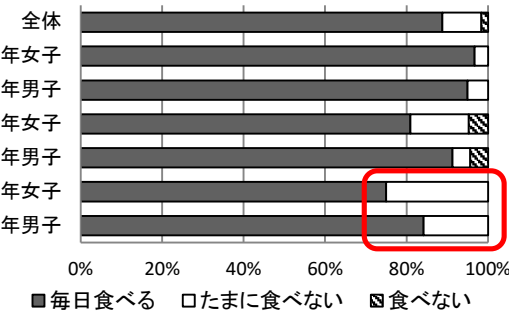


生活アンケートの結果報告



6月24日に全校生へ実施した「生活アンケート」の結果を報告いたします。
まとめてみるといろいろと課題が浮き彫りになってきます。
体も心も元気であるためには、規則正しい生活を送ることが大切です。
ご家庭でも、お子さんの生活について振り返り、一緒に考えてみましょう。

1. 朝食は、毎日食べますか。



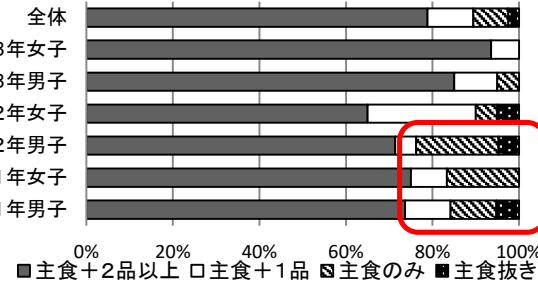
○朝食は、全体で**89%**の生徒が毎日食べて登校しているようです(昨年は89%)。一方で、たまに食べない、食べない生徒もいて、1年生の男女と2年生の女子に多かったです。

●朝食が摂れない理由は、「**食欲がない**」、「**用意されていない**」などがありました。

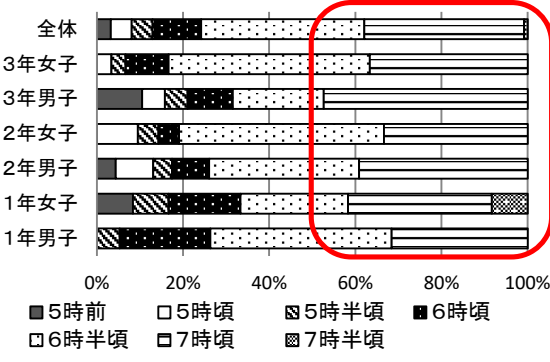
2. 朝食の内容はどんなものですか。

○主食+1品以上は食べている生徒が多いですが、「**ごはん・パンだけ**」「**フルーツだけ**」という**単品だけの生徒もいました**。

○ヨーグルトやチーズなどで手軽にプラス1品を目指しましょう。



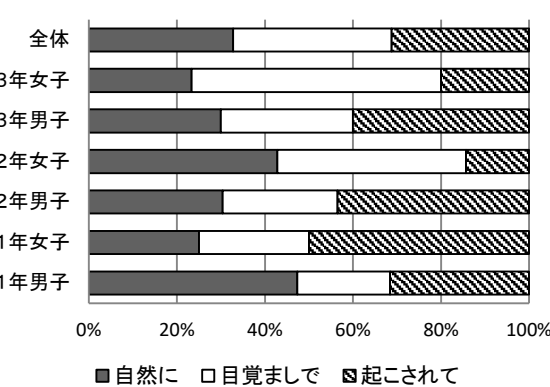
3. 平日の朝は何時頃に起きていますか。



○6時半から7時ごろまでに起床している生徒が多いようです。

●どの学年でも、**7時以降に起きる生徒の割合が3割以上で、例年になく、起きる時刻が遅い生徒の割合が高い結果でした。(昨年度25.6%)**

4. どうやって起きていますか。

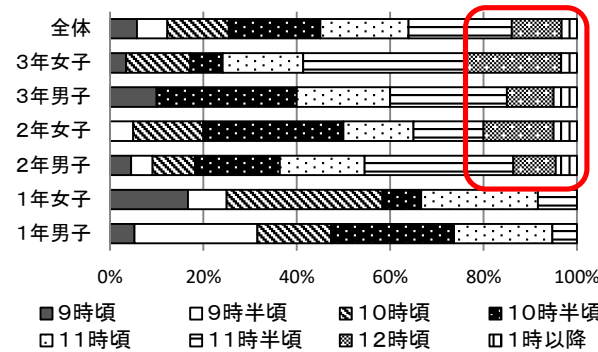


○自然に目が覚める、目覚まして起きる生徒は全体で**62%**。(昨年度は76%)

●就寝時刻が遅くなっている影響もあるのか、起こされて起きる生徒の割合が昨年度までより多い結果でした。

●朝すっきり起きられない生徒が増えている状況にあるようです。

5. 平日の夜は、何時頃に寝ますか。



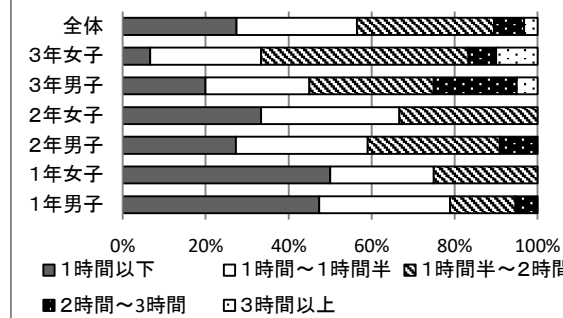
○1年生は、**11時までに9割の生徒が寝ています**。

●11時半以降に寝る生徒は全体で**36%**(昨年度は26%)。1時以降に寝ている生徒も数名みられ、**全体的に就寝時間が遅くなっているのが現状です**。

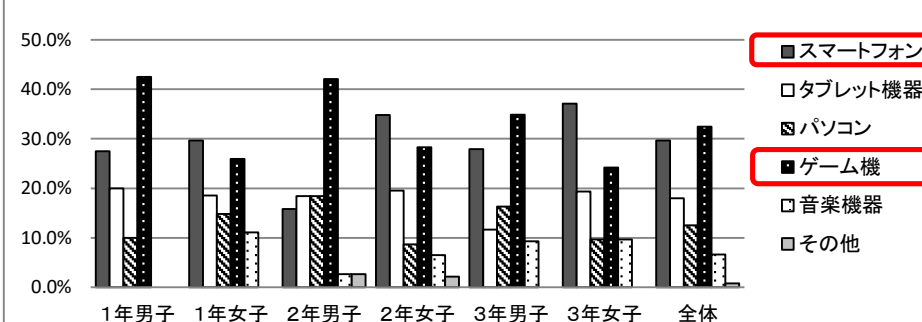
※必要な睡眠時間に個人差はありますが、中学生に必要な睡眠時間は**8～10時間**と言われており、睡眠不足の生徒が多いのが大富中の現状です。

6. 家に帰ってどれくらい勉強しますか。

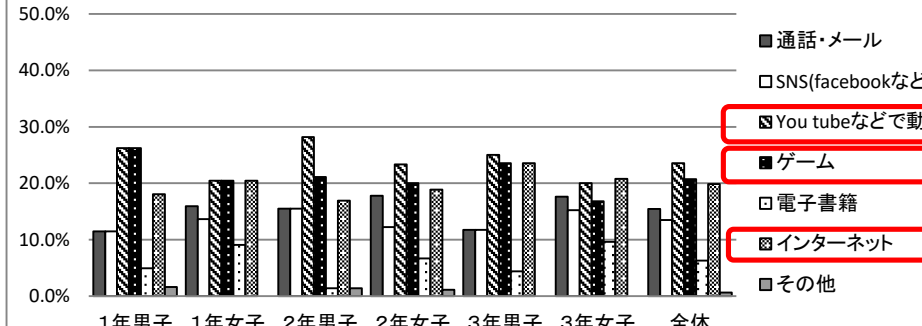
○平日の勉強時間は**1時間～2時間程度**の生徒が多いようです。
○学年があがるにつれ、学習時間が伸びる傾向にあります。
○3年生は半数以上の生徒が1時間半以上学習しています。



7-①. 家に帰ってから使用しているメディア機器はなんですか。(重複あり)

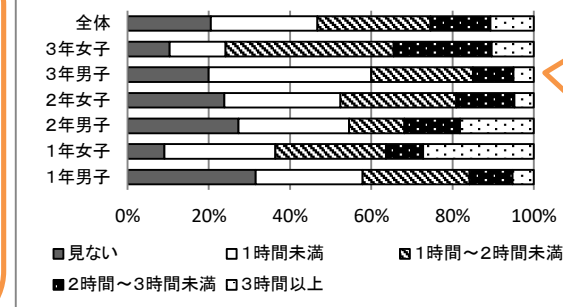


7-②. メディア機器を使用する目的はなんですか。(重複あり)



○どの学年も、男女ともに**Youtubeの動画視聴と、メディア機器を利用したゲーム**をしている生徒が多い回答でした。中でも、男子は**ゲーム機**を使用したゲーム、女子は**スマホ**を使用した**YoutubeやSNS**利用が多いようです。
○気になることがあるとすぐインターネットで調べることが、生徒たちにとってはあたりまえの日常になっています。
○全体の傾向として、一人で多種のメディア機器を使用しており、使用する目的も多いです。(すべての項目を選ぶ生徒が多かった)

7-③. 家に帰ってからテレビをどれくらいみますか。

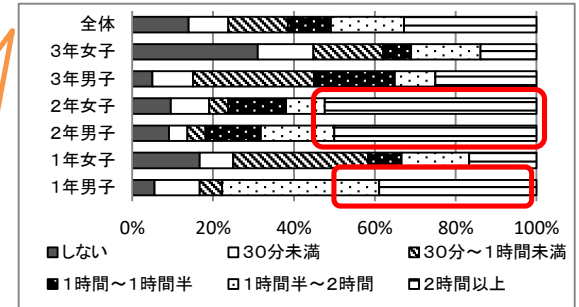


○テレビ視聴は、1時間～2時間未満が多いようです。
○昨年度までより、「見ない」と回答する生徒の割合が大きく増えました。
○女子はゲーム機の利用が少ない分、テレビの視聴時間が長い傾向にあるようです。

7-④. 家に帰ってから、ゲームをどれくらいしますか。

●男子は**1・2年生**で、女子は**2年生**で**2時間以上ゲーム**をしている生徒が多いです。

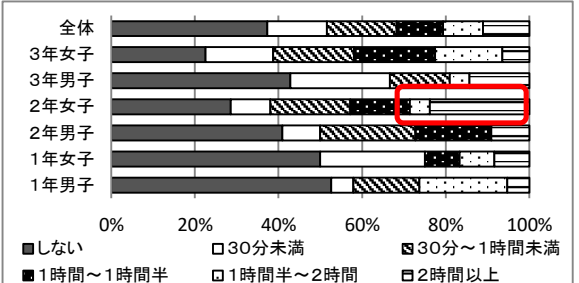
●平日の**ゲーム時間が1時間半から2時間以上**の生徒の割合は、前年度の**22.9%から32.8%**と大きく増加していました。



7-⑤. 家に帰ってから、メール・ネット・SNSの利用をどれくらいしますか。

●**2年生女子**では、**2時間以上メールやネット**を利用している生徒が**2割近く**いました。

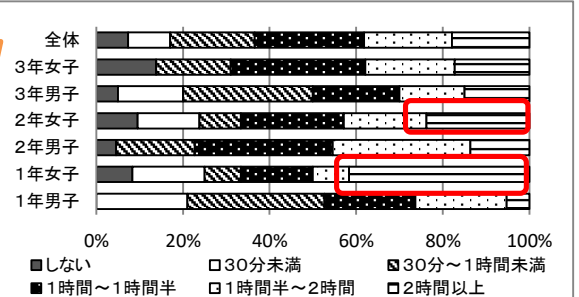
○1年生は男女とも利用しない生徒が**5割近く**いて、使用時間の個人差が大きいです。



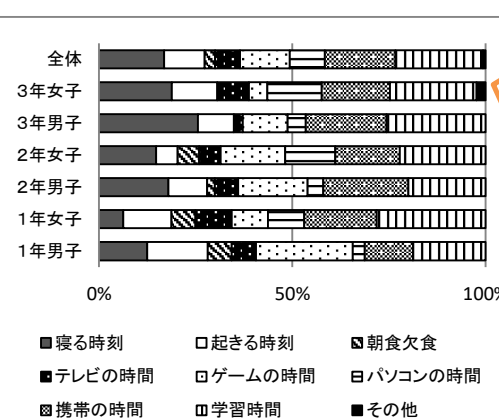
7-⑥. 家に帰ってから、Youtube等の動画視聴をどれくらいしますか。

●**1年生女子**では**4割以上**、**2年生女子**で**2割以上**が**2時間以上動画視聴**をしている生徒がいました。

○どの学年でも、半数以上の生徒が毎日1時間以上動画視聴をしているようです。



8. 自分の生活習慣に関して課題と思われるものはなんですか。(重複あり)



●生徒が課題と感じているものは、
①**学習時間 (22.6%)**
②**Youtubeなどの動画視聴 (18.2%)**
③**寝る時刻 (16.9%)**
④**ゲームの時間 (12.8%)**の順でした。

学習時間が短いという大富中生の課題を解決するにはどうすればいいか、結果から自ずと見えてきましたね。
夏休みは、ぜひ生活リズムを意識して過ごしてくださいね。