

国際武道大学 体育学部
指導教諭 小磯 透
学校保健・教育実践研究
岡部 玲子
斉藤 明良

平成 24 年 1 学期実施分の HQC シートの分析結果について

昨年度に引き続き大変お世話になりました。また、多大なるご協力誠にありがとうございました。

平成 24 年 5 月～6 月に実施いたしました「生活習慣チェックシート (HQC シート)」の分析結果について下記のとおりご報告いたします。遅くなってしまう誠に申し訳ございません。ご参照の上、ご活用していただければ幸いです。

なお、体力測定の結果については 2 学期初めに各家庭にフィードバックいたします。

今後とも、何卒よろしくお願いいたします。

記

(1) 起床時間

①平均起床時刻… 7 時 34 分

②max 起床時刻… 9 時 54 分

③min 起床時刻…5 時 00 分

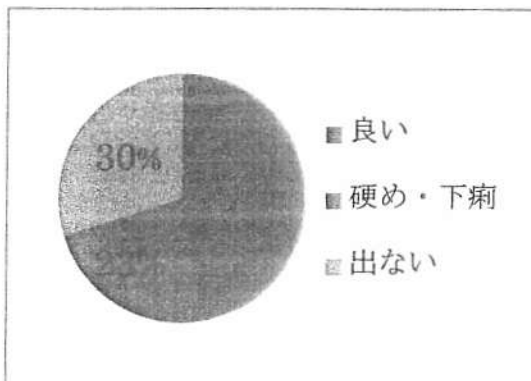
(2) 就寝時刻

①平均就寝時刻…22 時 43 分

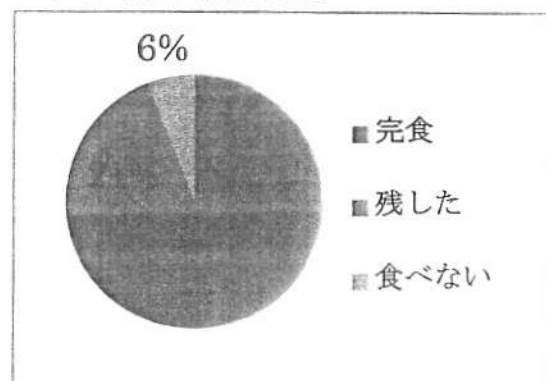
②max 就寝時刻…23 時 59 分

③min 就寝時刻…17 時 00 分

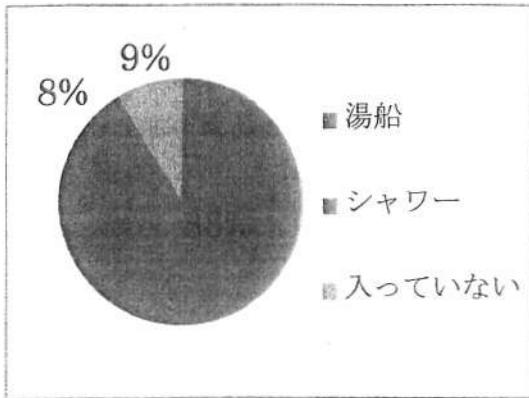
(3) 排便



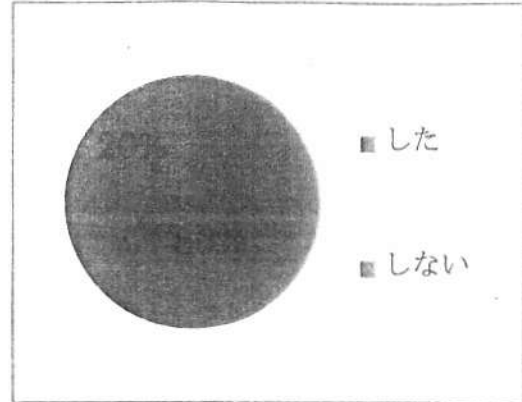
(4) 朝食 (完食状況)



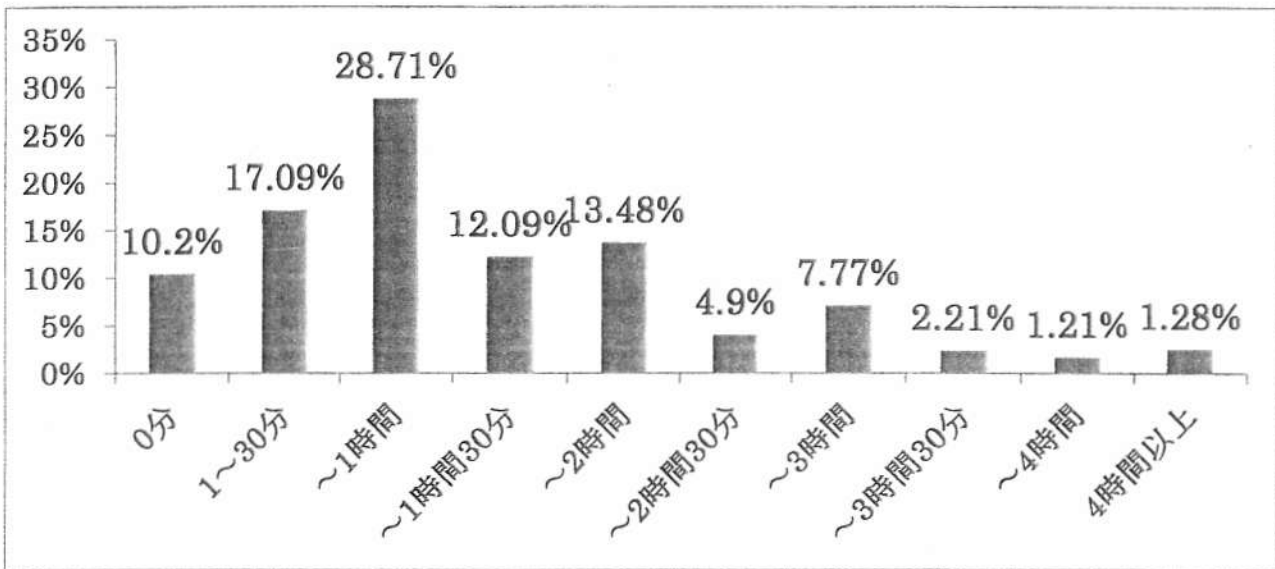
(5) お風呂



(6) お手伝い



(7) テレビ視聴



(8) 登園・帰宅調査

