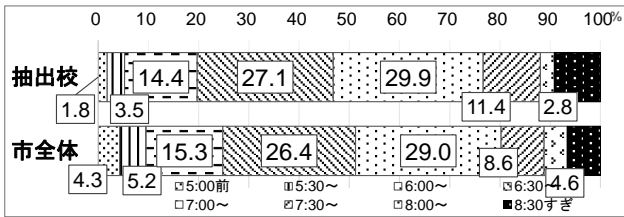
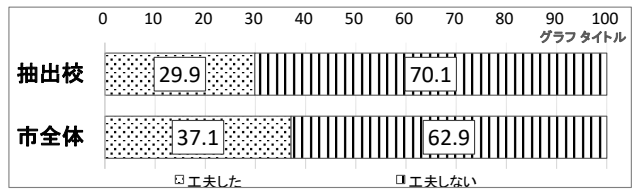


令和3年度11月 いわぬま健幸運動【本校1学年(上段)と市内中学2年生全体(下段)の比較】

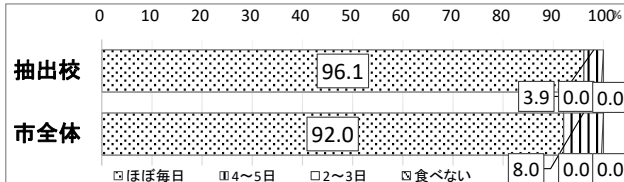
1 朝何時に起きましたか



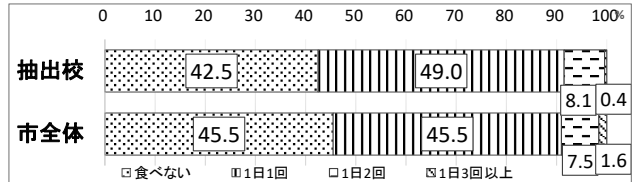
7 テレビの番組やインターネットサイトを選ぶなど、見方や利用の仕方を工夫しましたか



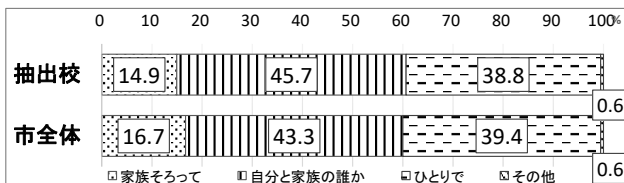
2 朝ごはんを食べましたか



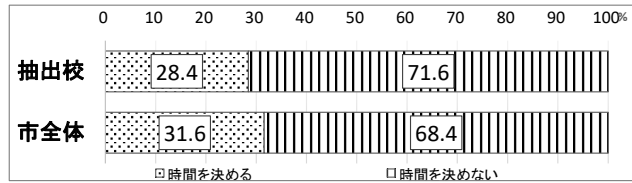
8 おやつを何回食べましたか



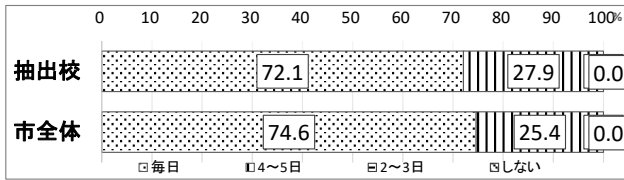
3 朝食を誰ととりましたか



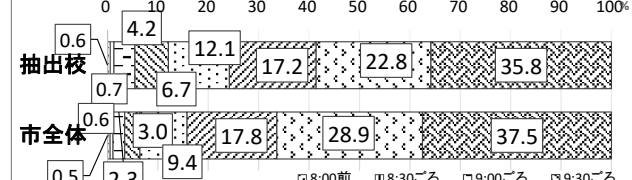
9 おやつを時間を決めて食べましたか



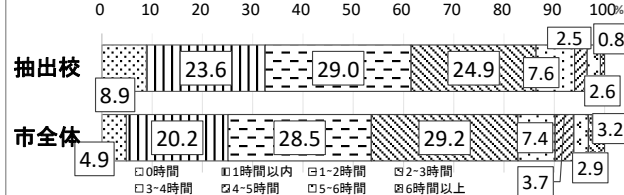
4 運動をしましたか



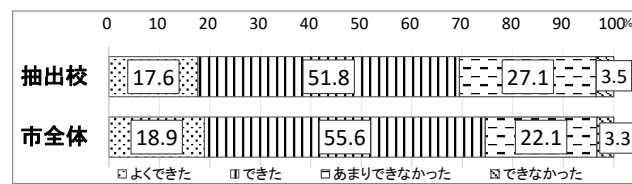
10 夜何時に寝ましたか



5 テレビやゲーム、インターネット利用を何時間しましたか



11 この期間、食生活や生活習慣を考えた生活をしましたか



6 テレビやゲーム、インターネット利用をやめる時間を決めてしましたか

