

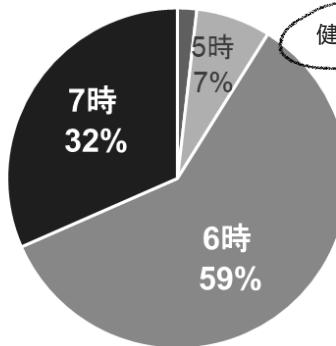
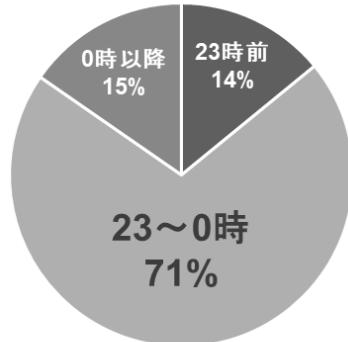
今のかま工生の平均的生活は…？

平素より本校の学校保健活動へのご理解とご協力をありがとうございます

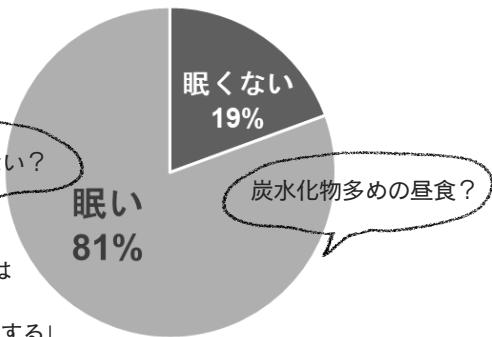
今年は7月8日に全学年対象に生活や学習に関する一斉アンケートを行いました

詳しい結果や分析を使って保健指導を行う予定ですが、その結果の一部をご紹介したいと思います

0時までに寝て7時までに起きている

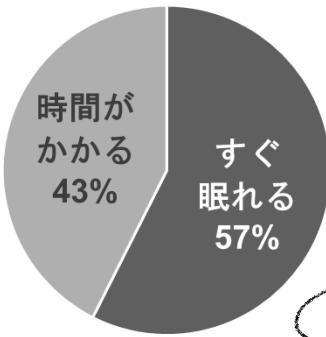


ほとんどが日中眠い



健康的に見えるが…
睡眠足りていない?
昼食後は誰でも多少は
眠くなりますが、
「毎日」「実際居眠りする」
「耐えられないほどの眠気」がある場合は一度保健室へ！

布団に入ってから…



高校生って布団に入るや否や眠りについているものだと
ばかり思っていました！
眠れないからとスマホを触ってしまうと更に目が冴えて
しまうことに…

0時間の人もいます！

100% 目指したい！



挨拶は
自分からする



79.7%

朝食は食べる

こま工生の今の姿はいかがでしたで
しょうか？ご家庭での会話の糸口に
ご活用ください
裏面には身体計測や健康診断の結果
が印刷されています
気になることは夏のうちにかかりつけ医に相談して下さい

485 食べる派

72 食べない派



用意してくれてありがとう

若きこま工生の悩み

1	進路のこと	50.1%
2	特になし！	35.0%
3	成績のこと	32.9%
4	部活のこと	14.0%
5	自分の体や性格のこと	9.3%