

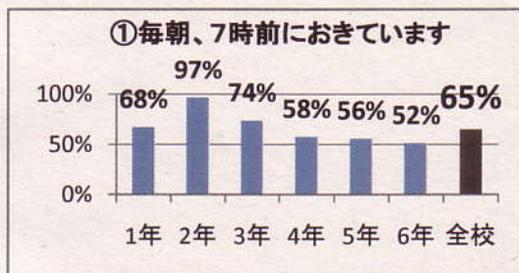
保護者様

和みの学び舎
世田谷区立東玉川小学校
校長 新村 出

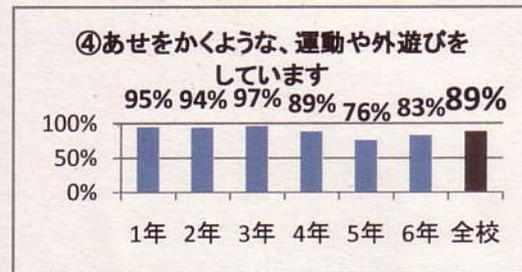
平成24年度 健康生活アンケート集計結果について

「早寝・早起き・朝ごはん」などの基本的な生活習慣は、身体の健康だけではなく、心や学習にも影響を与えているといわれています。本年度の集計結果をお知らせいたします。

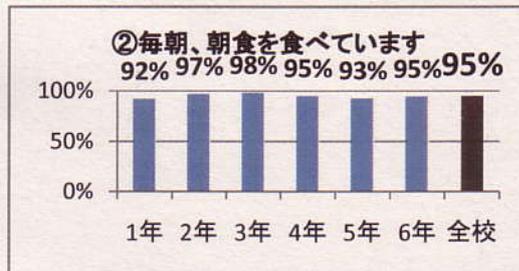
- 1、調査対象 東玉川小児童 1年生～6年生 児童 418名
- 2、調査日時 平成24年7月17日～19日
- 3、調査人数 409名(有効回答)
- 4、調査方法 無記名による記入式



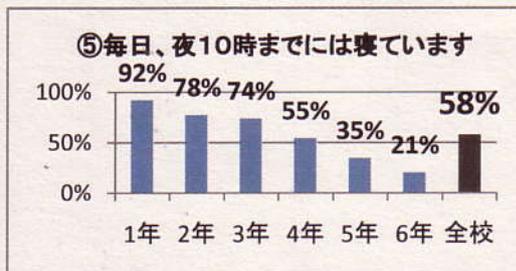
①の項目・・・昨年度(全校) 54%



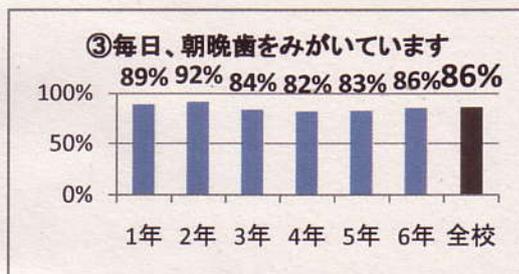
④の項目・・・昨年度(全校) 82%



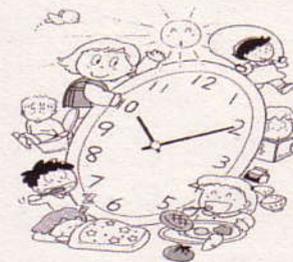
②の項目・・・昨年度(全校) 97%



⑤の項目・・・昨年度(全校) 52%



③の項目・・・昨年度(全校) 84%



お子さんは、毎日の学習や運動で、もっている力を十分発揮できる体調でしょうか？

- (1) 学校では、外遊びの奨励や、計測時に「食・運動・睡眠」に関する保健指導等を実施しています。ご家庭での環境づくりや声かけも効果的に行なわれているためか、昨年度に比べて、生活習慣について「はい」と答えたお子さんの割合が高くなっています。
- (2) 歯みがきの習慣はほぼ身に付いてきています。今後も、ご家庭での声かけ・仕上げみがきに加え、学校での歯科指導を継続していきたいと思います。
- (3) 睡眠時には、脳の中で情報(学習したことなど)の整理や、血管や内臓などの修復作業が行われます。必要な睡眠時間は個人差がありますが、体や脳が著しく成長する児童期には、約8～9時間の睡眠時間を確保したいものです。