

学び合い・思いやり・元気なえびなっ子プラン 生活習慣定着への第一歩

調査結果がまとまりました

朝ご飯を食べない子や夜遅くまで起きていて、朝起きるのが遅い子。一日のうち、テレビゲームや携帯電話に多くの時間をかけている子など、今、子どもたちの生活の乱れが問題となつてい

ます。市教育委員会では、子どもたちに基本的な生活習慣を定着させることを目的として、今年度「学び合い・思いやり・元気なえびなっ子プラン」を策定し、さまざまな取り組みを進めています。今回は、その中の「朝のあいさつ運動」と「子どもたちの生活習慣等調査」について紹介します。

◎生活習慣等調査の結果

この調査は、子どもたちの生活習慣などの実態を把握するため、ことし6月から7月にかけて、市内の全小・中学校の児童・生徒約1万700人を対象に実施しました(回答率約97%)。

この結果、「寝る時間が遅い」「テレビやゲームをする時間が長い」「携帯電話を使う時間が長い」、また「普段いららしている子」や「学校で眠くなってしまう子」が多いなど、子どもたちの生活の乱れ、問題点が明らかになりました。

◎「朝のあいさつ運動」実施中



今年度の取り組みの重点である「朝のあいさつ運動」を9月1日から実施。市内の小・中学校や保育園・幼稚園を中心に、登校・登園する子どもたちに、職員が元気よく「おはようございます」と声を掛けています。今後も、地域の自治会などの協力を得ながら「市民総がかり」の取り組みとして実施していきます。

◇調査内容・結果

★は教育委員会からの補足意見です

【質問1】朝ごはんを毎日食べているか

【結果】全体(以降、学年を特定するもの以外は同様)で約9割が朝ごはんを毎日食べているが、1割は毎日食べているわけではない。学年が上がるにつれて割合が増える傾向にあり、中学3年生では19・7割でした。

★朝ごはんは一日の活動のエネルギーになります。元気で活力ある生活を送るために、朝ごはんは毎日必ず食べさせるよう、家庭での協力をお願いします。

【質問2】朝は普段何時ごろ起きるか

【結果】7時前に起きている割合が多いが、7時30分以降に起きる子も4.1割います。これも全体的に中学生の方が遅い傾向にあります。

★時間に余裕がないと朝ごはんもすっかり取れず、あわただしい一日の始まりになってしまいます。

【質問3】夜は普段何時ごろに寝るか

【結果】「9時〜9時30分」が一番多く22・0割で、この前後1時間を含めると65・5割でした。12時以降に寝る子が7.4割いることも分かりました(グラフ1)。

★中学3年生の78・2割は11時以降、36・4割は12時以降に寝ているなど、受験勉強に熱心に取り組んでいるということがあると思われ、ゲームや携帯電話の使用で夜更かしをしているのではないかとすることも心配されます。

【質問4】今の体の調子はどうか

【結果】「あまりよくない」「よくない」という回答が合わせて9.3割。これも、小学生より中学生が多く、中学3年生では17・7割でした。

★1〜2割の子が、体調不良を感じているということが分かりました。

【質問5】いろいろなことに「当てる」ことが多いか

【結果】「当てはまる」「どちらかといえば当てはまる」を合わせると、41・5割という結果でした(グラフ2)。

★これも学年が上がるにつれて増加する傾向にあり、小学校6年生は42・4割、中学校3年生は55・0割となり、子どもたちは、さまざま

【質問6】学校で眠くなることが多いか

【結果】「1週間に3、4日ある」と「ほとんど毎日ある」を合わせると、29・9割で、約3割が眠くなることが多いという結果でした(グラフ3)。

★小学校2年生は17・2割、4年生は19・9割、6年生は34・9割、中学3年生は53・3割で、これも学年が上がるにつれて増加しています。学校で眠さを感じながら生活していると、なかなか意欲がわかず、学習効率も上がらないことが心配です。

【質問7】家の人と学校での出来事について話をしているか

【結果】「あまり話さない」「まったく話さない」を合わせると18・7割で、男女を比べると、男子の方があまり話さないという傾向にあります(グラフ4)。

★成長するにつれて、話さなくなるという傾向も見られました。文部科学省の調査では、よく話す子の方が、学力調査の結果が良いということが報告されています。

【質問8】1日のゲームの使用時間

【結果】全体的には1時間未満が多いものの、3時間以上使用している子が8.4割いました。なお、3時間以上使用している割合は、中学生よりも小学生に多く、また、女子よりも男子の方が

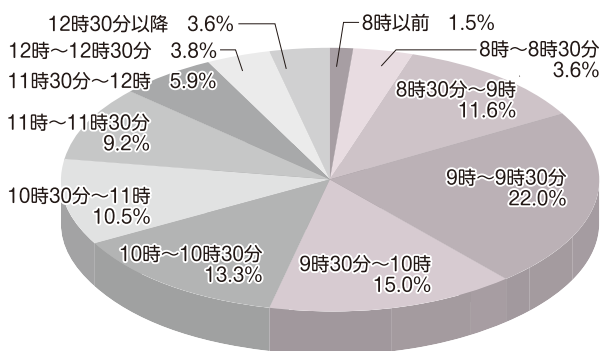
【質問9】1日のテレビの視聴時間

【結果】「4時間以上」「3時間以上4時間未満」が26・2割で最も多く、「3時間以上4時間未満」の17・9割と合わせると44・1割になり、4割以上が1日のうち3時間以上テレビを見ていることが分かりました(グラフ5)。

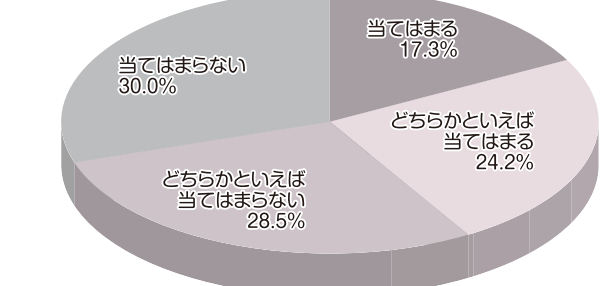
★3時間以上見ている割合が最も高かったのは、小学校6年生の56・5割で、全国平均(平成21年調査)233・7(77)。

図(=問い合わせ先)の電話番号は各部署への直通電話の番号です

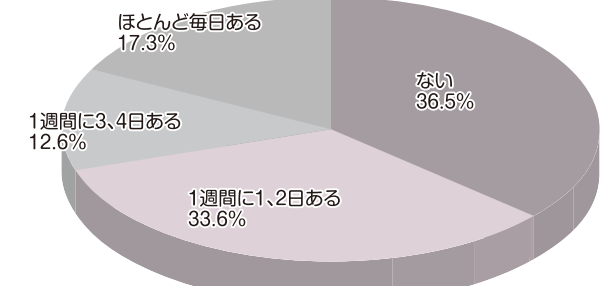
【グラフ1】質問3 夜は普段何時ごろ寝るか



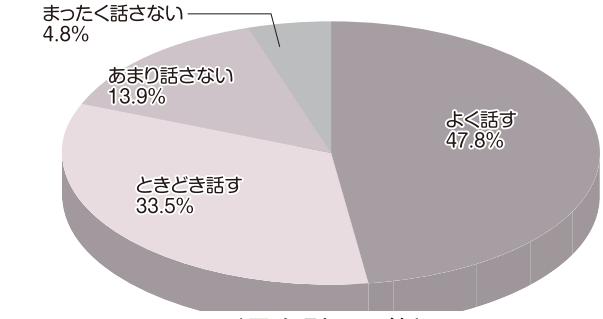
【グラフ2】質問5 いろいろなことに「当てる」ことが多いか



【グラフ3】質問6 学校で眠くなることが多いか



【グラフ4】質問7 家の人と学校での出来事について話をするか



〈男女別の回答〉

男子	37.4	37.3	18.2	7.1
女子	58.7	29.5	9.3	2.5
	よく話す	ときどき話す	あまり話さない	まったく話さない

【グラフ5】質問9 1日のテレビの視聴時間

