



「早寝・早起き・朝ご飯」

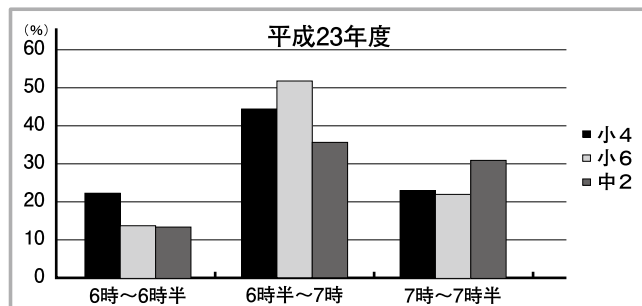
家庭でもう一度見直してみませんか！



田川市立教育研究所では、児童・生徒を対象に調査研究を実施しています。平成23年度は、田川市内の小小中学校17校中、小学校4年(428人)・小学校6年(445人)・中学校2年(426人)の児童・生徒合計1,299人とその保護者を対象に、「家庭や学校での生活に関すること」についてアンケート調査を行いました。

今回は、学力のもととなる基本的な生活習慣について、平成19年度の田川市立教育研究所の調査や昨年度の小6の全国学力・学習状況調査と比較して、お知らせします。子どもの家庭や学校での様子から、基本的な生活習慣の定着の大切さについて考える際の参考になれば幸いです。

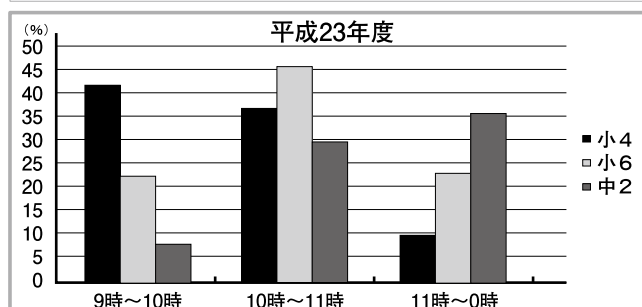
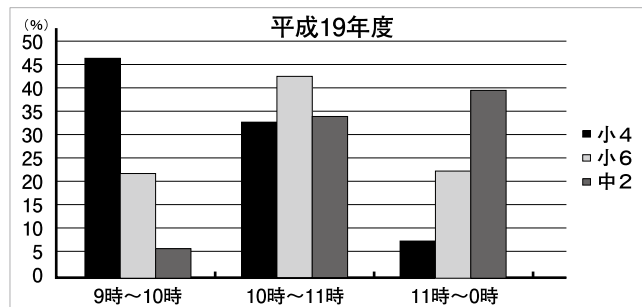
☆何時ごろ起きますか



●平成23年度の調査で、「6時～7時」に起きる子どもは、小4は65.4%、小6は64.6%、中2は49.1%でした。この時間帯に起きる小6の子どもについて、平成22年度の全国学力・学習状況調査と比べると、約6ポイント増加していることがわかりました。また、「7時から7時半」に起きる子どもは、小4は22%、小6は21.4%、中2は30.5%でした。特に中2の子どもについては、高い割合を示す結果となりました。

朝、ゆとりを持って食事をしたり登校したりするためには、「7時より早く」に起きることを心掛けたいものです。

☆何時ごろ寝ますか



●平成23年度の調査で、「9時から10時」に寝る子どもは、小4は41.8%、小6は23.2%、中2は8.8%でした。

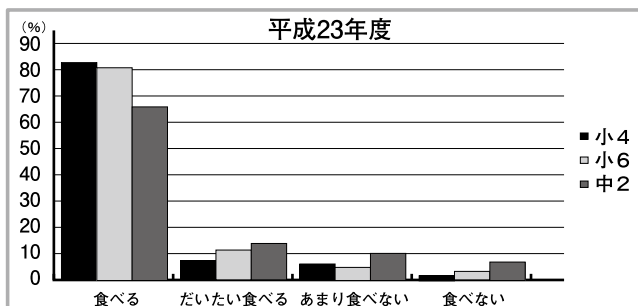
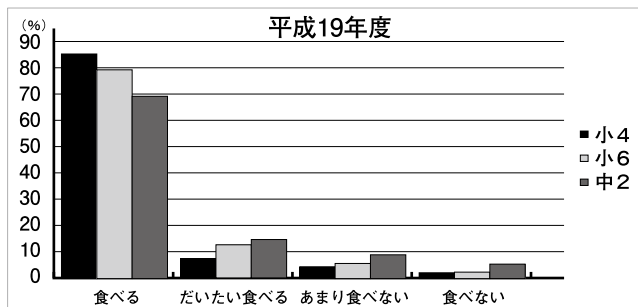
平成19年度と比べると、小4は5ポイント減少していますが、小6と中2は2～3ポイント増加していることがわかりました。また、「10時から11時」に寝る子どもは、小

4は36.8%、小6は45.5%、中2は29.4%で、平成19年度と比べると小4と小6は約3ポイント増加し、中2は5ポイント減少していることがわかりました。

「11時から0時」についても、小4と小6は2ポイント増加し、中2は4ポイント減少していました。

以上のことから、小4と小6では10時より後に寝る子どもが増加し、中2では11時より後に寝る子どもが減少していることがわかりました。その結果、「早寝・早起き」のリズムを定着させる大切さを感じました。

☆朝食を食べますか



●平成23年度の調査で、朝食を「食べる」「だいたい食べる」と答えた子どもは、小4は91.1%、小6は90.9%、中2は81.6%で、平成19年度と比べると各学年共に、わずかに減少していることがわかりました。

朝食を食べない理由について、「時間がない」と答えた子どもは、平成19年度と比べると減少していましたが、「食欲がない」と答えた子どもは、平成19年度よりも増加しており、中でも小4、小6の子どもにおいて増加傾向が見受けられました。

平成23年度の調査で、小・中の子どもたちの基本的な生活習慣について、平成19年度の田川市立教育研究所の調査や平成22年度の全国学力・学習状況調査と比べ、その変化の様子を調べました。その中で「早寝」「早起き」「朝ご飯」の取り組みについては、学年が上がるにつれて定着率が減少する傾向にあることを感じました。

ご家庭で、もう一度基本的な生活習慣を見直してみませんか。