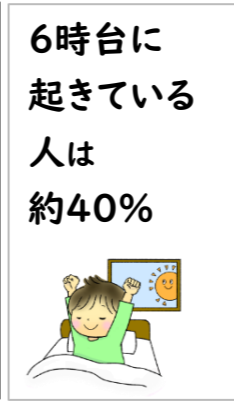
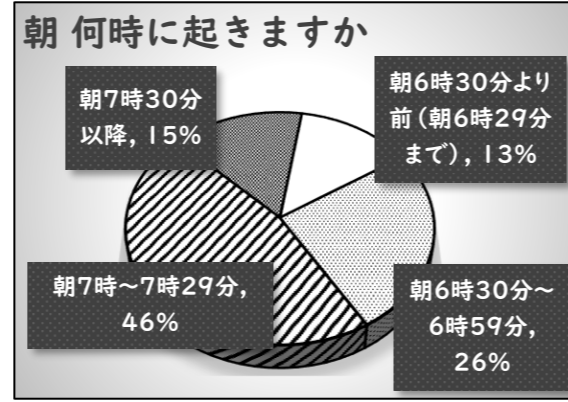
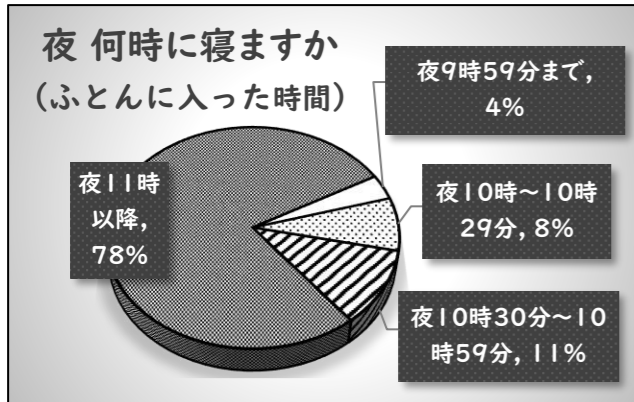
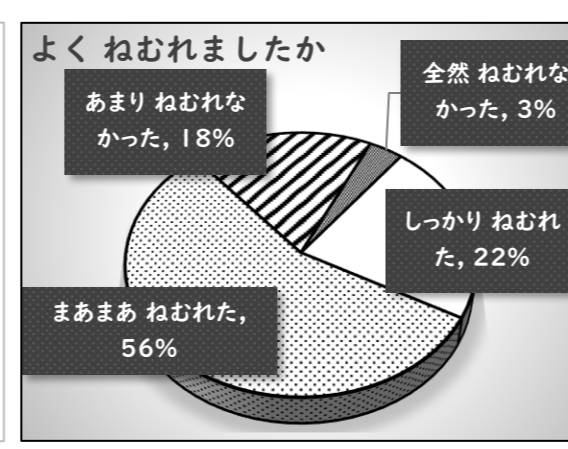
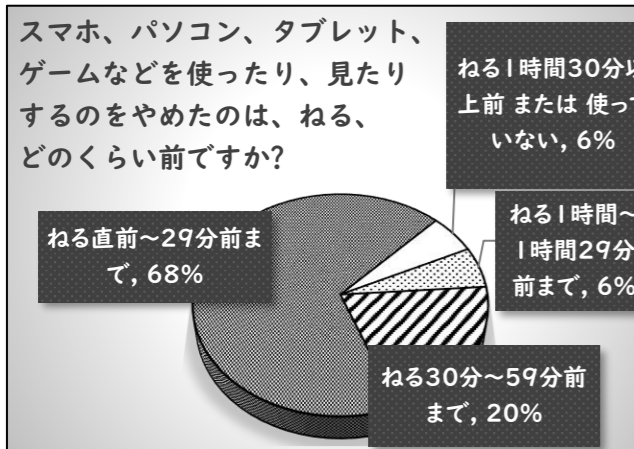
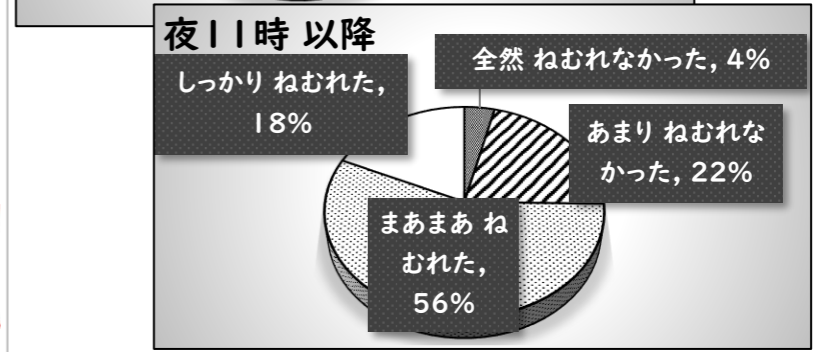
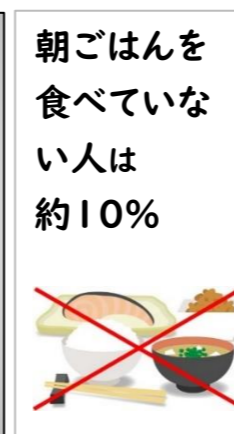
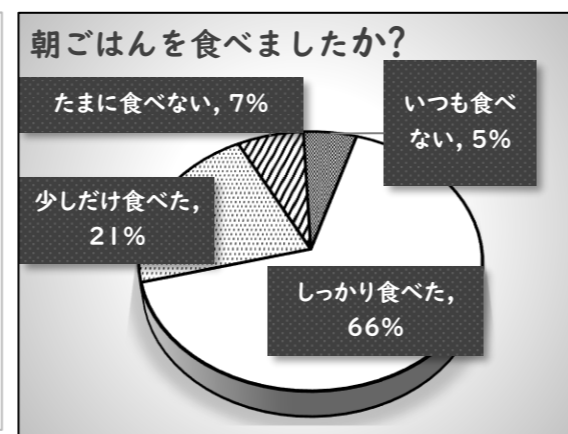
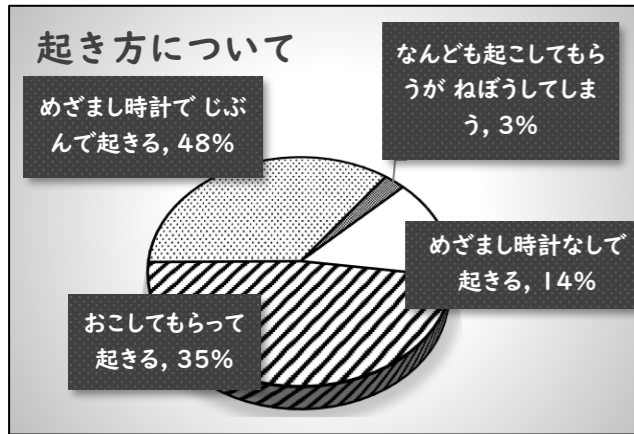
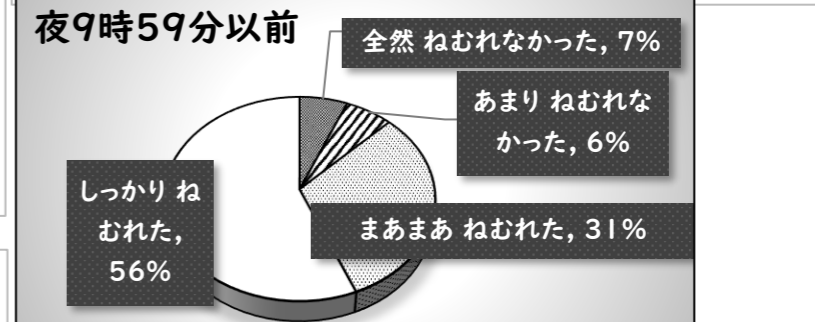


大阪狭山市中学3年生 すいみんアンケート集計

狭山中、南中、第三中
3年生438人
令和4年7月実施



「就寝時刻」と「よくねむれたか」との関係
就寝時刻が早いほど、よくねむれている人が多い
9時台：56% ⇔ 11時以降：18%



「就寝時刻」と「スマホ、ゲームなど見るのをやめたのは寝るどれくらい前か」との関係
就寝時刻が遅いほど寝る直前まで見ている人が多い

