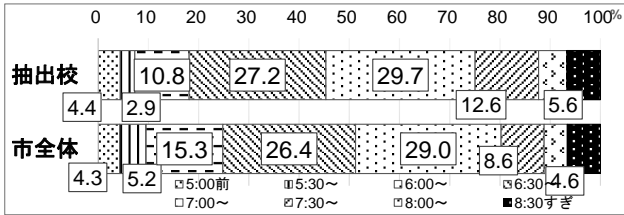
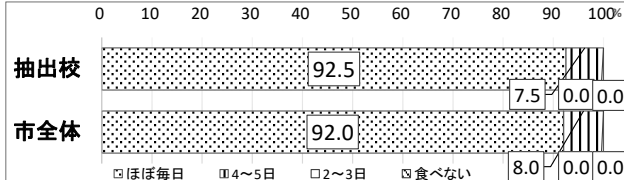


令和3年度11月 いわぬま健幸運動【本校3学年(上段)と市内中学2年生全体(下段)の比較】

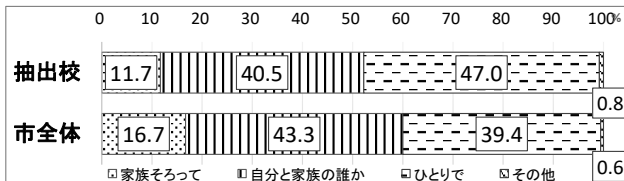
1 朝何時に起きましたか



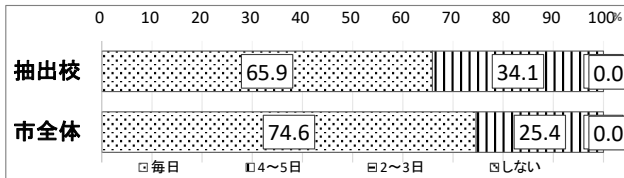
2 朝ごはんを食べましたか



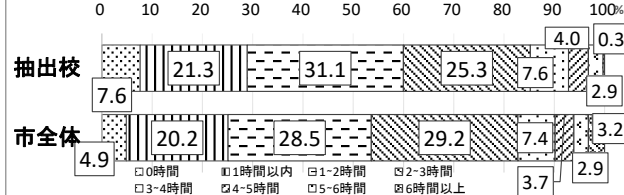
3 朝食を誰ととりましたか



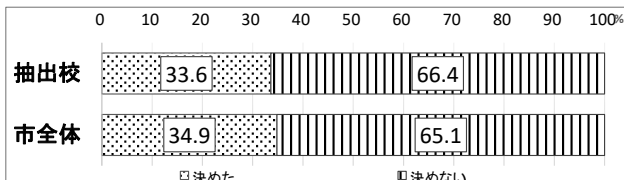
4 運動をしましたか



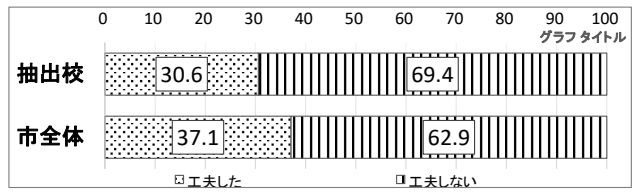
5 テレビやゲーム、インターネット利用を何時間しましたか



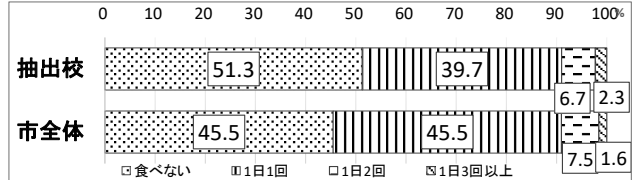
6 テレビやゲーム、インターネット利用をやめる時間を決めてしましたか



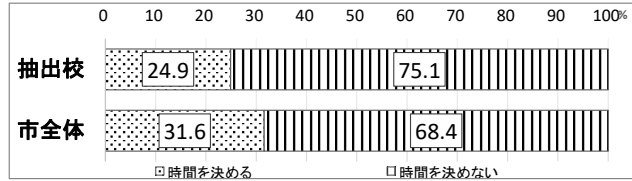
7 テレビの番組やインターネットサイトを選ぶなど、見方や利用の仕方を工夫しましたか



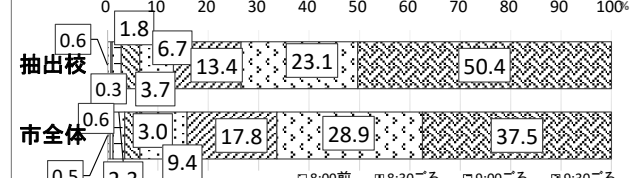
8 おやつを何回食べましたか



9 おやつを時間を決めて食べましたか



10 夜何時に寝ましたか



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

