



かわしま

mail:y3kawash@edu.city.yokohama.jp

http://www.edu.city.yokohama.jp/sch/es/kawashima/

学校だより 6月号
平成19年6月1日
横浜市立川島小学校
校長 小池 慎一
TEL 371-0757
FAX 381-7248

早寝 早起き 朝ご飯

学校長 小池 慎一

さっこん こ がくりよく はやね はやお あさ はん あいだ なん そうかんかんけい
昨今、子どもたちの学力と「早寝、早起き、朝ご飯」の間には、何らかの相関関係があるのではな
いかという説が語られています。

なかに しがつにじゅうよっか じっし ぜんこくがくりよく がくしゅうじょうきょうちょうさ なか こ せいかつ じったい
そんな中、4月24日に実施された、全国学力・学習状況調査の中で、子どもたちの生活の実態
せいかつしき こうもく ちょうさ げんじてん ぜんこく ひかく
や生活意識について、99項目にわたる調査があり、現時点ではまだ全国との比較はできませんが、い
くつかの設問項目について、本校6年生の集計結果をお知らせします。

ふだん（月曜日から金曜日）何時頃に寝ますか。

午後9時より前	1%
午後9時以降、午後10時より前	25%
午後10時以降、午後11時より前	49%
午後11時以降、午前0時より前	25%
午前0時以降	0%

ふだん（月曜日から金曜日）何時頃に起きますか。

午前6時より前	1%
午前6時以降、午前6時30分より前	15%
午前6時30分以降、午前7時より前	37%
午前7時以降、午前7時30分より前	39%
午前7時30分以降、午前8時より前	6%
午前8時以降	2%



朝食を毎日食べている	85%
どちらかといえば、食べている	12%
あまり食べていない	3%
全く食べていない	0%

し
ここにお知らせしたのは、あくまでも本校の6年生の回答を集計したものです。また、せんもん いりょう
かんけいしゃ かの はな なんじ ね なんじ お ひと こじんさ
関係者の方のお話しによると、何時に寝て何時に起きるかは、それぞれの人の個人差があるので、「これ
ぜったい
が絶対」というものはないのだそうです。

すいみんぶそく あたま がっこう がくしゅう てきど すいみん
ただ、睡眠不足の頭では、学校での学習がすっきりとおさまるはずはありません。適度な睡眠と、
ゆるたりとした気持ちを持つことが大切なのではないかと思えます。