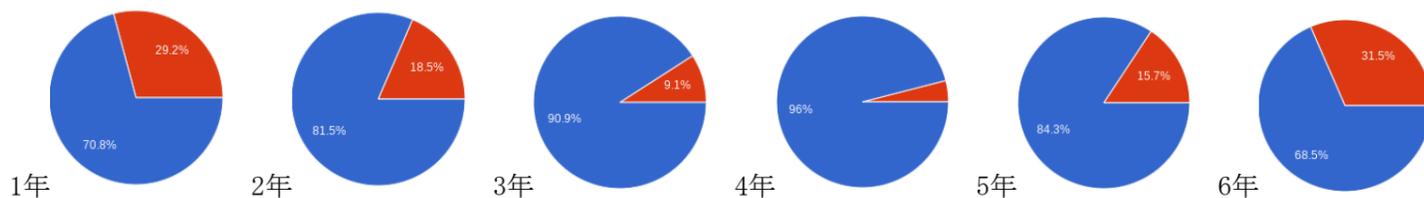
## 4. 家で勉強した時間



- 0分から29分
- 30分から59分
- 1時間から1時間29分
- 1時間30分から1時59分
- 2時間から2時間29分
- 2時間30分から2時間59分
- 3時間以上

・学年が上がるにつれ、学習時間が増える傾向がある。

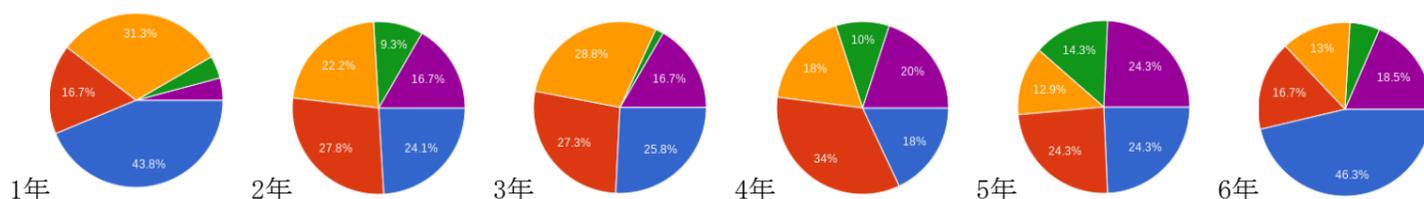
## 5. 学校や お家で 運動をした



- できた
- できなかった

・1・6年生は、運動をした児童の割合が低く、中学年は高い。  
・高学年の振り返りに、雨で運動時間が減ったと書いている子もいた。

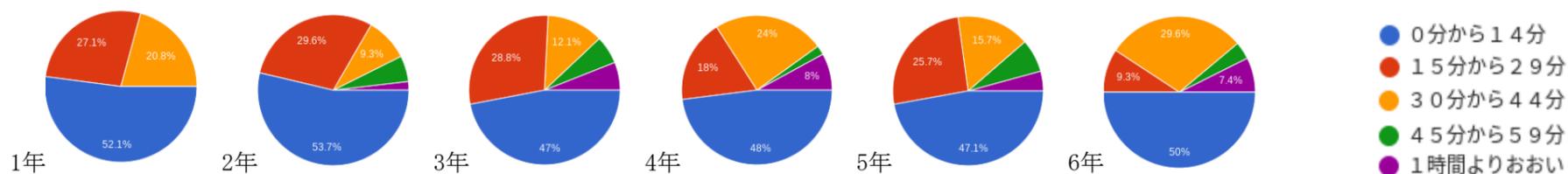
## 6. 運動をした時間



- 0分から29分
- 30分から59分
- 1時間から1時間29分
- 1時間30分から1時59分
- 2時間よりおおい

・1・6年生は1時間未満の割合が比較的高い。

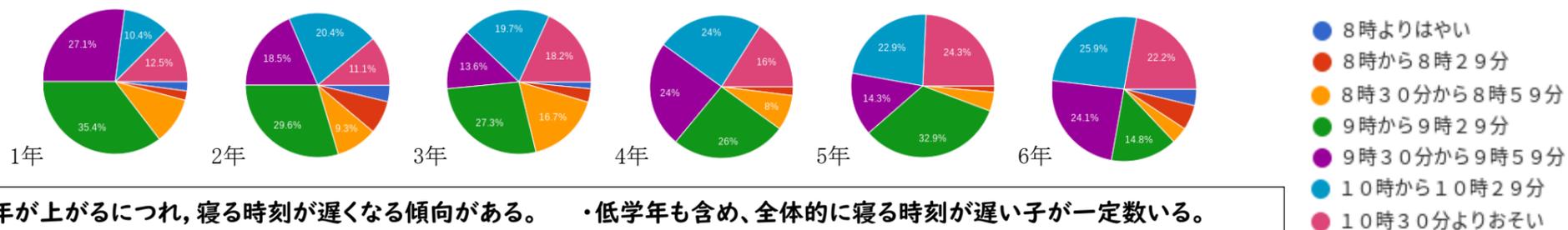
### 7. お家で本を読んだ時間



・どの学年も、ほぼ半数は0分~14分である。

・4. 6年生は、30分以上の割合がやや高い。

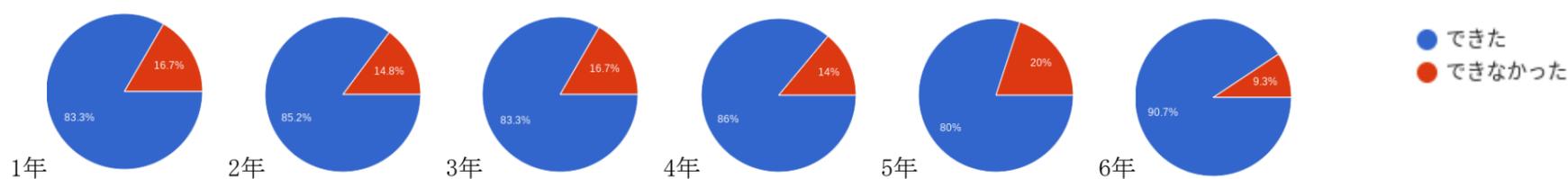
### 8. 寝た時刻



・学年が上がるにつれ、寝る時刻が遅くなる傾向がある。

・低学年も含め、全体的に寝る時刻が遅い子が一定数いる。

### 9. お家で決めた やくそくを守れた



・6年生は比較的守れている児童が多いが、他学年はよく似た傾向である。