

## 数字に見る厚真の子どもたちの生活 その2

(小4から中3までの203人の1週間の生活実態のまとめ)

児童生徒の「学習・生活・運動習慣」向上運動の取組の一つとして、子どもたちの望ましい生活習慣の定着を図るため、小学校は昨年12月に、中学校は本年1月に、「生活リズムチェックシート」を活用した第2回目の「生活リズム定着」の取組を行いました。以下、子どもたちの生活の実態をお知らせします。土曜日や日曜日も含めて、ご家庭で子どもたちの望ましい生活習慣の定着を図っていただきますようお願いいたします。

項目	向上運動の目標(目安)	観 点 (平日の平均)	小学生109人 (小4～小6)	中学生94人 (中1～中3)
睡眠時間	小学4～6年 9時間 中学生 8時間	睡眠時間	平均 8時間45分 (前回比 -2分)	平均 7時間36分 (前回比 +4分)
朝ご飯	100%	朝ご飯の摂取率(1週間の平均)	98% (前回比 同)	91% (前回比 -3%)
家庭学習	学年の目安の時間	家庭学習の時間	平均 52分 (前回比 -7分)	平均 1時間40分 (前回比 +16分)
読書	10分以上	家庭で読書をする時間	平均 15分 (前回比 -3分)	平均 10分 (前回比 -2分)
運動	運動や手伝いを合わせて、1時間以上	家庭での運動時間(学校での体育や部活も含めて)	平均 57分 (前回比 -6分)	平均 55分 (前回比 -19分)
手伝い		手伝いの時間	平均 14分 (前回比 -3分)	平均 11分 (前回比 -6分)
メディア	すべてのメディアを含めて 1日 2時間以内	テレビ・ゲームを利用する時間	平均 1時間29分 (前回比 +17分)	平均 1時間15分 (前回比 +5分)
		ケータイ・スマホを利用する時間		利用者の平均 53分 (前回比 +3分)

## 第21回 室内ソフトボール大会

2月16日から2月19日までの4日間の日程で「第21回室内ソフトボール大会」があつまスタードームを会場に開催されました。

今年度は、13チーム246人の参加があり、連日熱戦が繰り広げられました。

大会結果は次のとおりです。

優勝 上厚真自治会 準優勝 あつまクリニック  
3位 厚幌美苫、風一族



△連覇を果たした上厚真自治会

### 第21回 室内ソフトボール大会 結果

