

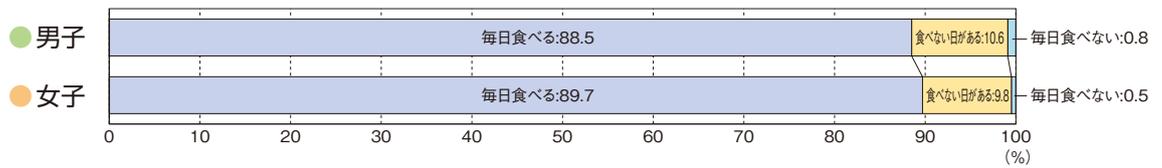
3. 児童質問紙調査の結果

1 | 生活習慣の状況

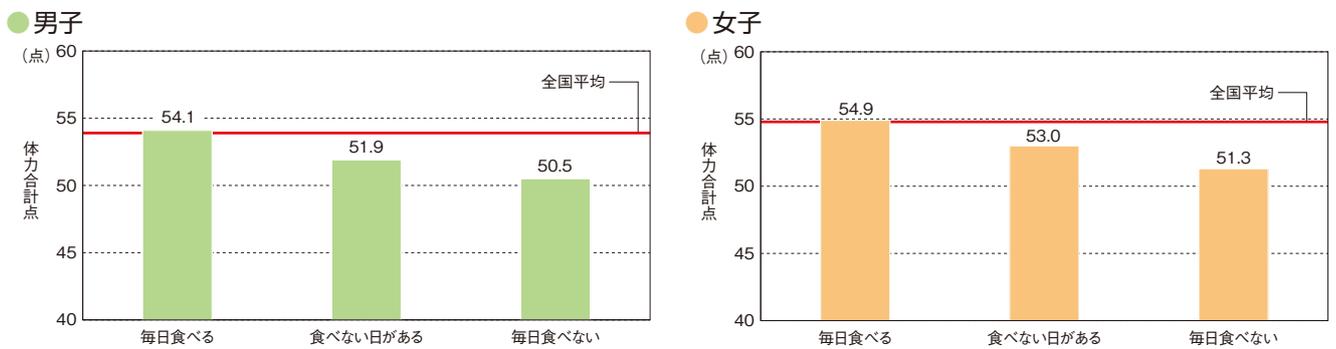
〈1〉朝食の摂取状況

【質問9】 朝食は食べますか

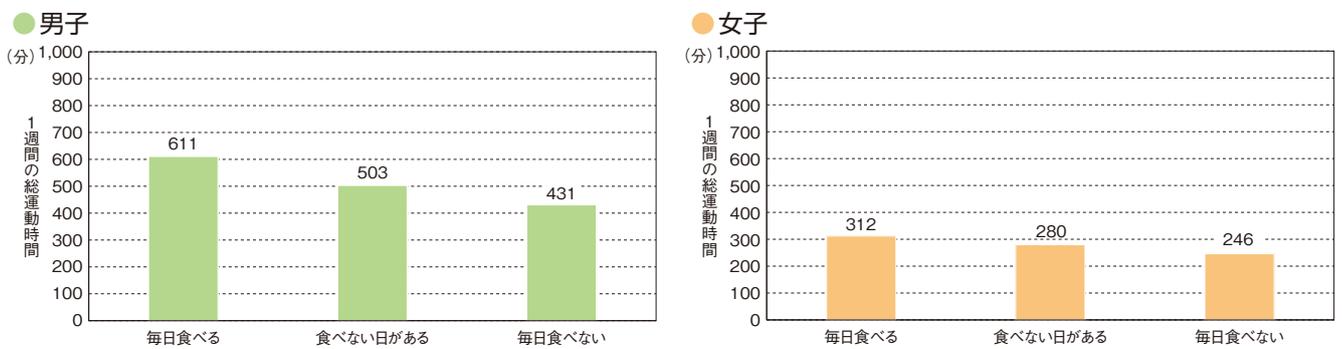
- ①朝食を「毎日食べる」児童は、男子で88.5%、女子で89.7%であった。一方、朝食を「毎日食べない」児童は、男子で0.8%、女子で0.5%であった。
- ②男女とも、朝食を「毎日食べる」集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高く、1週間の総運動時間が長かった。また、肥満傾向児の出現率が低かった。



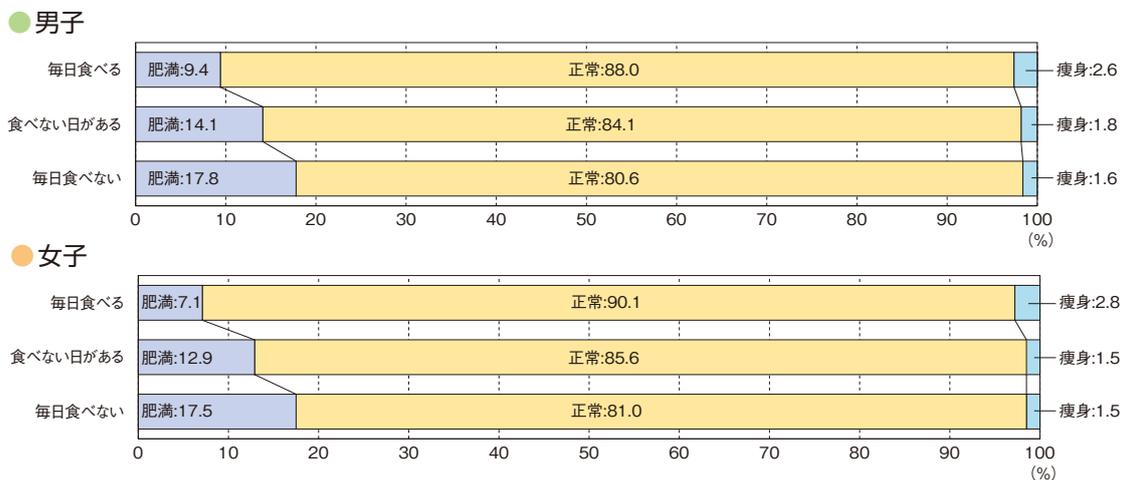
朝食の摂取状況と体力合計点との関連



朝食の摂取状況と1週間の総運動時間との関連



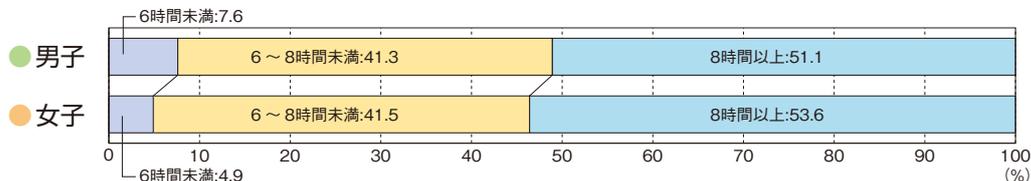
朝食の摂取状況と肥満傾向児・痩身傾向児の出現率との関連



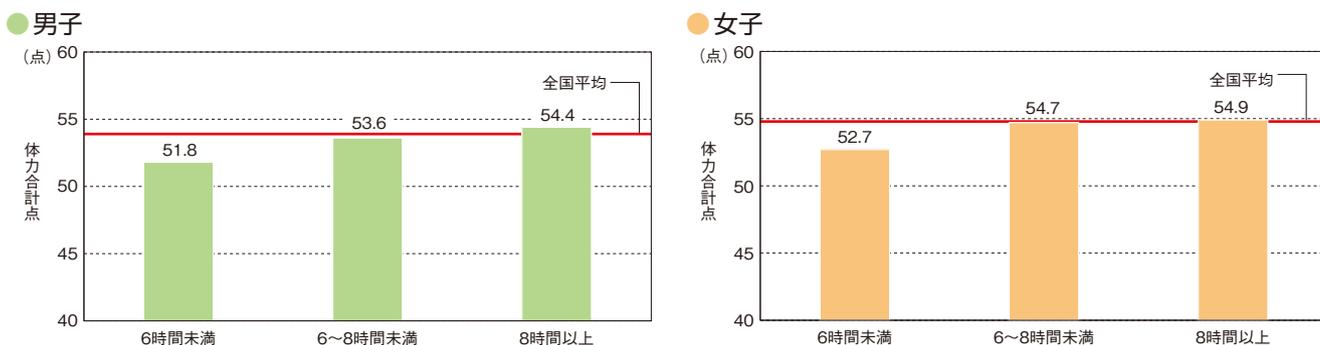
〈2〉 睡眠時間

【質問10】 1日の睡眠時間

- ①1日の睡眠時間が「8時間以上」の児童は、男子で51.1%、女子で53.6%であった。一方、「6時間未満」の児童は、男子で7.6%、女子で4.9%であった。
- ②男女とも、1日の睡眠時間が「8時間以上」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高かった。



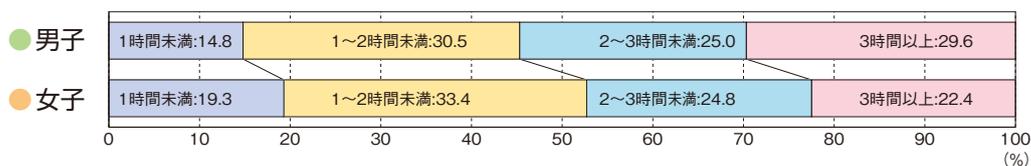
1日の睡眠時間と体力合計点との関連



〈3〉 テレビ等の視聴時間

【質問11】 1日にどのくらいテレビを見ますか (テレビゲームもふくみます)

- ①1日のテレビ (テレビゲームを含む) の視聴時間が「3時間以上」の児童は、男子で29.6%、女子で22.4%であった。
- ②男女とも、1日のテレビ (テレビゲームを含む) の視聴時間が「3時間以上」の集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が低かった。



1日のテレビ等の視聴時間と体力合計点との関連

