

「早ね早おき朝ごはんについて」に関するキッズ・モニターアンケートの実施報告について

「早ね早おき朝ごはんについて」に関するキッズ・モニターアンケートの実施結果は下記のとおりです。

アンケートにご協力いただいたキッズ・モニターの皆様に厚くお礼を申し上げます。

なお、アンケートの内容及び回答集計については、e-モニターのホームページをご覧ください。

アンケート概要

アンケート実施期間

平成23年2月17日から平成23年2月28日まで

意見募集の結果

対象者数	149名
回答者数	73名
回答率	48%

アンケート結果について

Q1について

「早ね早おき朝ごはん」という言葉を聞いたことがあるかについては、「よく聞く」と「ときどき聞く」をあわせると72名98%が「聞いたことがある」と答えた。

Q2、Q3について

キャンペーンキャラクターについては、62名84%が「知らない」と答え、キャンペーンソングについては、70名95%が「知らない」と答えており、生活リズム向上の気運を高めるために、キャラクターやキャンペーンソングの周知を図る必要がある。

Q4について

キャンペーンキャラクターやキャンペーンソングをどこで知ったかについては、わずか5名が「学校のイベントで知った」と答えている。学校や地域で活用されていない現状がある。

Q5、Q6について

「早ね」「早おき」「朝ごはん」の中で、「早おき」と「朝食をとる」については、ほぼ半数が「できている」と答えているが、「早ね」については、できていない現状がある。

Q7について

できていない理由は、29名30%が「遅くまでテレビをみたり、ゲームをしているから早く寝られない」、21名22%が「遅くまで勉強しているから早く寝られない」、13名13%が「早く寝る習慣がないから」「家族が寝るのが遅いから」と答えている。

まとめ

今回は、「早ね早おき朝ごはん」についてアンケートを実施しました。

「早ね早おき朝ごはん」という言葉は知られているが、キャンペーンキャラクターやキャンペーンソングは、幼稚園や保育所では活用されているが、中学校や高校では活用されていないため、ほとんど知られていない。

また、平日は学校があるため、「早おき」「朝食をとる」ことは概ねできているが、「早ね」ができていない夜更かしの傾向がある。

今後は、中学生や高校生世代対象にキャンペーンの方法を工夫し、「早ね」を中心に基本的な生活習慣づくりに取り組む必要がある。