

## 生活リズム向上について（キッズモニターアンケート）

### 実施概要

担当部局	実施期間	対象者数	回答者数	回答率
子ども・福祉総務課	2009年11月13日から 2009年11月30日まで	41	35	85%

三重県のこども未来室キッズモニター係です。  
「早ね早おき朝ごはん」をテーマとする子どもの生活リズム向上の取組に役立てるためアンケートを実施します。みなさんの生活習慣について聞かせてください。

### ■ Q1 起床時間

朝は何時に起きますか。

合計	35	
6時以前	1	2.9%
6時から6時30分	12	34.3%
6時30分から7時	16	45.7%
7時30分から8時	6	17.1%
8時以降	0	0.0%

### ■ Q2 朝食摂取

毎日、朝ごはんを食べていますか。

合計	35	
食べている	34	97.1%
ときどき食べないことがある	1	2.9%
食べていない	0	0.0%

### ■ Q5 排便について

一日のうち最初の排便は、おもにいつ、どこでしますか。

合計	35	
朝、家で	20	57.1%
朝、学校で	1	2.9%
午前中、学校で	0	0.0%
午後、学校で	0	0.0%

帰宅後、家で	11	31.4%
その他	3	8.6%

## ■ Q6 昼間の活動

昼間は元気に活動できていますか。

合計	35	
できている	23	65.7%
だいたいできている	9	25.7%
できていないことが多い	2	5.7%
できていない	1	2.9%
その他	0	0.0%

## ■ Q7 夕食について

夕食は誰と食べますか。

合計	35	
いつも家族と食べる	26	74.3%
だいたい家族と食べる	7	20.0%
一人で食べることが多い	2	5.7%
その他	0	0.0%

## ■ Q8 就寝時間

寝る時間は何時頃ですか。

合計	35	
21時以前	2	5.7%
21時から22時	10	28.6%
22時から23時	15	42.9%
23時から24時	6	17.1%
24時以降	2	5.7%