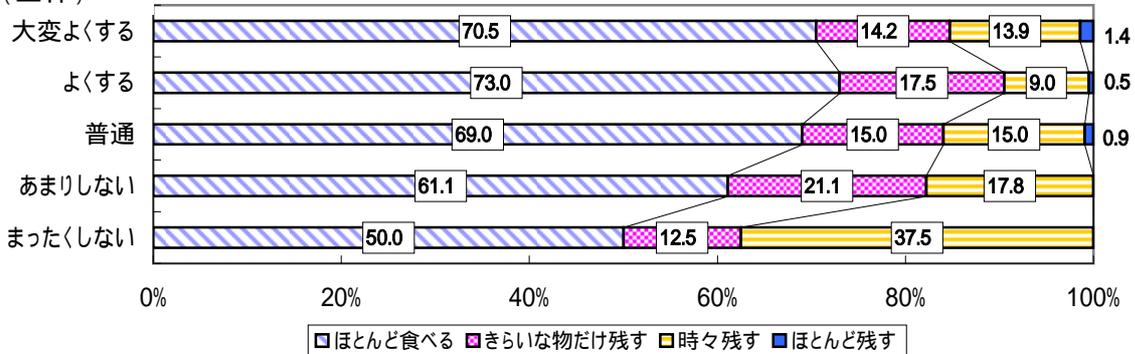


## (5) 運動や遊びに関すること

運動や遊びを「たいへんよくする」「よくする」児童生徒ほど食欲があり、小学生では、運動や遊びをあまりしない児童よりも就寝時間が早い傾向にある。

### 運動や遊びと食欲

(全体)

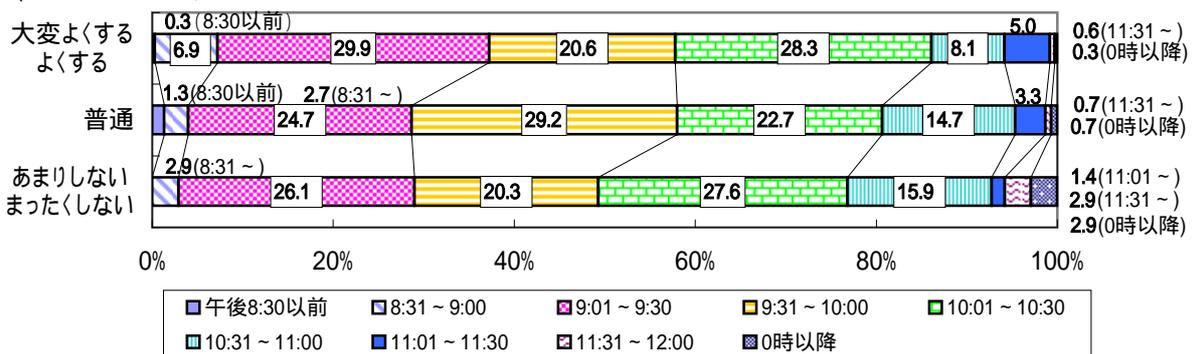


(大変よくする 291人 よくする 214人 普通 214人 あまりしない 90人 まったくしない 8人)

・運動を「大変よくする」「よくする」児童生徒は、ほとんど食べる割合が約7割で他に比べて高い。

### 運動や遊びと寝る時間

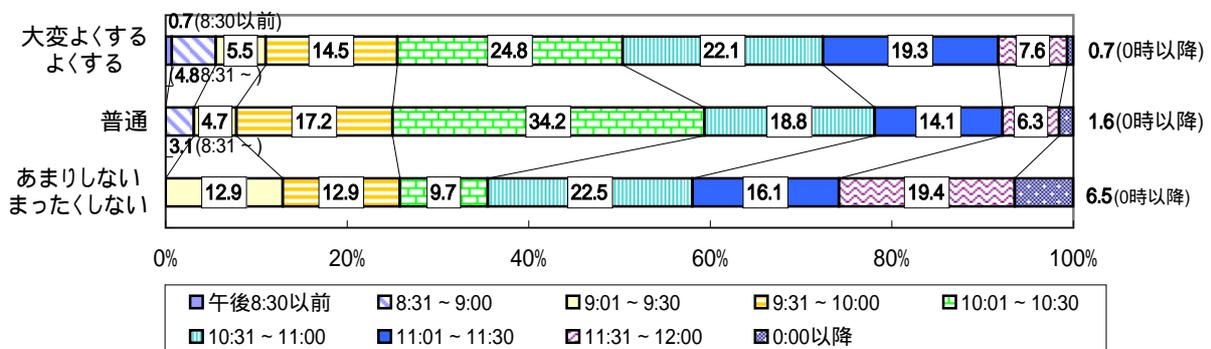
(小学校5年生)



(大変よくする・よくする 361人 普通 150人 あまりしない・まったくしない 69人)

・運動や遊びを「大変よくする」「よくする」児童の約8割が10時半までに寝ている。

(中学校2年生)



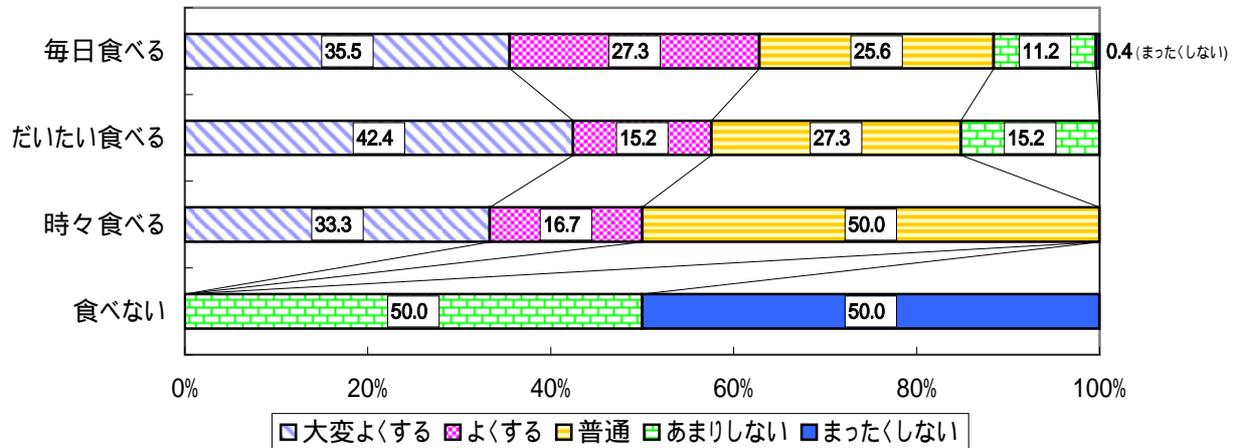
(大変よくする・よくする 144人 普通 64人 あまりしない・まったくしない 29人)

・運動や遊びを「あまりしない」「まったくしない」生徒ほど就寝時間が遅い傾向にある。

朝食を食べる習慣がある児童生徒ほど、運動や遊びを「たいへんよくする」または「よくする」割合が高い。

### 運動や遊びと朝食

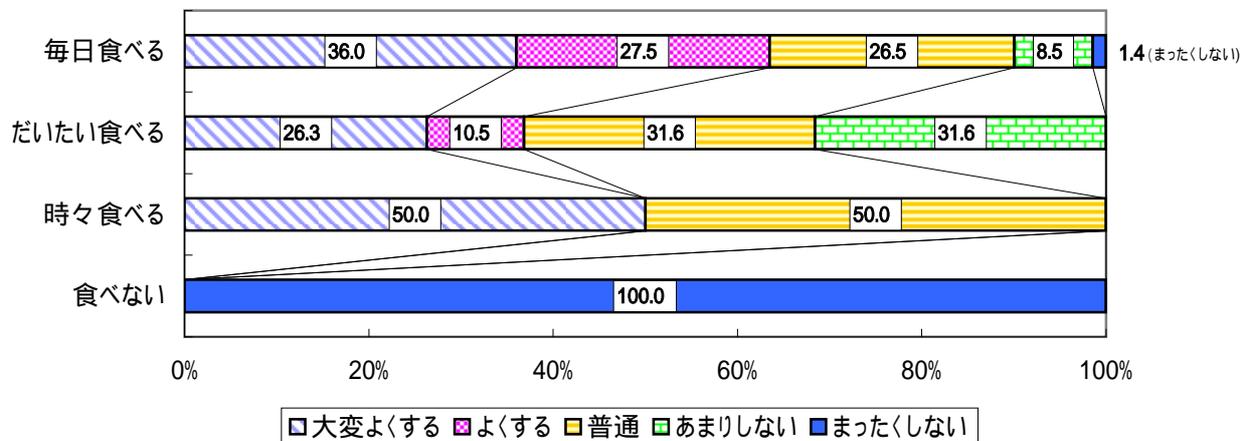
(小学校5年生)



(毎日食べる 540人 だいたい食べる 34人 時々食べる 6人 食べない 2人)

・朝食を毎日食べる児童ほど、運動や遊びを「大変よくする」「よくする」割合が高く、62.8%である。

(中学校2年生)



(毎日食べる 211人 だいたい食べる 19人 時々食べる 4人 食べない 1人)

・朝食を毎日食べる生徒の63.5%が、運動や遊びを「大変よくする」または「よくする」と答えている。