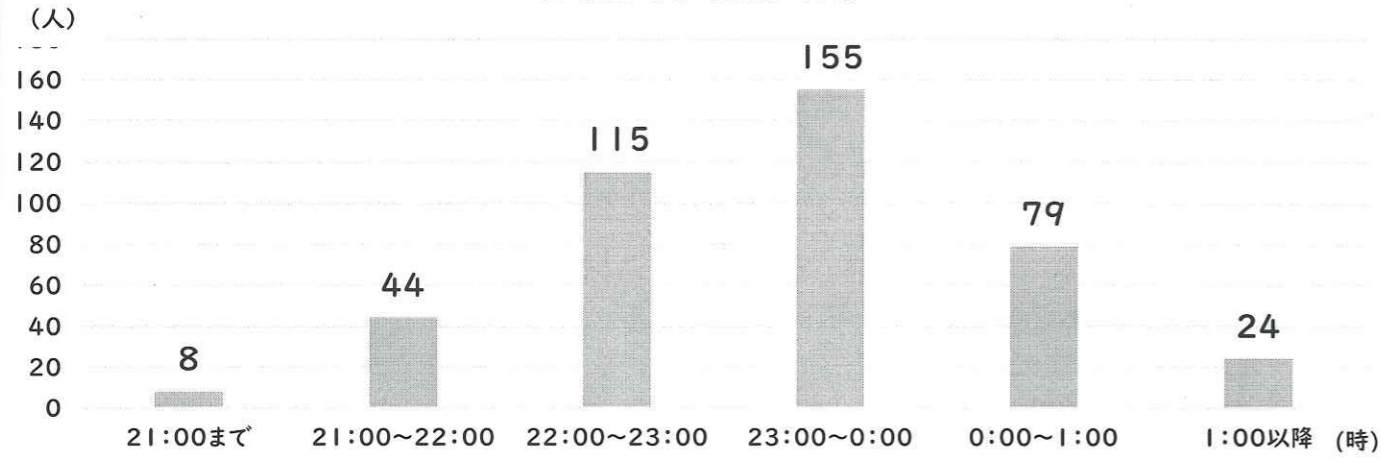


全校生徒の結果 ～保健委員長より～

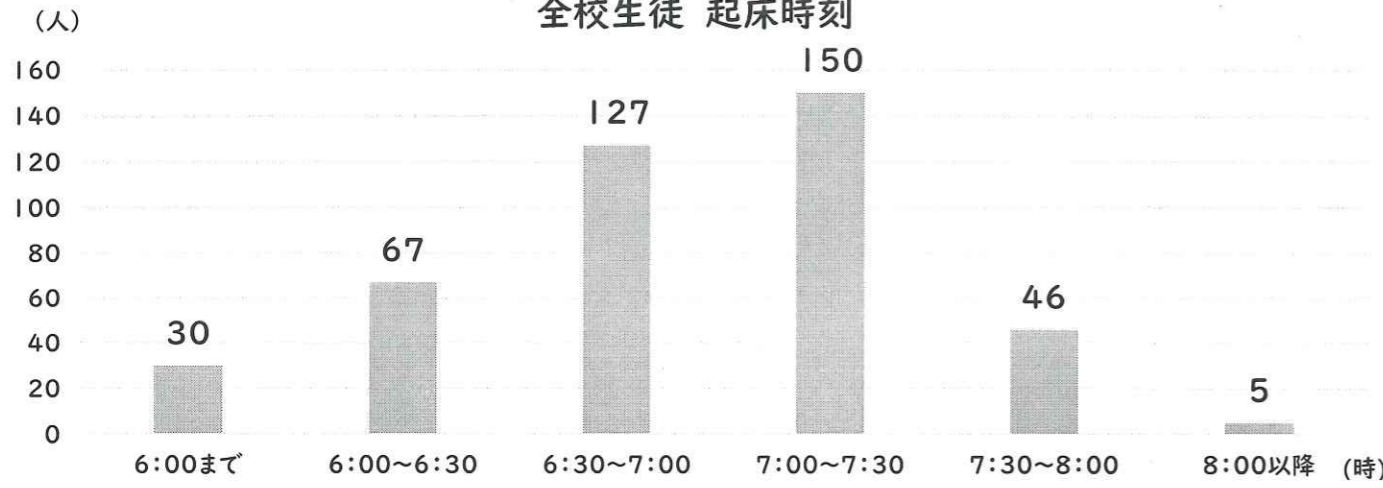


保健委員長の河合蓮太郎です。
睡眠時間は全体的に十分にとれていて良かったです。
しかし、就寝時刻、起床時刻ともに遅くなっている人がいました。早寝早起きをして、起床から学校までに十分な時間をとり、朝から元気良く活動できるようにしましょう。

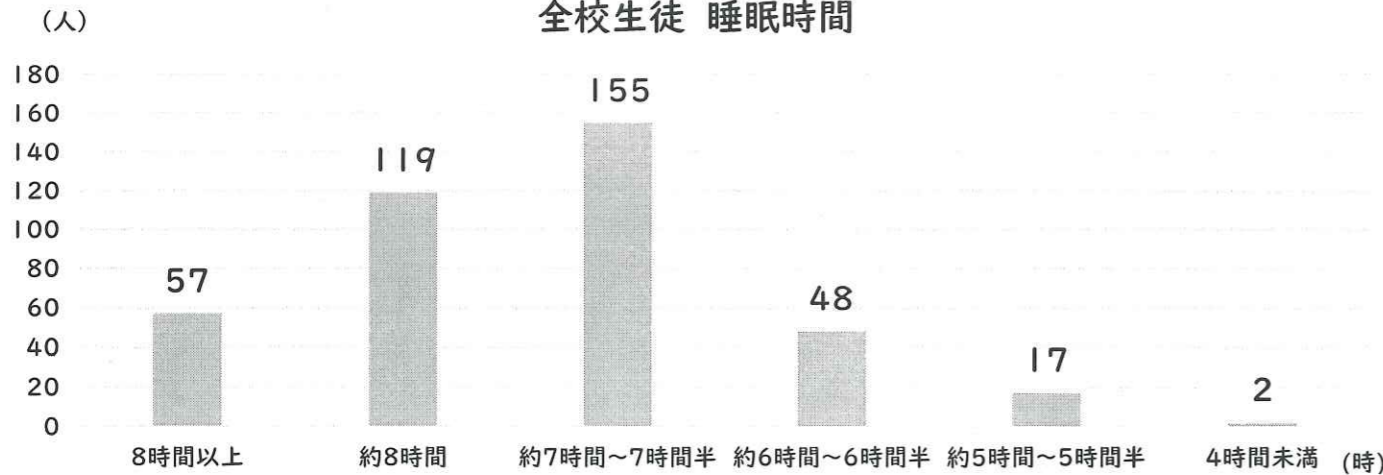
全校生徒 就寝時刻



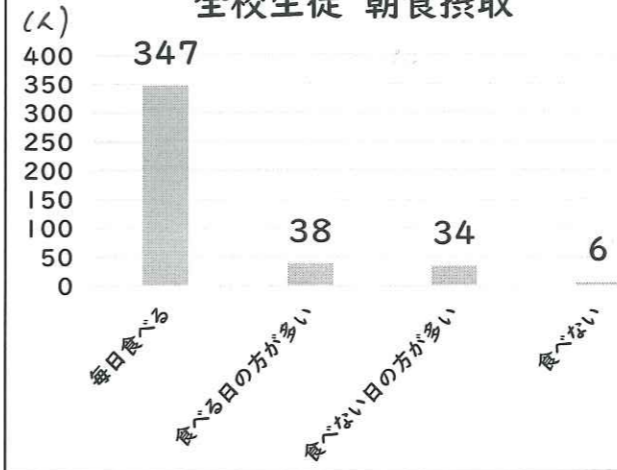
全校生徒 起床時刻



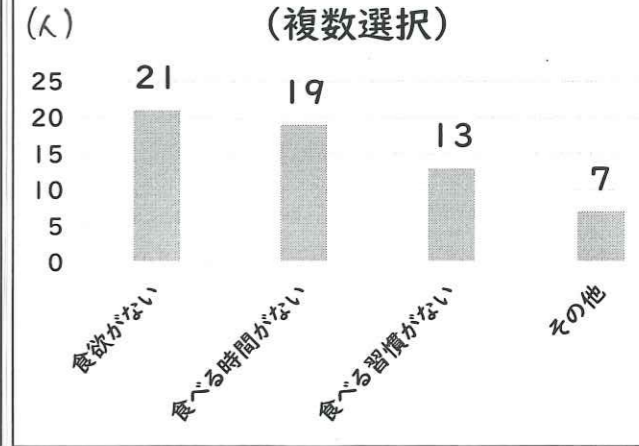
全校生徒 睡眠時間



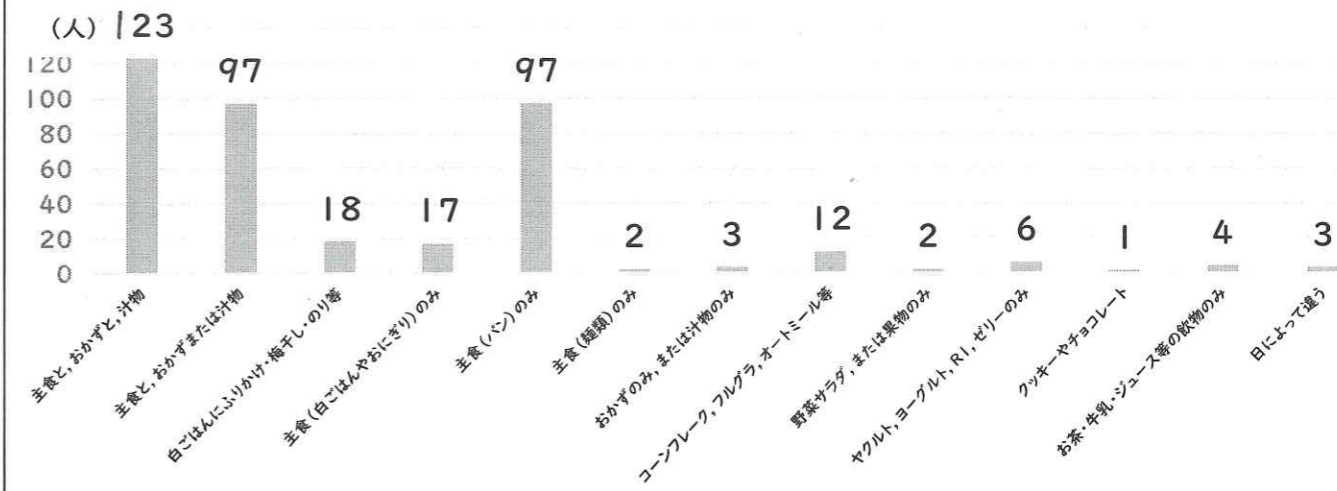
全校生徒 朝食摂取



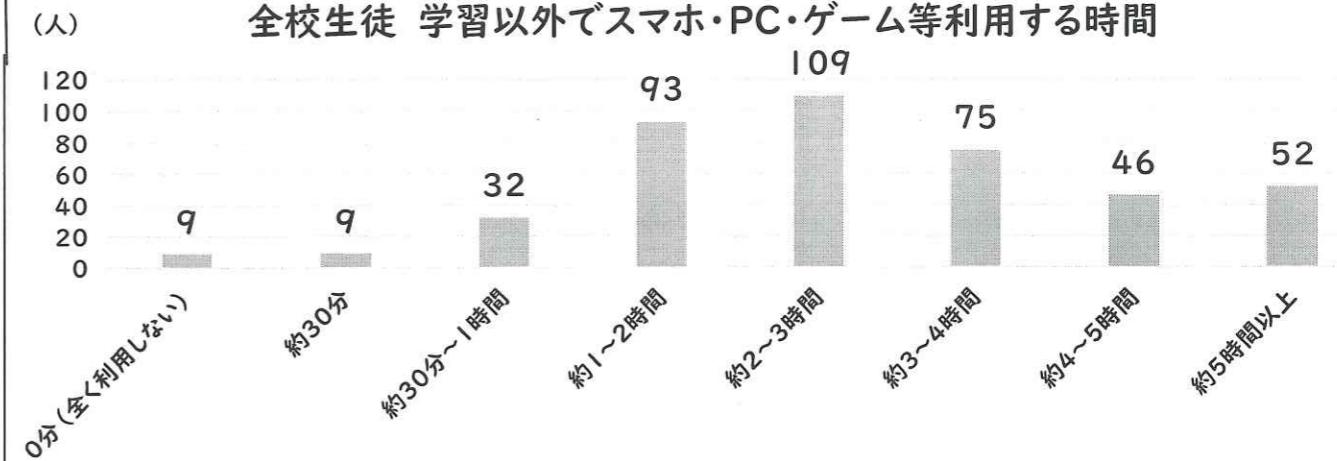
全校生徒 朝食を食べない理由 (複数選択)



全校生徒 朝食内容



全校生徒 学習以外でスマホ・PC・ゲーム等利用する時間



半分以上の人がバランスの整った朝食を食べていて良かったです。朝、集中して授業を受けるためにも、なるべく毎日きちんと朝食をとるようにしましょう。
スマホ等は、ほとんどの人が日に1時間以上使っている、という結果になりました。コロナ禍で家にいる時間が増えた分、電子機器を使う時間を調整していきましょう。