

保護者様

横浜市立今宿小学校
校長 伊藤 和義

「体力・運動能力調査（新体力テスト）」生活実態調査のお願い

夏の青空のまぶしい季節となりました。保護者の皆様にはお変わりなく御健勝のこととお喜び申し上げます。
さて、横浜市教育委員会より生活実態調査の依頼がありました。御多用のところ恐れ入りますが、該当する番号に○を付けていただき6月15日（金）締め切りで各担任まで御提出をお願いします。

学年・組	年 組	氏名
------	-----	----

生活実態調査

1 居住地の都市階級区分	① 大・中都市 (人口15万人以上の市)	2 小都市 (人口15万人未満の都市)	3 町村
2 運動部やスポーツクラブにはいっていますか	1 はいっている	2 はいっていない	
3 運動やスポーツをどのくらいしていますか (学校の体育の授業をのぞく)	1 ほとんど毎日(週3日以上)	2 ときどき(週1~2日程度)	
	3 ときたま(月1~3日程度)	4 しない	
4 運動やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか(学校の体育の授業をのぞく)	1 30分未満	2 30分以上1時間未満	
	3 1時間以上2時間未満	4 2時間以上	
5 小学校入学前ほどのくらい外で体を動かす遊びをしていましたか	1 週に6日以上	2 週に4~5日	
	3 週に2~3日	4 週に1日以下	
6 朝食は食べますか	1 毎日食べる	2 時々食べない	3 毎日食べない
7 1日の睡眠時間	1 6時間未満	2 6時間以上8時間未満	3 8時間以上
8 ぐっすり眠る(よく眠る)ことができますか	1 週に6日以上	2 週に4~5日	
	3 週に2~3日	4 週に1日以下	
9 1日にどのくらいテレビを見ますか (テレビゲームも含む)	1 1時間未満	2 1時間以上2時間未満	
	3 2時間以上3時間未満	4 3時間以上	
10 1日のパソコン(タブレット型を含む) ・携帯電話・携帯ゲーム機の視聴時間	1 1時間未満	2 1時間以上2時間未満	
	3 2時間以上3時間未満	4 3時間以上	

以下、問5~8は、学校に行っている平日について答えてください。

問5 学校にいますとき、授業以外(授業の始まる前、休み時間、放課後)に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをどのくらいしていますか。

- 1 週に3日以上 2 週に1~2日くらい 3 月に1~3日くらい 4 しない

※「4」と回答した人は、問7へ進んでください。

(↓問6は、問5で1、2、3と答えた人が回答してください。)

問6 問5の活動は、1日にどれくらいの時間しますか。

- 1 1~29分 2 30~59分 3 1時間以上

問7 学校に行く前や学校から帰った後(平日で学校にいない時間)に、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをどれくらい行っていますか。

- 1 週に3日以上 2 週に1~2日くらい 3 月に1~3日くらい 4 していない

※「4」と回答した人は、問9へ進んでください。

(↓問8は、問7で1、2、3と答えた人が回答してください。)

問8 問7の活動は、1日にどれくらいの時間しますか。

- 1 1~29分 2 30~59分 3 1時間以上

以下、問9~10は、土曜日と日曜日について答えてください。

問9 土曜日と日曜日に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをどれくらいしていますか。

- 1 2日(土曜日と日曜日の両方) 2 1日(土曜日か日曜日のどちらか1日)

- 3 0日(ほとんどしていない) ※「3」と回答した人は、次のページの問11へ進んでください。

(↓問10は、問9で1、2と答えた人が回答してください。)

問10 問9の活動は、1日にどれくらいの時間していますか。

- 1 1~29分 2 30~59分 3 1時間~1時間59分 4 2時間以上