

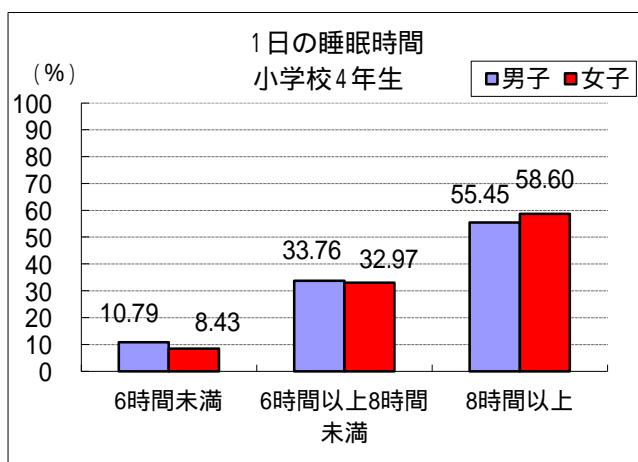
(5) 一日の睡眠時間と体力合計点との関連

小学生では 8 時間以上の児童が最も体力合計点が高い

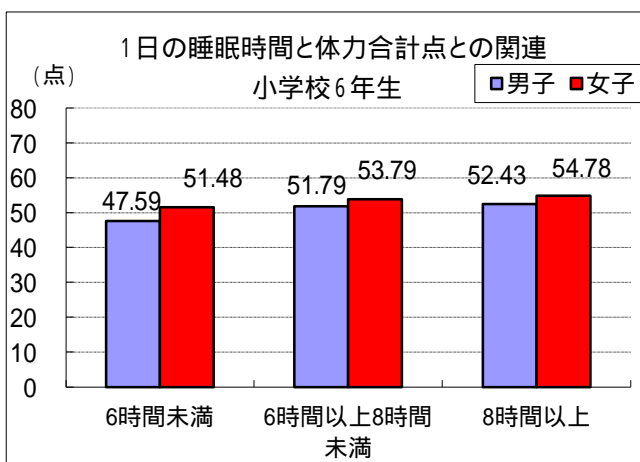
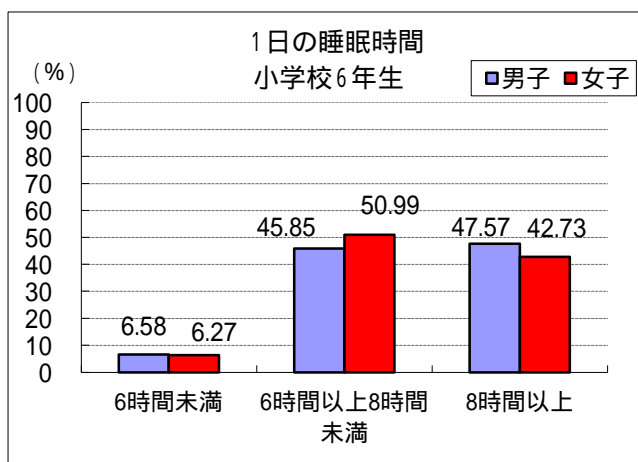
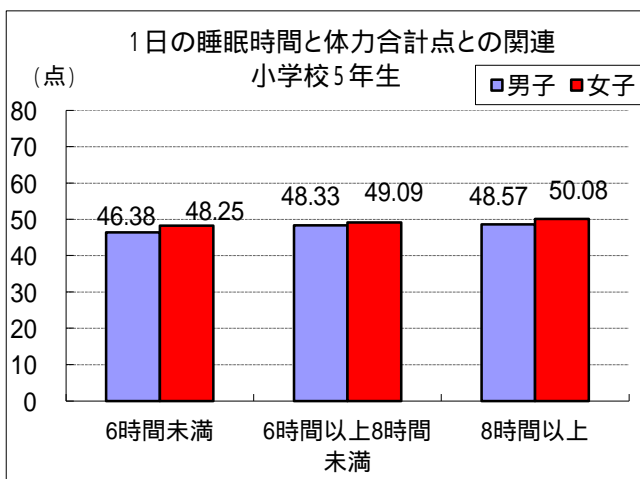
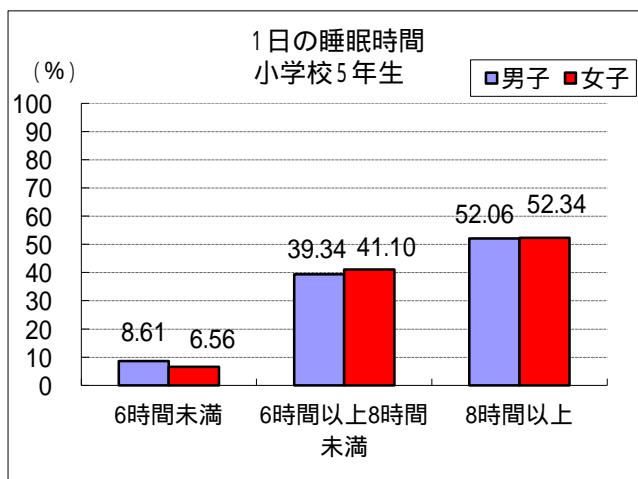
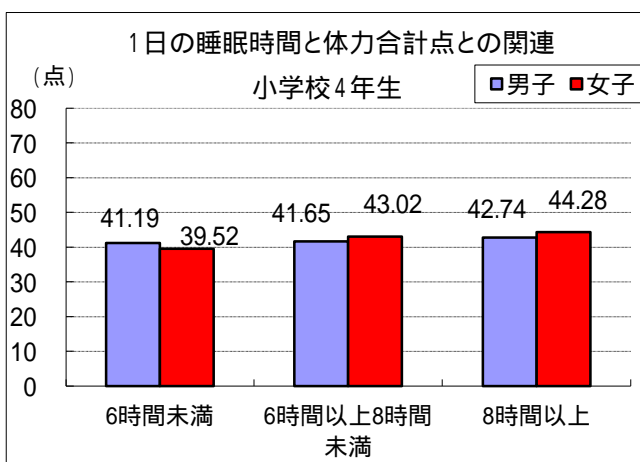
睡眠時間と体力の関係において、小学生では「8 時間以上」の児童が最も体力合計点が高くなりました。一方、中学生以上では、「6 時間以上 8 時間未満」の生徒の体力合計点が高いという結果が多く見られます。全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果では、本県では、小5女子の睡眠時間が低下傾向となっています。

小学校

1 日の睡眠時間

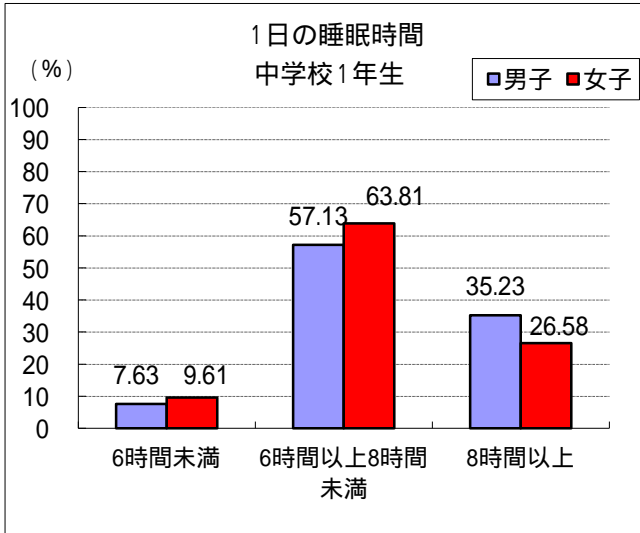


体力合計点との関連

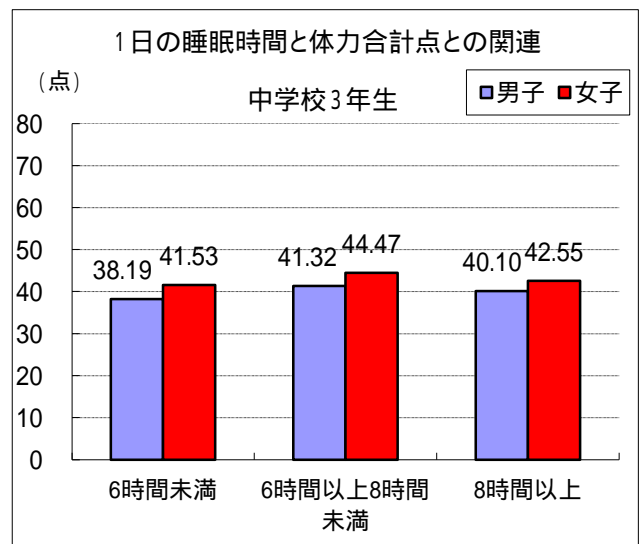
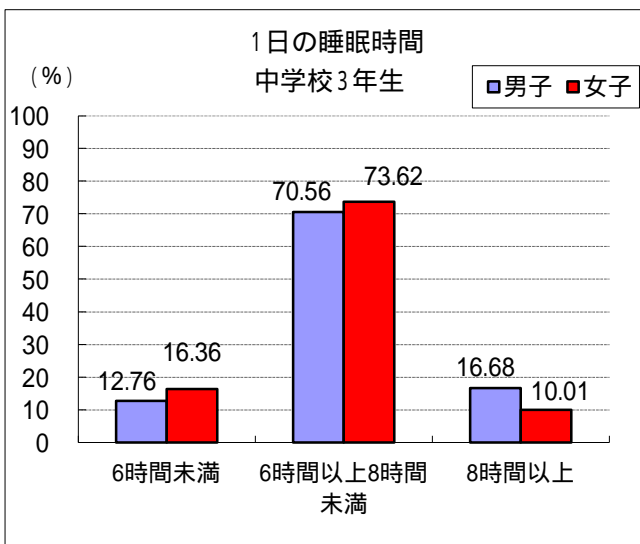
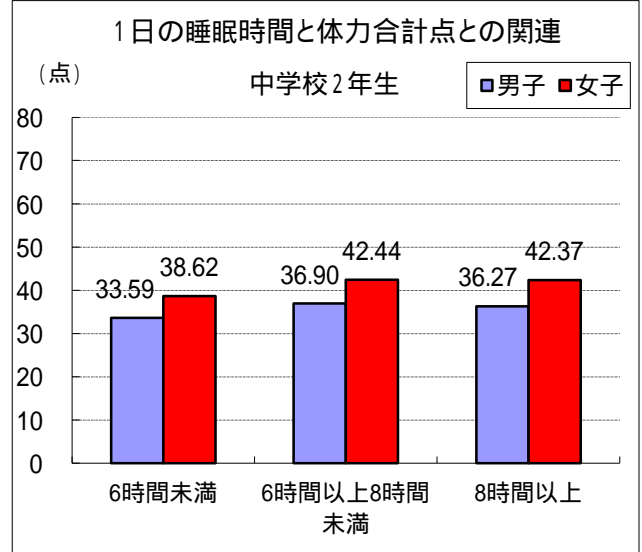
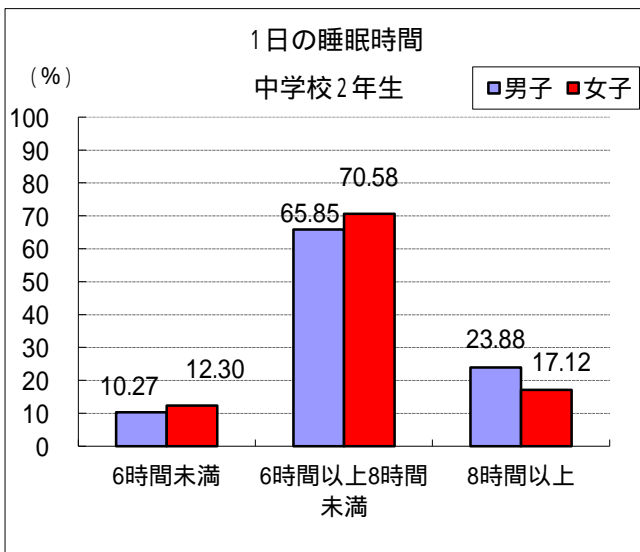
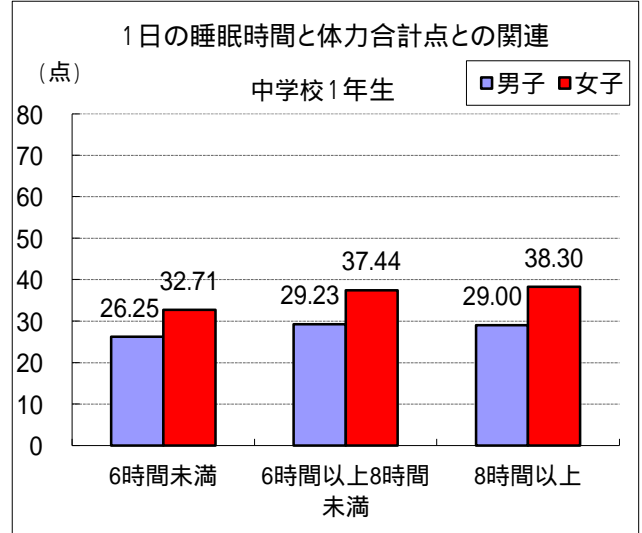


中学校

1日の睡眠時間

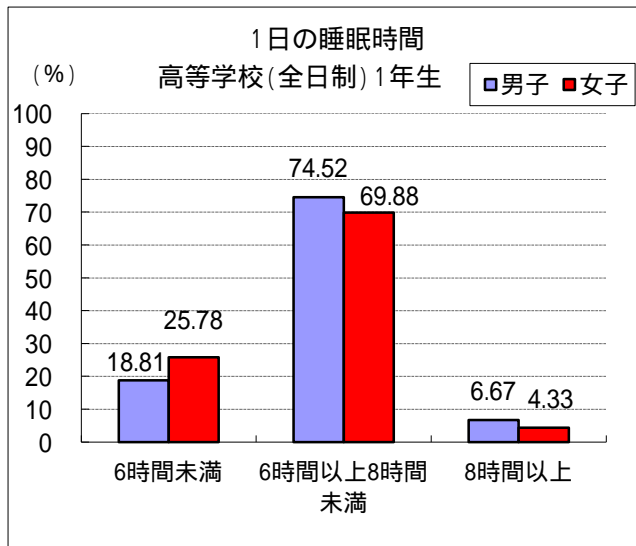


体力合計点との関連

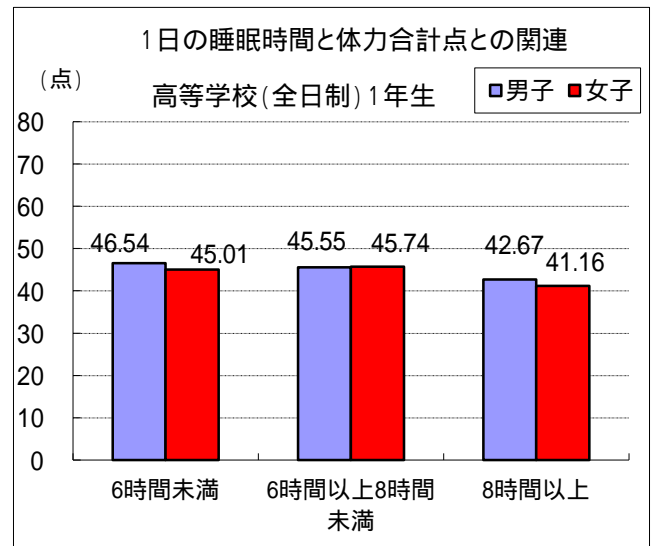


③高等学校(全日制)

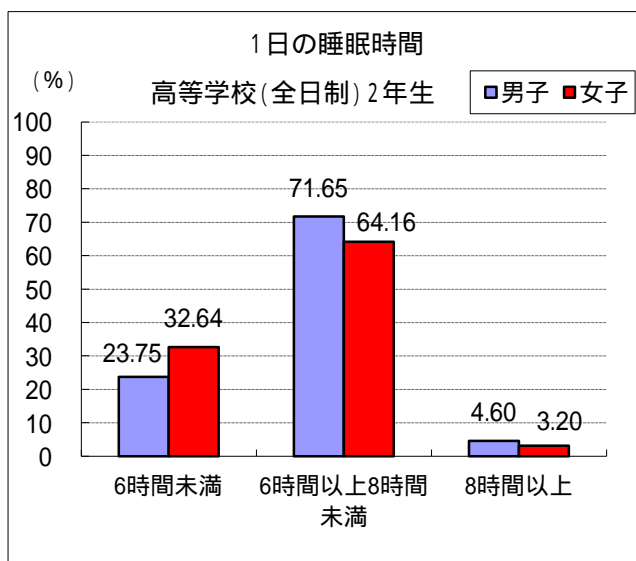
1日の睡眠時間



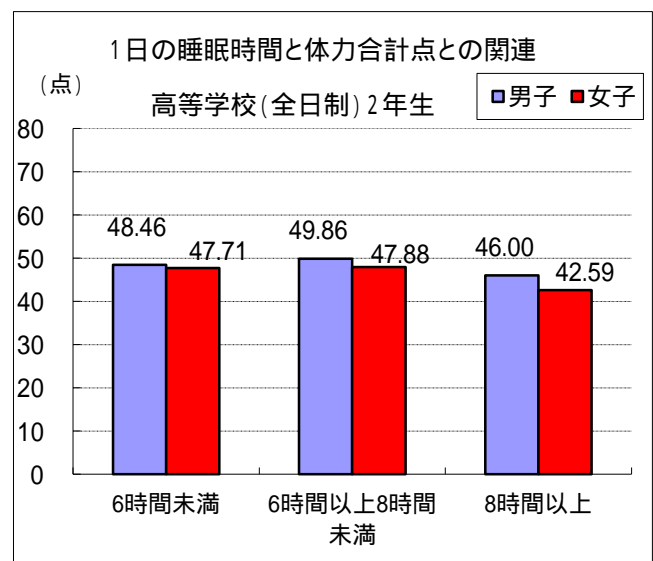
体力合計点との関連



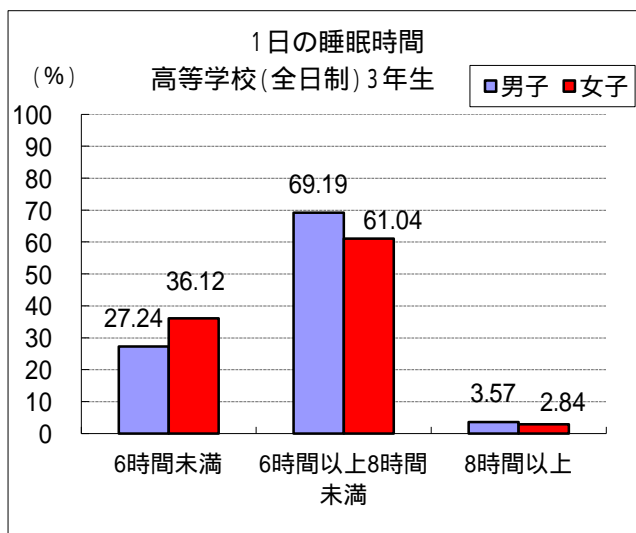
1日の睡眠時間



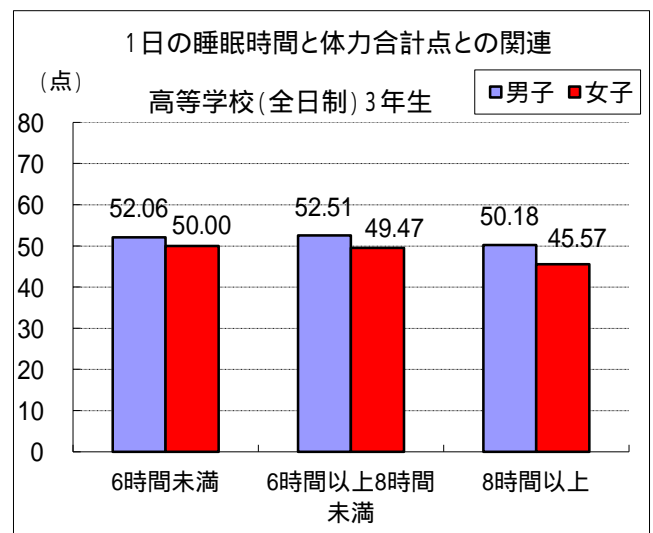
体力合計点との関連



1日の睡眠時間

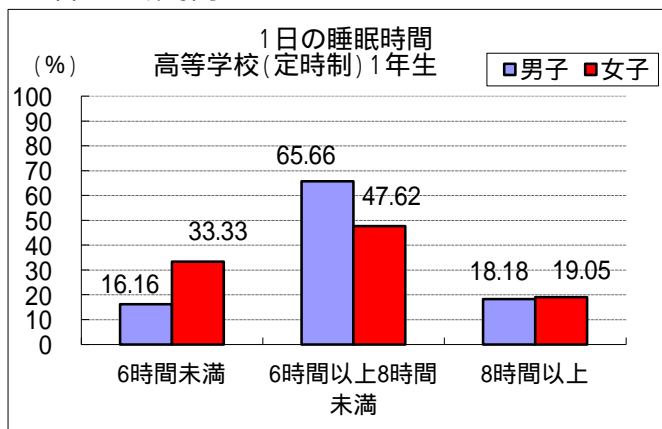


体力合計点との関連

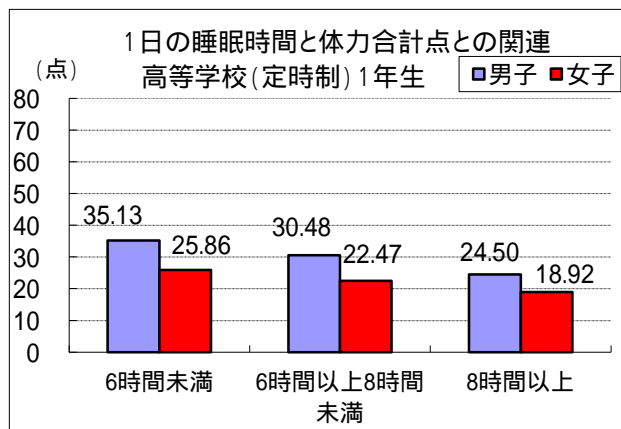


高等学校(定時制)

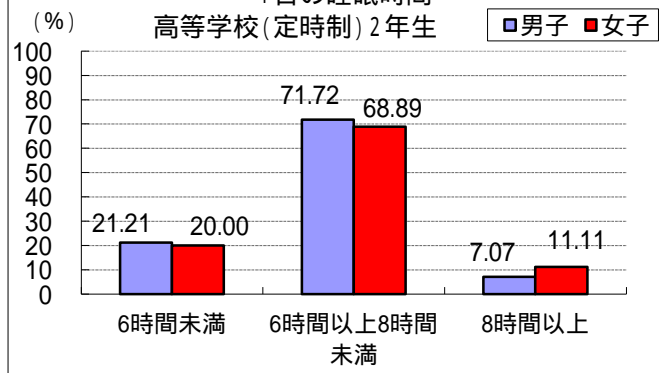
1日の睡眠時間



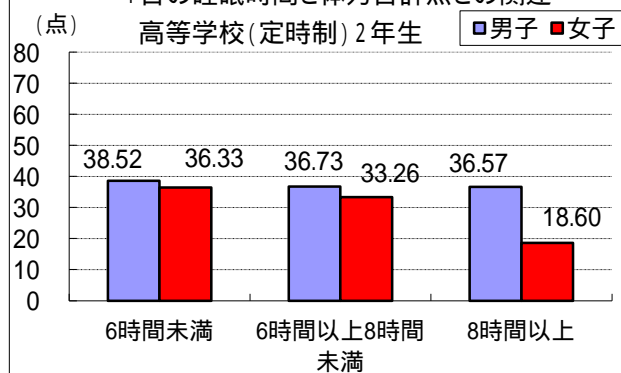
体力合計点との関連



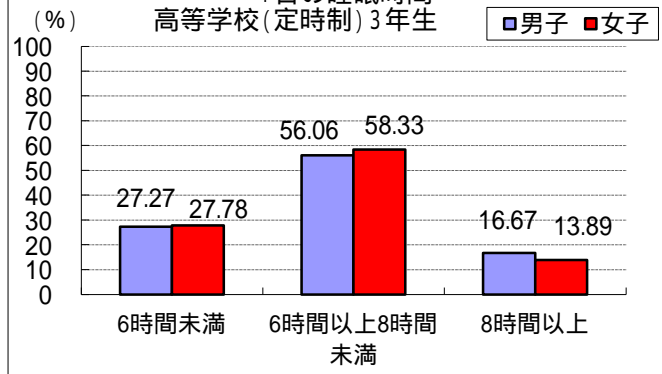
1日の睡眠時間
高等学校(定時制)2年生



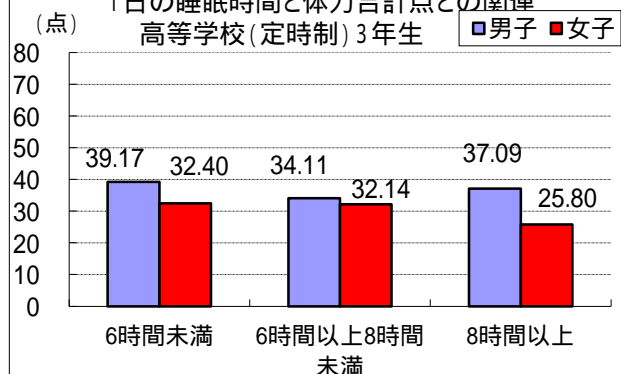
1日の睡眠時間と体力合計点との関連
高等学校(定時制)2年生



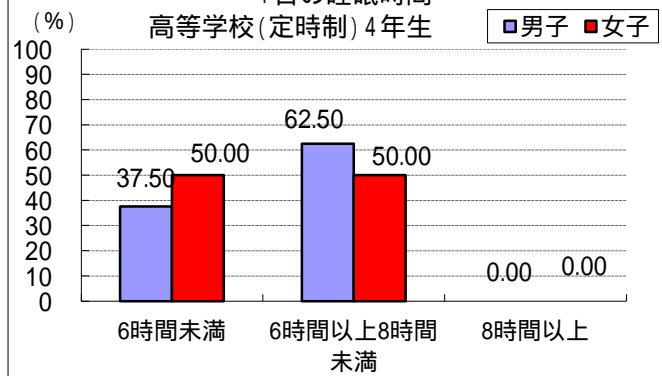
1日の睡眠時間
高等学校(定時制)3年生



1日の睡眠時間と体力合計点との関連
高等学校(定時制)3年生



1日の睡眠時間
高等学校(定時制)4年生



1日の睡眠時間と体力合計点との関連
高等学校(定時制)4年生

