

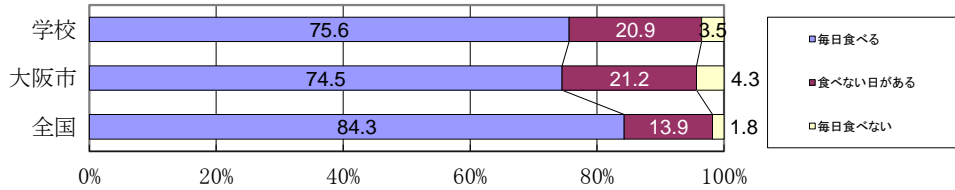
# 中学校女子 基本的生活習慣・運動のきっかけ

## 結果の概要

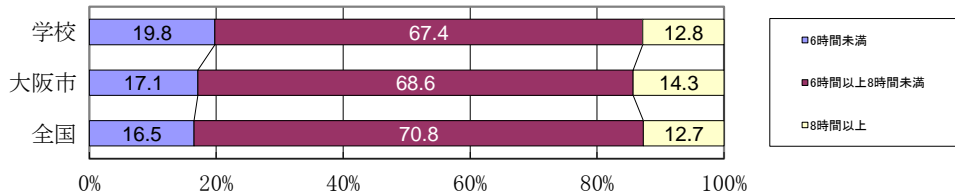
朝食を食べますかについては、「毎日食べない」「食べない日がある」という生徒が多いのが気になる。食べないまま学習や運動をしているのは、成長期の子どもに「やる気」「根気」にも影響がでると思われる。また、「睡眠時間6時間未満」の生徒が多い。疲労が十分に回復されているのが心配である。

質問番号 質問事項

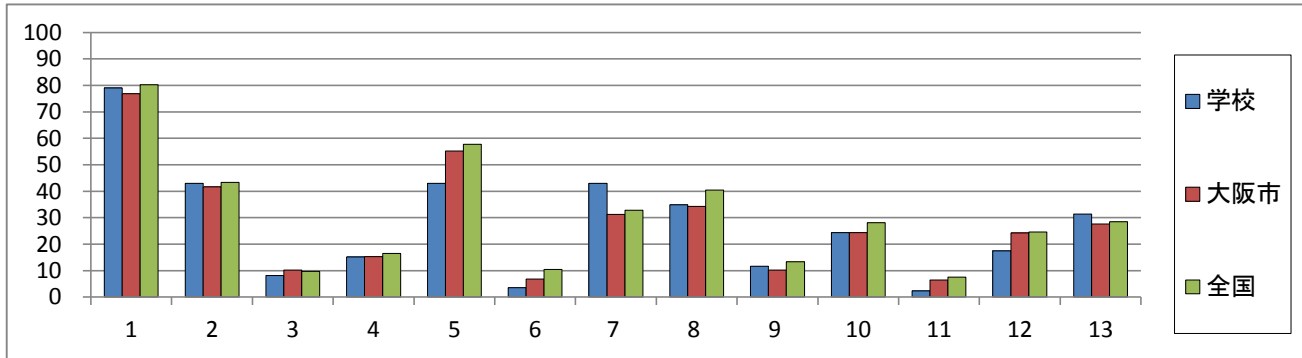
9  
朝食は食べますか



10  
1日の睡眠時間



12  
今後どのようなことがあれば、今よりもっと運動やスポーツをしてみようと思いますか。



## 成果と課題

「朝食をとっていない」「睡眠が不足している」ということにより集中力や根気を欠くといったような学校生活にも多少の影響がある。

## 今後の取組

健康と食育について、少しでも関心が向くように健康教育部と共に取り組んでいきたい。また、生徒の生活面の不十分な生徒の把握をして指導に努めたい。