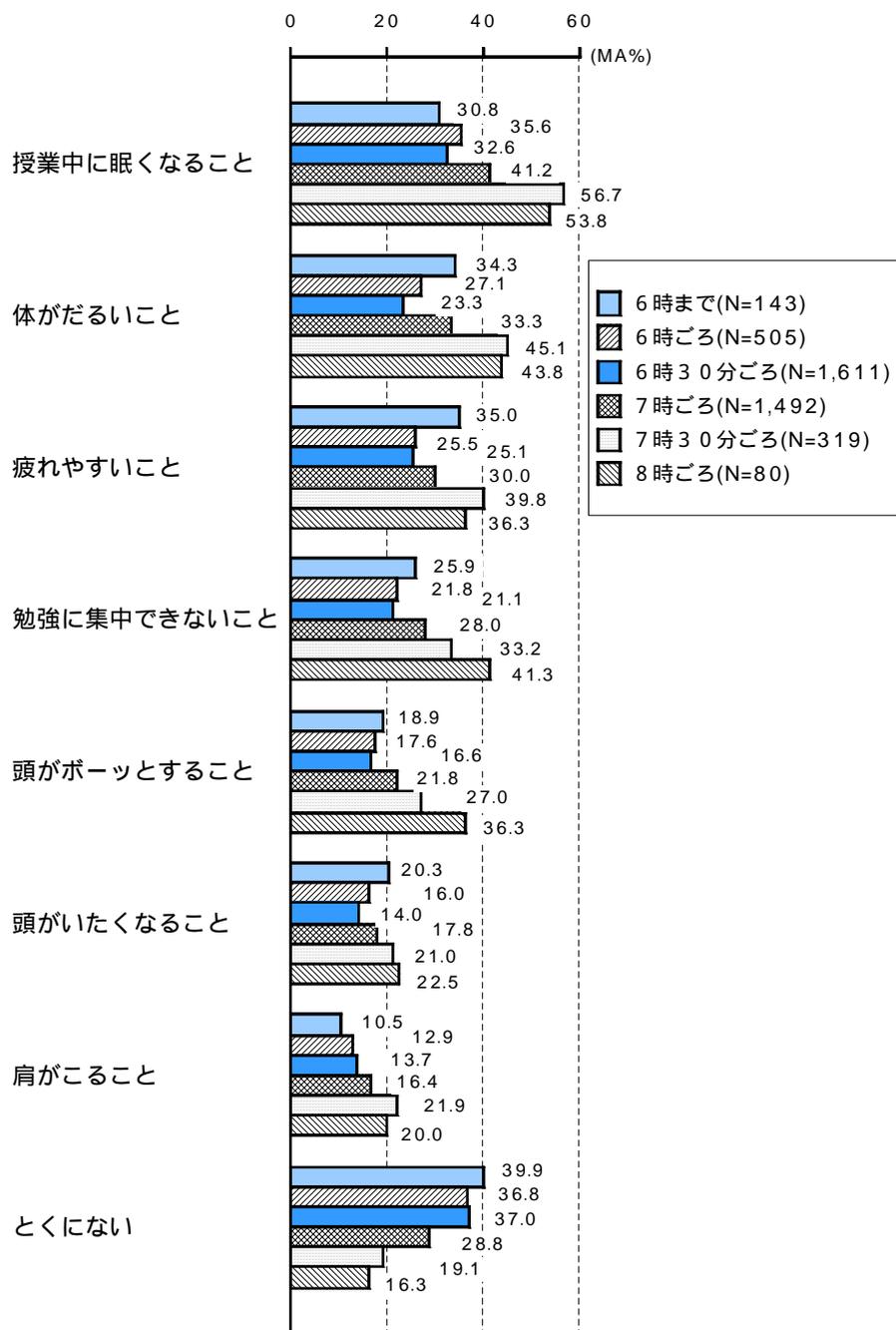


第2章:子どもの生活リズムと体調・意欲との関係【前期調査】

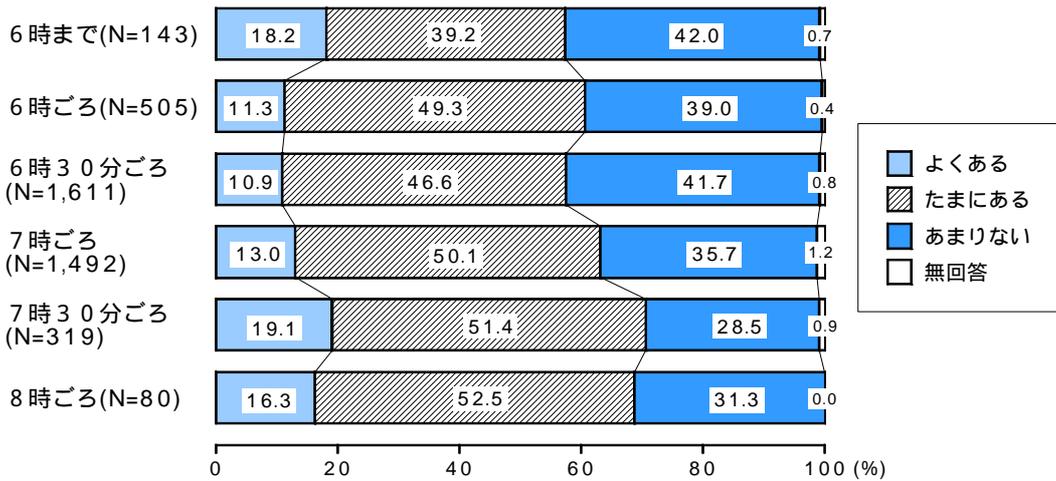
第1節 起床時刻との関係性

2 - 1 - 1 : 体調の状況と起床時刻との関係



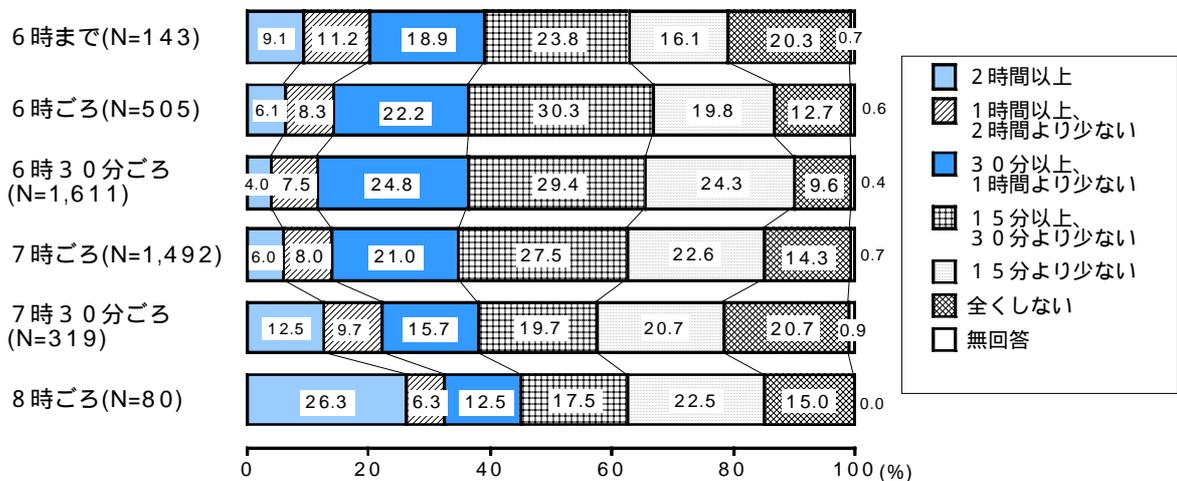
体調の状況と起床時刻との関係は、「授業中に眠くなること」では、起床時刻が「7時30分ごろ」の人が56.7%、「8時ごろ」が53.8%と高く、「体がだるいこと」では、起床時刻が「7時30分ごろ」の人が45.1%、「8時ごろ」が43.8%と高くなっている。

2 - 1 - 2 : 気持ちのイライラと起床時刻との関係



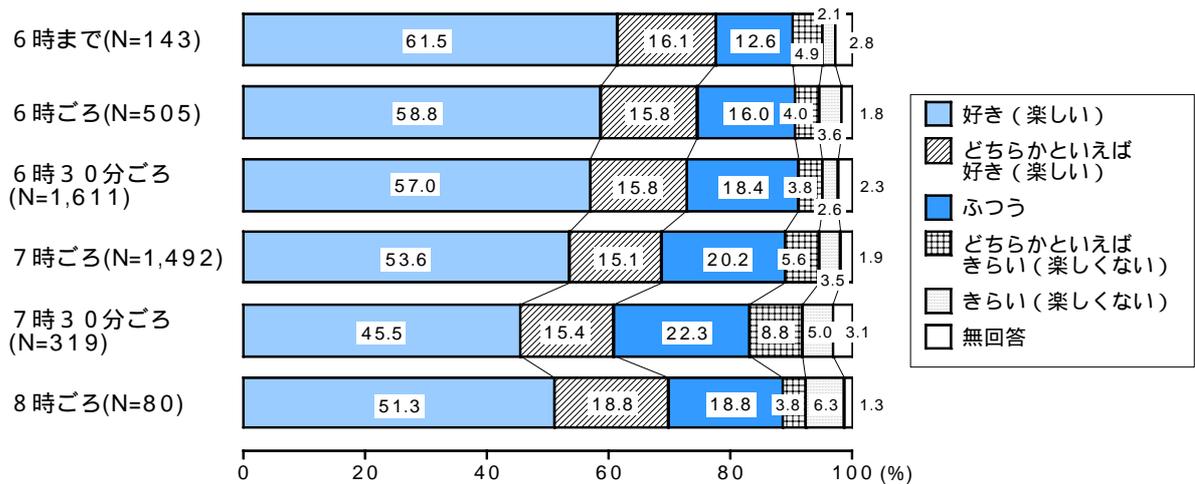
気持ちのイライラと起床時刻との関係は、イライラ感が「よくある」人は、起床時刻が「7時30分ごろ」の人で19.1%、「6時まで」で18.2%、「8時ごろ」で16.3%と高くなっている。

2 - 1 - 3 : 学校外での勉強時間と起床時刻との関係



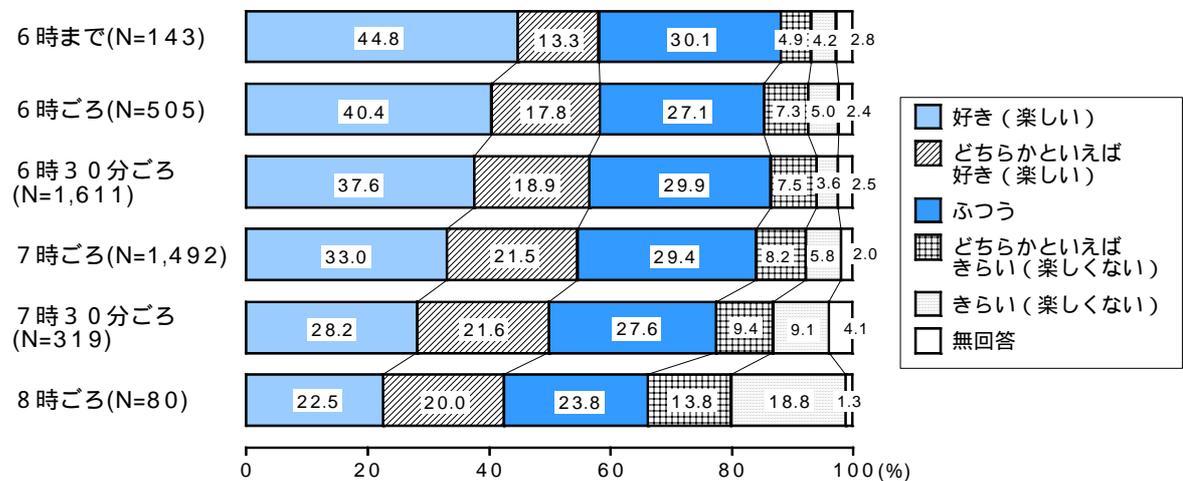
学校外での勉強時間と起床時刻との関係は、起床時刻が「6時ごろ」「6時30分ごろ」の半数以上が勉強時間「30分以上、1時間より少ない」「15分以上、30分より少ない」に集中している。起床時刻が「8時ごろ」は、勉強時間「2時間以上」が26.3%と高くなっている。

2 - 1 - 4 : 運動の好き嫌いとは起床時刻との関係



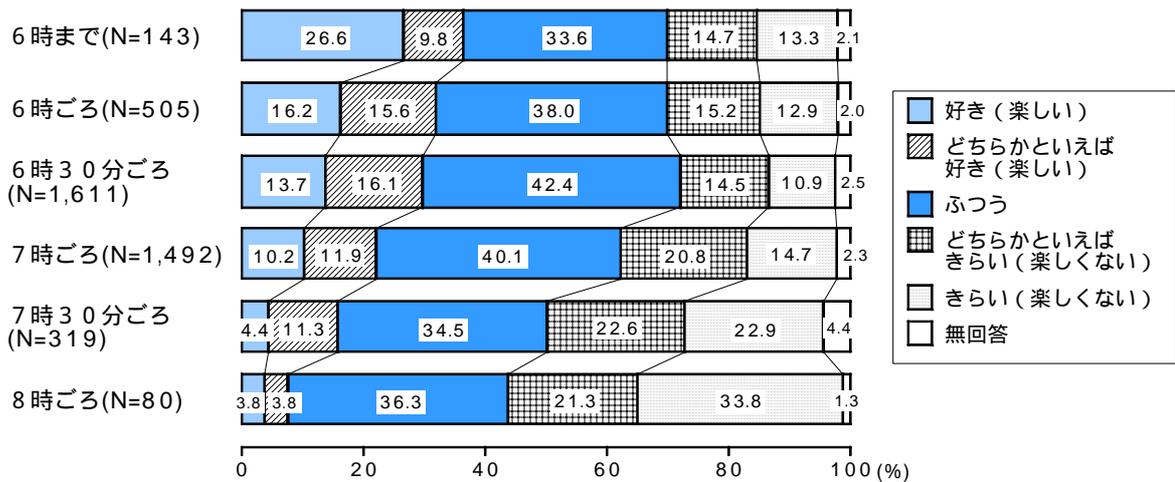
運動の好き嫌いとは起床時刻との関係は、起床時刻が「6時まで」では、『好き(楽しい)』が77.6%と高い。一方、起床時刻が「7時30分ごろ」では『好き(楽しい)』が60.9%で、『嫌い(楽しくない)』が13.8%となっている。

2 - 1 - 5 : 読書の好き嫌いとは起床時刻との関係



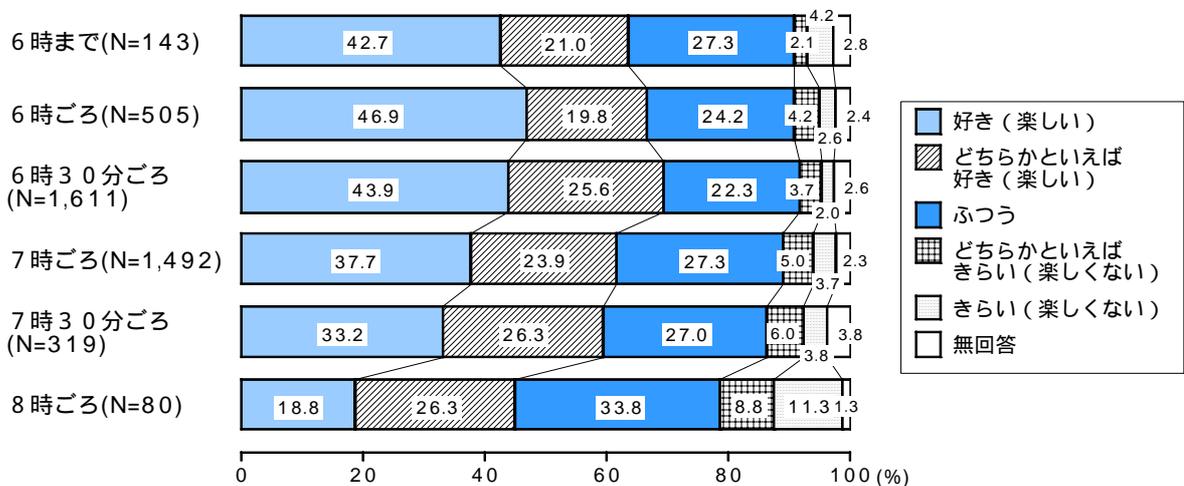
読書の好き嫌いとは起床時刻との関係は、起床時刻が「6時まで」では、『好き(楽しい)』が58.1%と高い。一方、起床時刻が「8時ごろ」では『好き(楽しい)』が42.5%で、『嫌い(楽しくない)』が32.6%となっている。

2 - 1 - 6 : 勉強の好き嫌いとは起床時刻との関係



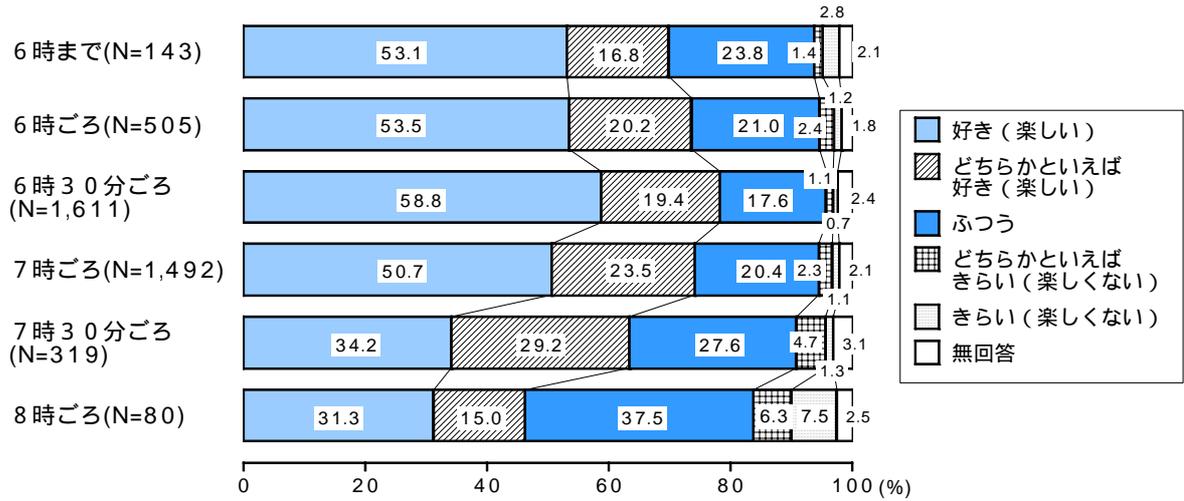
勉強の好き嫌いとは起床時刻との関係は、起床時刻が「6時まで」では『好き(楽しい)』が36.4%と『きらい(楽しくない)』の28.0%を上回っている。起床時刻が「8時ごろ」では『好き(楽しい)』が7.6%で、『きらい(楽しくない)』の55.1%を下回っている。

2 - 1 - 7 : 学校生活の好き嫌いとは起床時刻との関係



学校生活の好き嫌いとは起床時刻との関係は、「好き(楽しい)」の割合は起床時刻が「6時ごろ」で46.9%と高く、『好き(楽しい)』では「6時30分ごろ」で69.5%と高くなっている。起床時刻が「8時ごろ」では『好き(楽しい)』が45.1%で、『きらい(楽しくない)』は20.1%となっている。

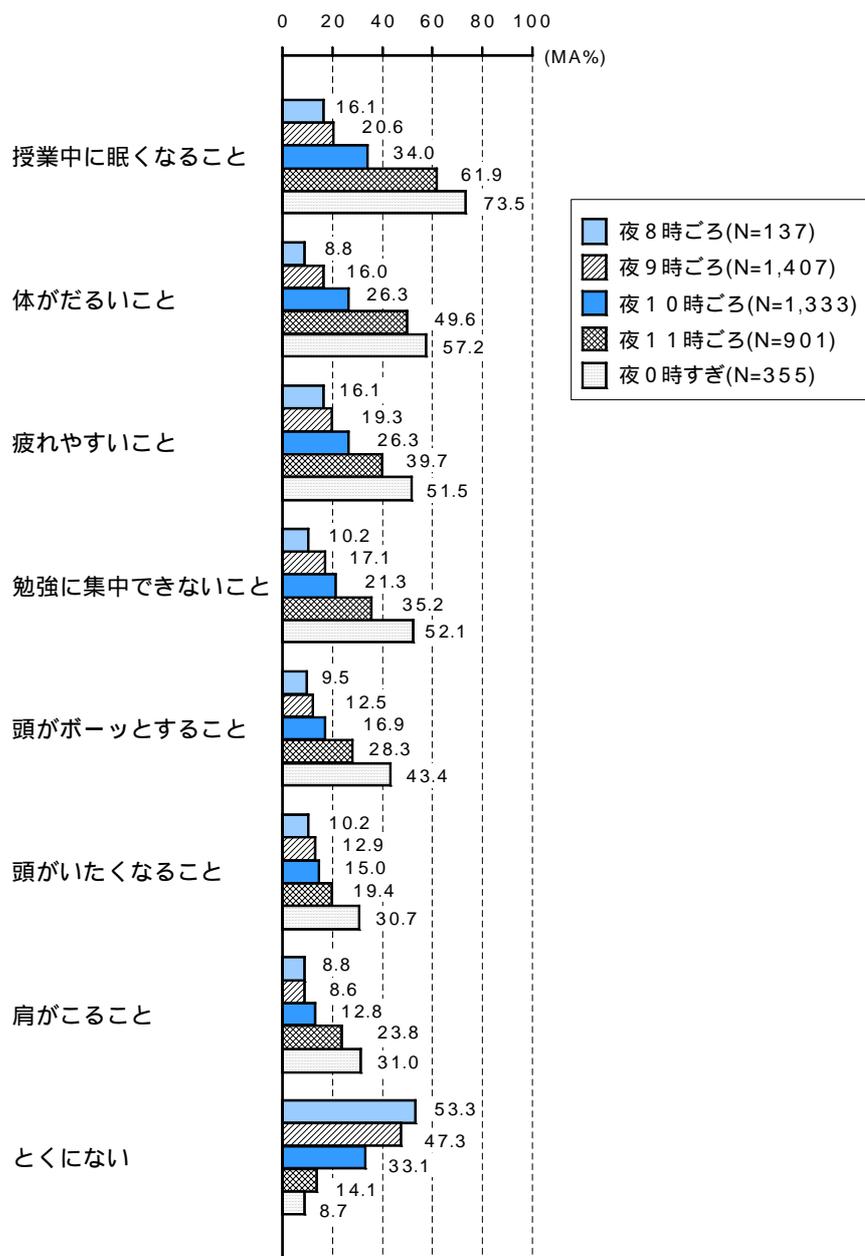
2 - 1 - 8 : 家庭生活の好き嫌いと起床時刻との関係



家庭生活の好き嫌いと起床時刻との関係は、『好き(楽しい)』の割合は起床時刻が「6時30分ごろ」で78.2%と高く、起床時刻が「8時ごろ」では『好き(楽しい)』が46.3%、『嫌い(楽しくない)』は13.8%となっている。

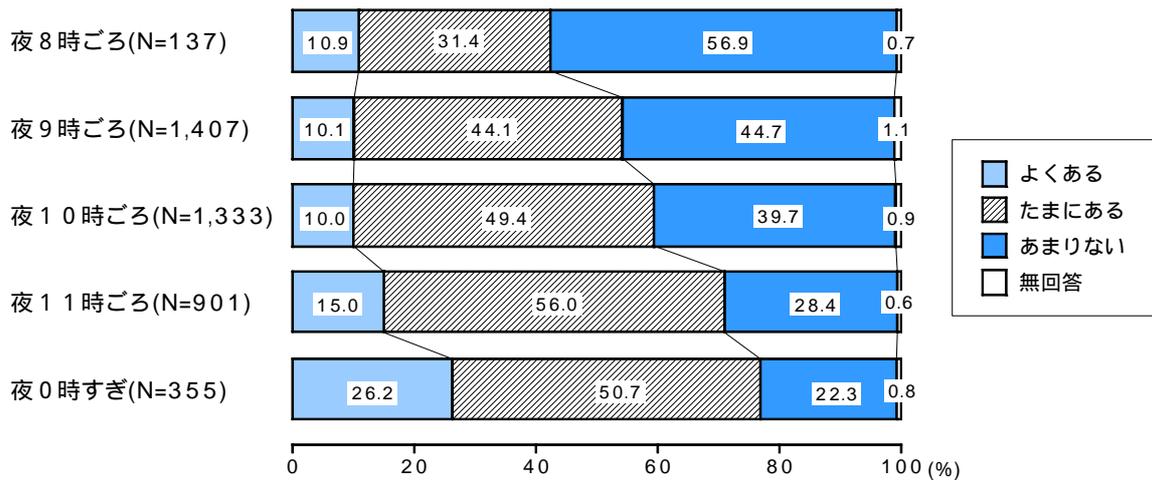
第2節 就寝時刻との関係性

2 - 2 - 1 : 体調の状況と就寝時刻との関係



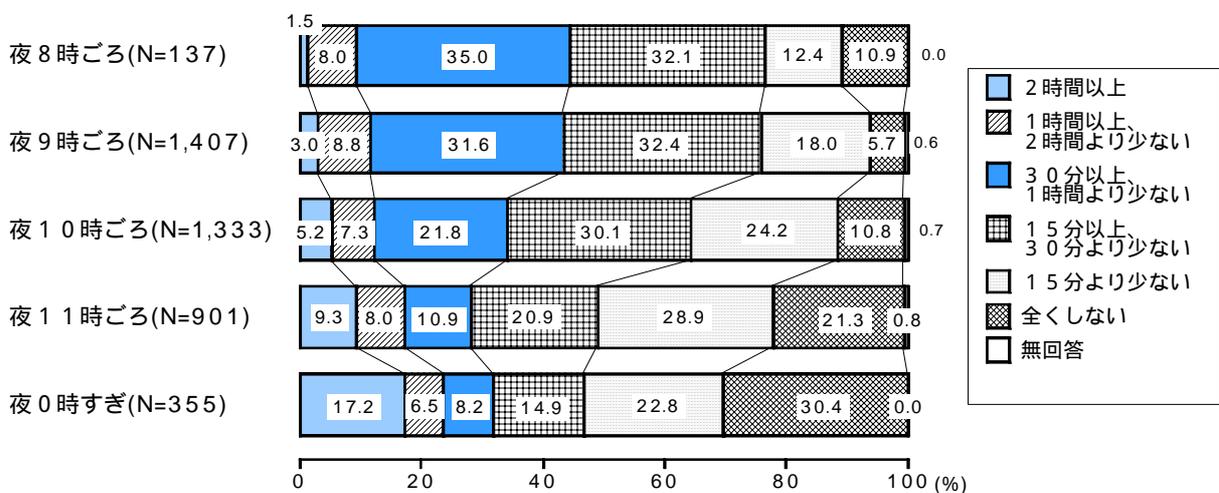
体調の状況と就寝時刻との関係は、「授業中に眠くなること」では、就寝時刻が「夜0時すぎ」で73.5%、「夜11時ごろ」で61.9%と高く、「体がだるいこと」では、就寝時刻が「夜0時すぎ」で57.2%、「夜11時ごろ」で49.6%と高くなっている。

2 - 2 - 2 : 気持ちのイライラと就寝時刻との関係



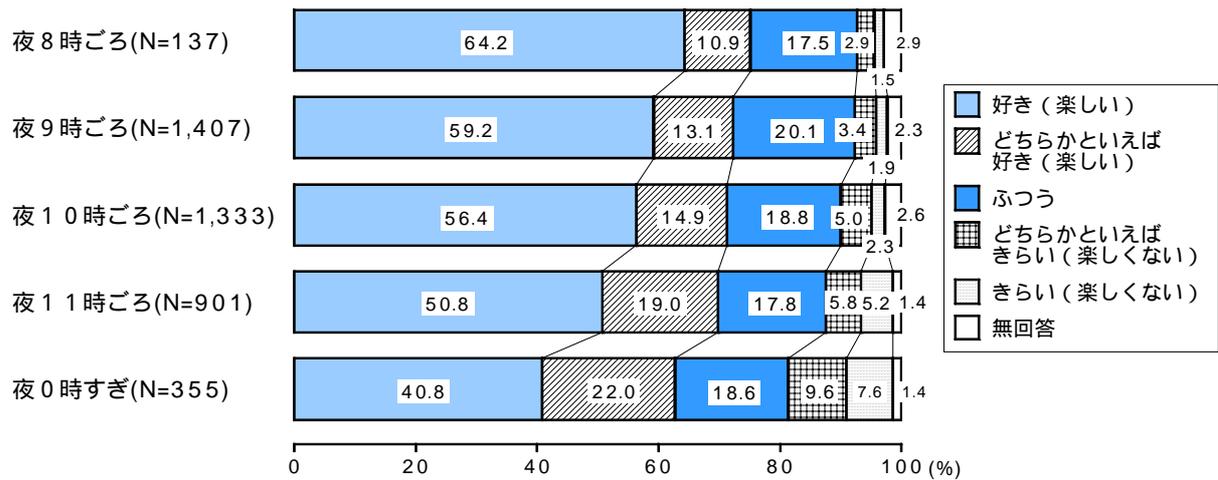
気持ちのイライラと就寝時刻との関係は、「夜0時すぎ」では76.9%がイライラを感じている。就寝時刻が「夜8時ごろ」ではイライラ感が「あまりない」が56.9%と半数以上となっている。

2 - 2 - 3 : 学校外での勉強時間と就寝時刻との関係



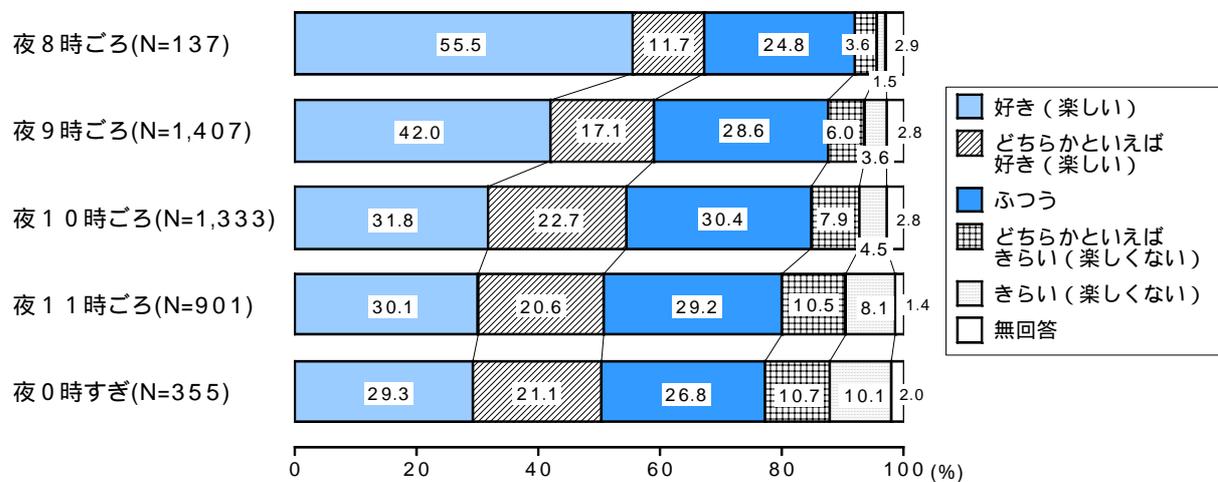
学校外での勉強時間と就寝時刻との関係は、「夜0時すぎ」では17.2%となっている。就寝時刻が「夜8時ごろ」、「夜9時ごろ」では勉強時間が「30分以上、1時間より少ない」、「15分以上、30分より少ない」に6割が集中している。

2 - 2 - 4 : 運動の好き嫌いとは就寝時刻との関係



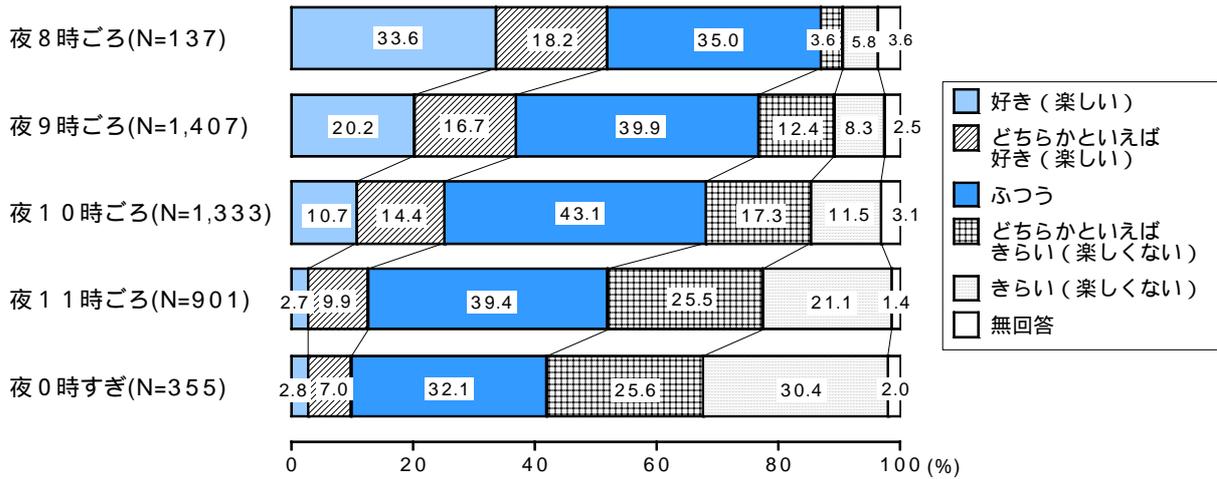
運動の好き嫌いとは就寝時刻との関係は、「夜8時ごろ」では『好き(楽しい)』が64.2%となっている。「夜0時すぎ」では「好き(楽しい)」は40.8%で、『嫌い(楽しくない)』は17.2%となっている。

2 - 2 - 5 : 読書の好き嫌いとは就寝時刻との関係



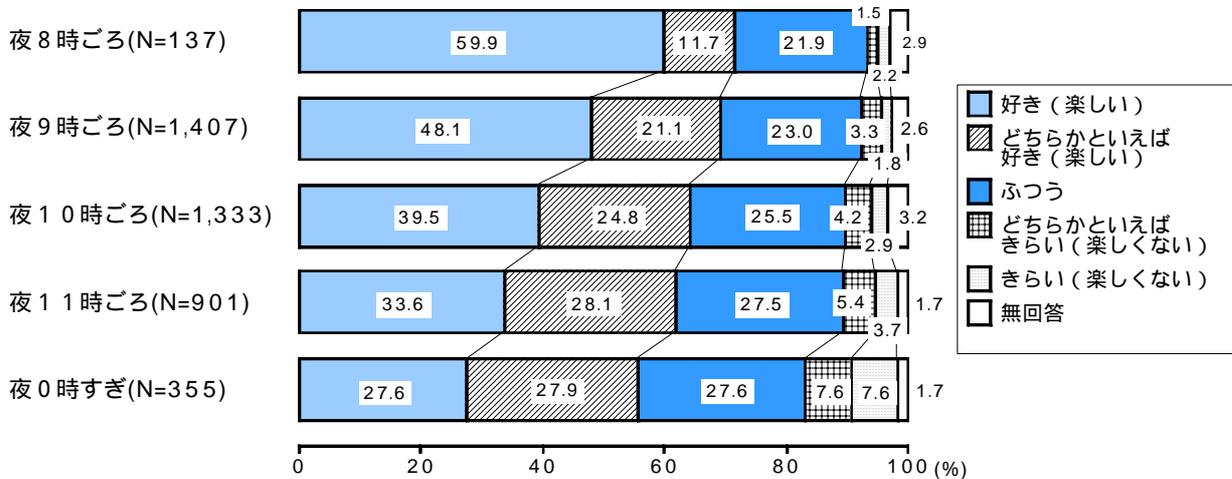
読書の好き嫌いとは就寝時刻との関係は、「夜8時ごろ」では『好き(楽しい)』55.5%となっている。一方、「夜0時すぎ」では『嫌い(楽しくない)』が20.8%、「夜11時ごろ」では18.6%となっている。

2 - 2 - 6 : 勉強の好き嫌いとは就寝時刻との関係



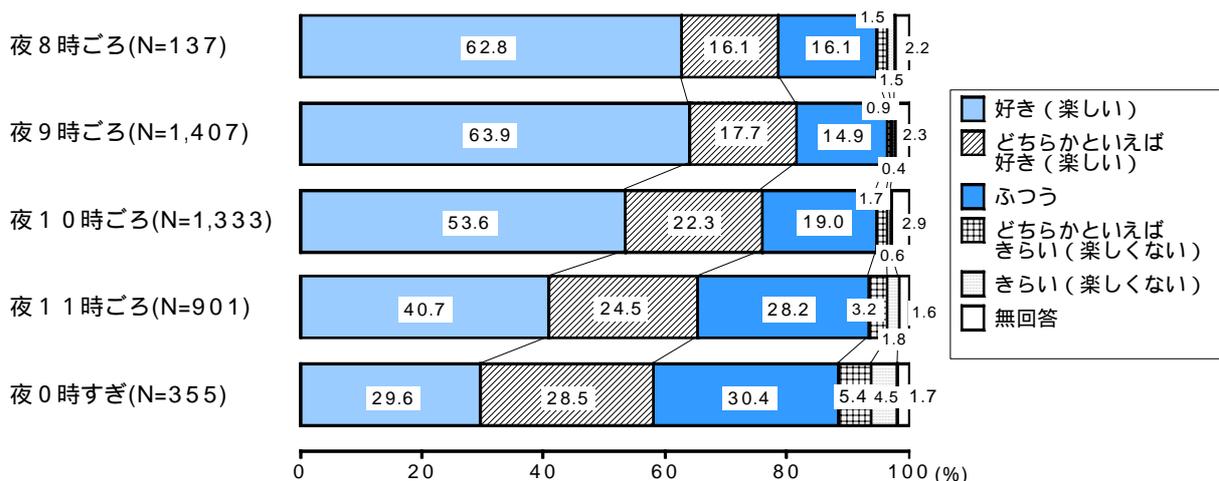
勉強の好き嫌いとは就寝時刻との関係は、「夜8時ごろ」では『好き(楽しい)』が51.8%となっている。一方、『嫌い(楽しくない)』は、「夜0時すぎ」で56.0%、「夜11時ごろ」では46.6%となっている。

2 - 2 - 7 : 学校生活の好き嫌いとは就寝時刻との関係



学校生活の好き嫌いとは就寝時刻との関係は、『好き(楽しい)』が「夜8時ごろ」で71.6%、「夜9時ごろ」で69.2%となっている。「夜0時すぎ」では『好き(楽しい)』は55.5%で、『嫌い(楽しくない)』は15.2%となっている。

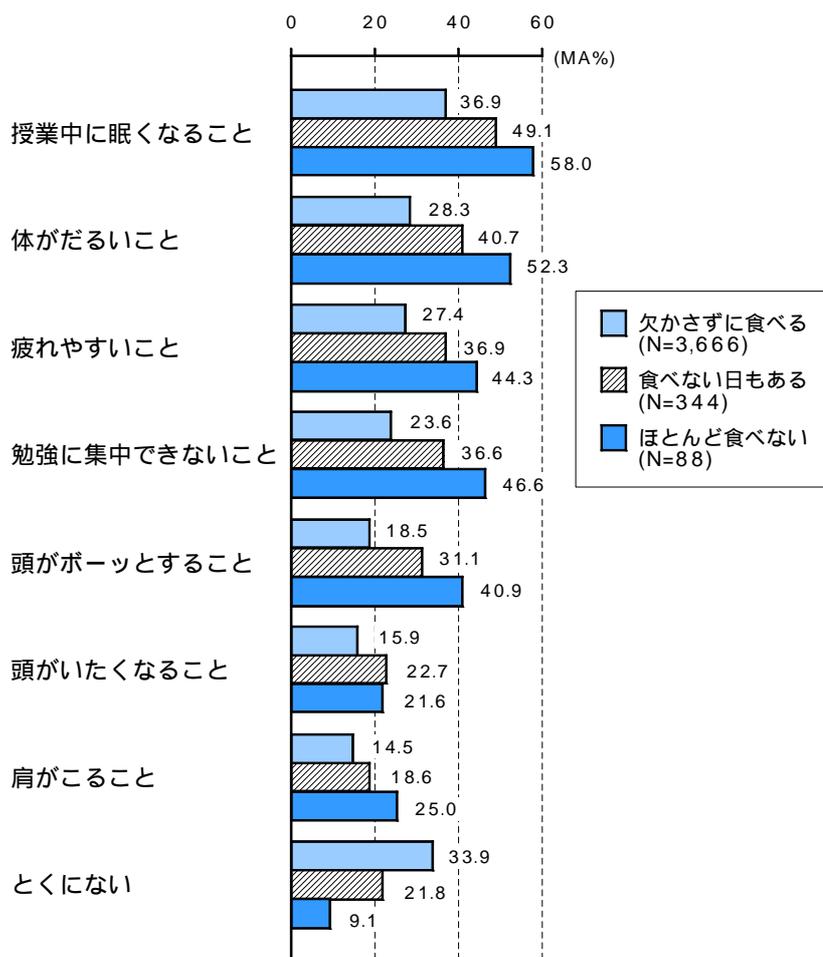
2 - 2 - 8 : 家庭生活の好き嫌いとは就寝時刻との関係



家庭生活の好き嫌いとは就寝時刻との関係は、『好き(楽しい)』は就寝時刻が「夜9時ごろ」で81.6%と最も高く、「夜8時ごろ」でも78.9%となっている。「夜0時すぎ」では『好き(楽しい)』は58.1%で、『嫌い(楽しくない)』は9.9%となっている。

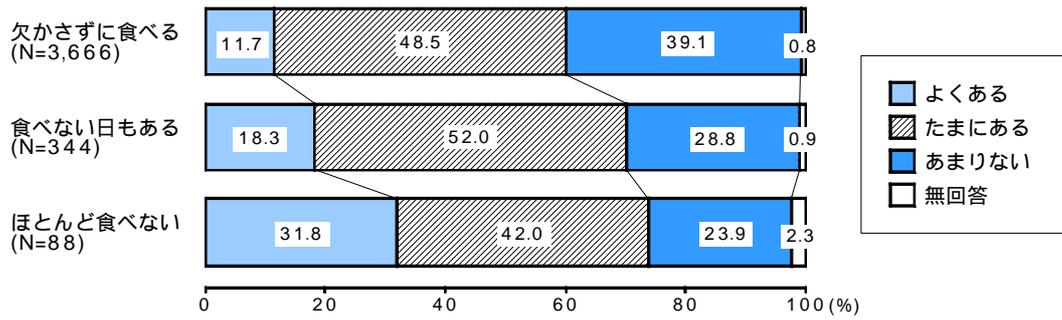
第3節 朝食との関係性

2 - 3 - 1 : 体調の状況と朝食との関係



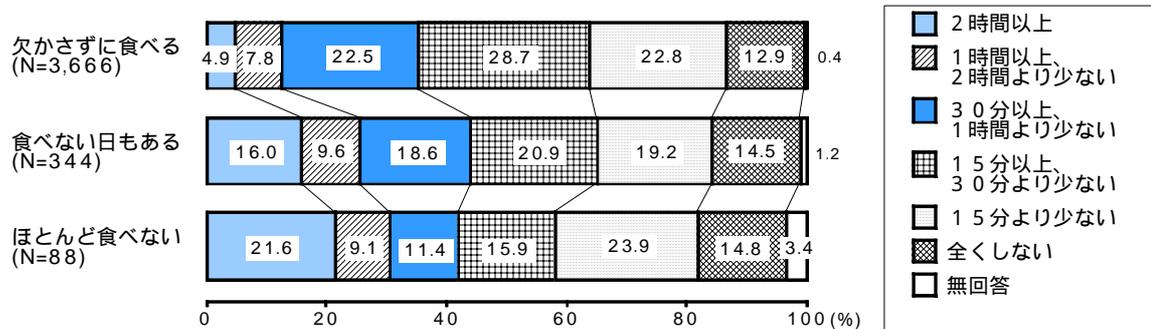
体調の状況と朝食との関係では、ほとんどの項目で朝食を「ほとんど食べない」で割合が最も高く、「授業中に眠くなること」では、58.0%、「体がだるいこと」では、52.3%と半数を超えている。

2 - 3 - 2 : 気持ちのイライラと朝食との関係



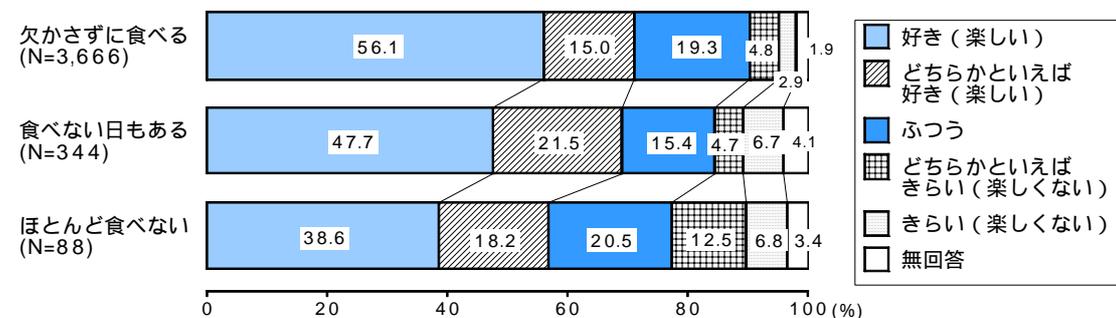
気持ちのイライラと朝食との関係は、イライラ感が『ある』割合は朝食を「ほとんど食べない」で73.8%と高く、特に、イライラを感じる事が「よくある」は31.8%で「欠かさずに食べる」(11.7%)と比べ、高くなっている。

2 - 3 - 3 : 学校外での勉強時間と朝食との関係



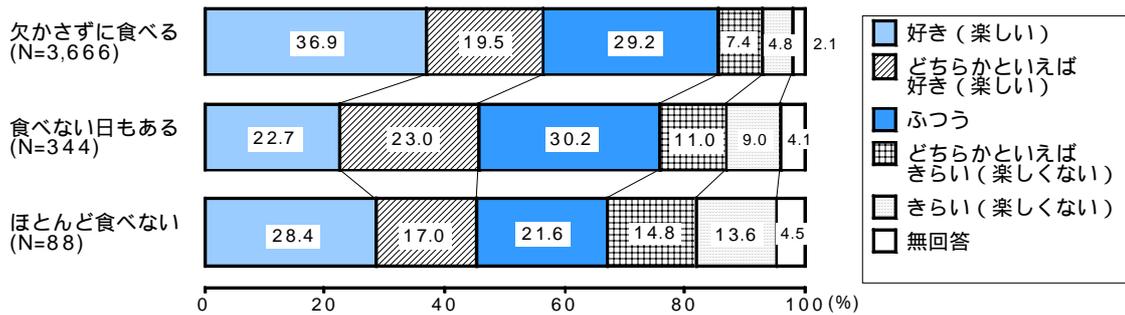
学校外での勉強時間と朝食との関係は、朝食を「欠かさずに食べる」では勉強時間が「30分以上、1時間より少ない」、「15分以上、30分より少ない」、「15分より少ない」に7割以上が集中しており、いずれも2割台となっている。朝食を「ほとんど食べない」では「2時間以上」が21.6%となっている。

2 - 3 - 4 : 運動の好き嫌いとは朝食との関係



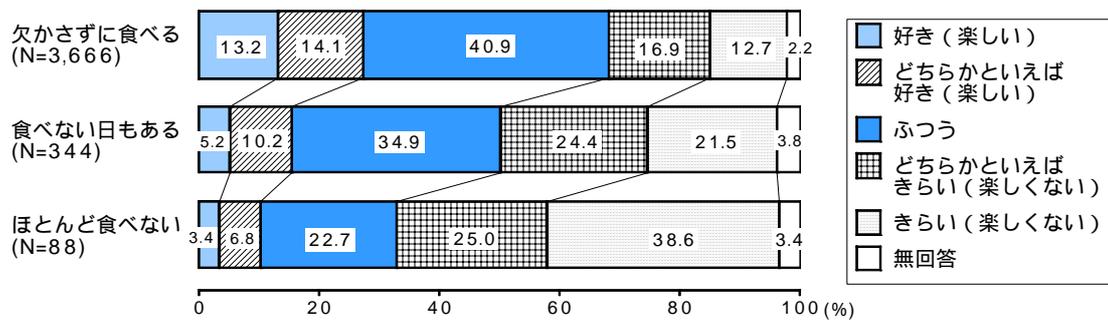
運動の好き嫌いとは朝食との関係は、朝食を「欠かさずに食べる」で「好き(楽しい)」が56.1%と高くなっている。朝食を「ほとんど食べない」では「好き(楽しい)」が38.6%で、『きらい(楽しくない)』は19.3%となっている。

2 - 3 - 5 : 読書の好き嫌い朝食との関係



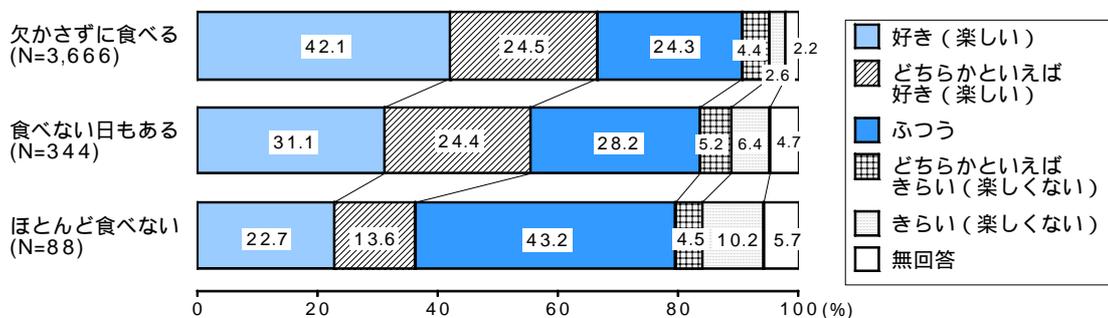
読書の好き嫌い朝食との関係は、朝食を「欠かさずに食べる」で『好き(楽しい)』が56.4%と高くなっている。朝食を「ほとんど食べない」では『嫌い(楽しくない)』が28.4%となっている。

2 - 3 - 6 : 勉強の好き嫌い朝食との関係



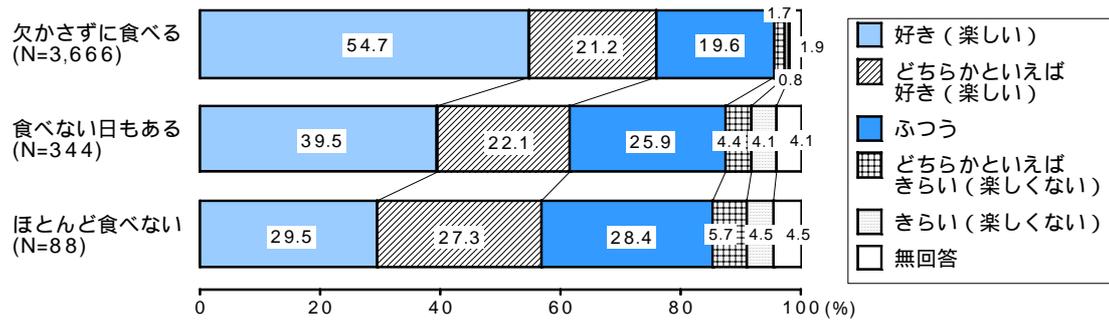
勉強の好き嫌い朝食との関係は、朝食を「欠かさずに食べる」では『好き(楽しい)』が27.3%となっている。朝食を「ほとんど食べない」では『好き(楽しい)』が10.2%、『嫌い(楽しくない)』が63.6%となっている。

2 - 3 - 7 : 学校生活の好き嫌い朝食との関係



学校生活の好き嫌い朝食との関係は、『好き(楽しい)』は朝食を「欠かさずに食べる」で66.6%、「ほとんど食べない」で36.3%となっている。

2 - 3 - 8 : 家庭生活の好き嫌い朝食との関係



家庭生活の好き嫌い朝食との関係は、『好き(楽しい)』は朝食を「欠かさずに食べる」で75.9%、「ほとんど食べない」で56.8%となっている。