



### <冬休み元気アップ大作戦結果について>

- 1 調査期間 12月24日～1月9日の17日間
- 2 対象者数 低学年/32名 中学年/28名 高学年/42名
- 3 回答方法 マイクロフォームによる回答
- 4 回答率 低学年/約48.3% 中学年/約35.7% 高学年/約39.8%

#### 【考察】

##### <テレビの視聴時間>

・低中学年では、1時間～2時間未満が一番多く、高学年では1時間未満が一番多かった。5時間以上視聴時間しているのは低学年に多かった。

##### <ゲームの時間>

・低中学年では、1時間未満が一番多く、高学年では1時間～2時間未満が一番多かった。5時間以上ゲームをしているのは低学年に多かった。

##### <ネット動画等の視聴時間>

・低中高学年とも、1時間未満が一番多かった。5時間以上視聴しているのは低学年に多かった。

##### <起床時間>

・低中学年は6時代に、高学年は7時代に起きる人が多かった。10時以降に起きる人は低学年に多かった。

##### <就寝時間>

・低中学年は9時代に、高学年は10時代に寝る人が多かった。12時以降に寝る人は低学年に多かった。

##### <歯みがき>

・全学年で、夜の歯みがきをする人は多かった。高学年では、朝昼夜の歯みがきができている人が多かった。

##### <室内外での運動>

・中高学年では、「たくさんした」「した」と回答した人を合わせると、約8割を超えていた。

・低学年では、約3割が運動ができなかったと回答した。

##### <生活のめあてと振り返り>

・めあてで一番多かったのは、全学年とも「早寝早起き」だった。

・振り返りでは、「よく守れた」「守れた」と回答した人を合わせると、全学年で約9割以上を超えていた。



