

2～6年生の保護者のみなさま

寒河江市立南部小学校

校長 菊地 宏哉

## お子さんの生活に関するアンケートのお願い

初夏の候、保護者の皆様にはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、本校では子どもたちの生活を見つめ、より健康な生活の習慣化を図りたいと考え、これまで学級での指導や「早寝、早起き、朝ごはんがんばり週間」を設けるなどの取り組みなどを行ってきました。保護者の皆様には多大なご協力を賜り、感謝申し上げます。今年度も継続して取り組み、さらなる定着を図りたいと考えております。つきましては、子どもたちの生活の様子を把握し、指導に役立てるために下記のアンケートにお答えいただき、6月24日（木）までお子さんに持たせていただきますようお願いいたします。

きりとりせん

## お子さんの生活に関するアンケート

お子さんの学年・組・名前 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組 \_\_\_\_\_ 名前 \_\_\_\_\_

あてはまるものに○をつけてください

1. お子さんは毎朝、何時ごろに起きますか？ ①～6時 ②6時～7時 ③7時すぎ
2. 朝ごはんは毎日食べていますか？  
①毎日食べる ②ときどき食べない ③ほとんど食べない
3. お子さんは普段、どんな朝ごはんを食べていますか？  
①主食のみ（ごはん・パンなど） \*主食：きいろの仲間  
②主食+主菜（肉・魚・卵・豆などのおかず） 主菜：赤の仲間  
③主食+主菜+副菜（野菜のおかず・果物） 副菜：みどりの仲間  
④その他（ ）
4. テレビゲームなどについて、家で時間などの約束を決めていますか？  
①決めている（ ） ②決めていない
5. お子さんは夜何時ごろまで、テレビやゲームをしていますか（見ていますか）？  
①8時 ②9時 ③10時 ④11時 ⑤その他（ ）
6. 夜は何時ごろ寝ますか？ ①～9時 ②9～10時 ③10～11時 ④11時～
7. お子さんの就寝時刻についてどのように感じていますか？  
①今のままでよい ②もう少し早く寝かせたい  
③もう少し早く寝かせたいが、事情があり仕方ない。
8. お子さんの生活習慣で、今後改善したいことがあれば○をつけてください。（複数可）  
①起床時刻 ②寝る時刻 ③食について（好き嫌い、過食、おやつなど）  
④テレビ・ゲーム ⑤歯みがき ⑥家庭学習 ⑦排便 ⑧その他（ ）
9. お子さんの生活や健康に関して、気がかりなこと、学校医の先生にお聞きしてみたいことがありましたら、お書きください。  
( )