

子どもの生活リズム向上支援推進事業 アンケート

このアンケートは、お子さんの生活に関して昨年度と比較するためのアンケートです。御協力を御願います。記入が終わりましたら学級担任の先生まで提出をお願いします。調査結果は、本年度の報告書にてお知らせします。

県教育庁生涯学習課

該当する番号に○をしてください。

お子さんの学年を教えてください

- | | | |
|---------|---------|---------|
| 1. 小学2年 | 2. 小学5年 | 3. 中学2年 |
|---------|---------|---------|

問1 お子さんの起床時刻は何時ごろですか。(学校に行く日)

- | | | |
|----------------|----------------|----------------|
| 1. 午前6時前 | 2. 午前6時～6時30分前 | 3. 午前6時30分～7時前 |
| 4. 午前7時～7時30分前 | 5. 午前7時30分～8時前 | 6. 午前8時以降 |

問2 お子さんの起床時刻は何時ごろですか。(学校が休みの日)

- | | | |
|----------------|----------------|----------------|
| 1. 午前6時前 | 2. 午前6時～6時30分前 | 3. 午前6時30分～7時前 |
| 4. 午前7時～7時30分前 | 5. 午前7時30分～8時前 | 6. 午前8時以降 |

問3 お子さんは、学校に行く日は自分で起きていますか。

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. ほとんど自分で起きている | 2. 父母(保護者)等に起こされることが多い |
| 3. いつも父母(保護者)等に起こされる | |

問4 お子さんの就寝時刻は何時ごろですか。(学校に行く日の前日)

- | | | |
|---------------|---------------|--------------|
| 1. 午後8時前 | 2. 午後8時～9時前 | 3. 午後9時～10時前 |
| 4. 午後10時～11時前 | 5. 午後11時～12時前 | 6. 午前0時以降 |

問5 お子さんの就寝時刻は何時ごろですか。(学校が休みの日の前日)

- | | | |
|---------------|---------------|--------------|
| 1. 午後8時前 | 2. 午後8時～9時前 | 3. 午後9時～10時前 |
| 4. 午後10時～11時前 | 5. 午後11時～12時前 | 6. 午前0時以降 |

問6 お子さんは、家で「おはよう」「おやすみ」などのあいさつをしますか。

- | | |
|-------------|------------|
| 1. 毎日する | 2. することが多い |
| 3. しないことが多い | 4. ほとんどしない |

問7 お子さんは毎日、朝食を食べていますか。

- | | | |
|----------|-------------|-------------|
| 1. 必ず食べる | 2. 食べない日もある | 3. ほとんど食べない |
|----------|-------------|-------------|

問 8 《 問 7 で、「 2」「 3」と答えた方のみお聞きします。》

朝食を食べない理由は何ですか。

- | | |
|----------------------|-----------------|
| 1. 朝起きるのが遅くて食べる時間がない | 2. 食欲がない |
| 3. 朝食の準備が間に合わない | 4. ダイエットのため食べない |

問 9 お子さんの平日の夕食は何時ごろですか。

- | | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| 1. 午後 6 時前 | 2. 午後 6 時～ 7 時前 | 3. 午後 7 時～ 8 時前 |
| 4. 午後 8 時～ 9 時前 | 5. 午後 9 時以降 | |

問 10 お子さんは、夕食後何をしていることが多いですか。

- | | |
|-------------------|---------------|
| 1. テレビやビデオ・DVDをみる | 2. ゲームをする |
| 3. パソコンやメールをする | 4. 漫画や本を読む |
| 5. 友達と電話をする | 6. 家族で、話などをする |
| 7. 自分の趣味をする | 8. 勉強をする |
| 9. 特に決まっていない | |

問 11 お子さんは、1日どのくらいテレビを見ますか。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. ほとんど見ない | 2. 1 時間未満 |
| 3. 1 時間～ 2 時間未満 | 4. 2 時間～ 3 時間未満 |
| 5. 3 時間以上 | |

問 12 お子さんは、1日どのくらいパソコンやゲーム(テレビゲーム機)をしますか。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. ほとんどしない | 2. 1 時間未満 |
| 3. 1 時間～ 2 時間未満 | 4. 2 時間～ 3 時間未満 |
| 5. 3 時間以上 | |

問 13 お子さんは、1日どのくらい友達との電話やメールをしますか。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. ほとんどしない | 2. 1 時間未満 |
| 3. 1 時間～ 2 時間未満 | 4. 2 時間～ 3 時間未満 |
| 5. 3 時間以上 | |

問 14 今後、ご家庭でお子さんの生活リズムを向上させるためにどんなことに取り組みたいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------------------|---------------------|
| 1. 就寝時刻、起床時刻を決める | 2. 起床等、自分のことを自分でさせる |
| 3. 休日も規則正しく起床させる | 4. 朝食を欠かさず食べる |
| 5. 家族そろって食事をする | 6. 食事の時にテレビを見ない |
| 7. 家族団らんの時間を持つ | |
| 8. テレビやゲームの時間を決める。又は見ない日、しない日を決める | |
| 9. その他() | |

これで質問は終わりです。ご協力ありがとうございました。