

どう過ごす？夏休み

保健室からの提案

75%

平日11時までには寝ている人

75%

益城中学校生 生活習慣アンケートより

平日の寝る時刻

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

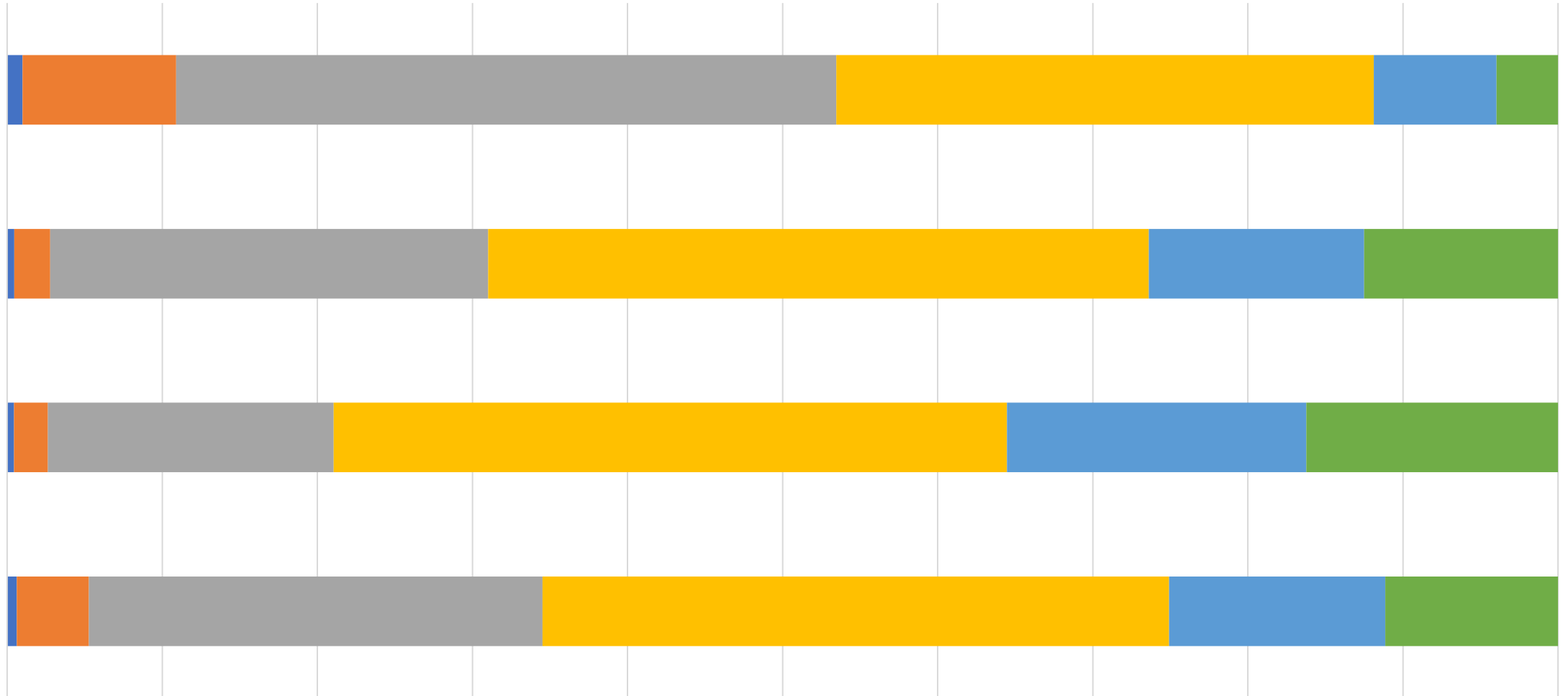
1年生

2年生

3年生

合計

■ 9時前 ■ 9時ごろ ■ 10時ごろ ■ 11時ごろ ■ 12時ごろ ■ 12時すぎ



夏休みも

「早ね・早起き・朝ごはん」!



92%

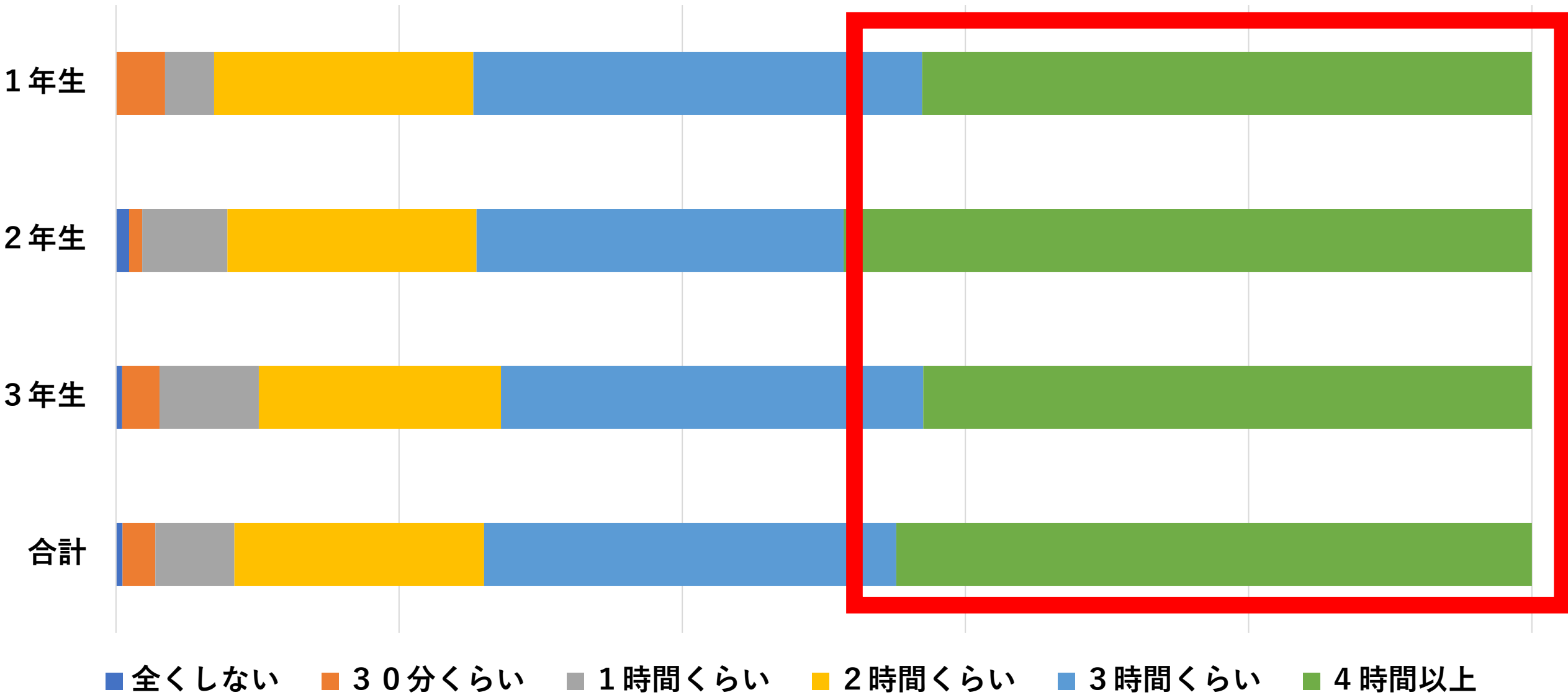
自分専用のスマホ・タブレット
を持っている割合

92%

益城中学校生 生活習慣アンケートより

休日のインターネット・ゲームの時間

0% 20% 40% 60% 80% 100%



**スマホ・ゲーム依存に
気をつけて！**



28人

全国2024年の水難事故
中学生以下の死者・行方不明者の数

28人

警察庁データより

全国2024年の水難事故
中学生以下の死者・行方不明者の数

☆河川 18人

☆水遊び 15人

警察庁データより

熱中症・けが・事故に 気をつけて！



138人

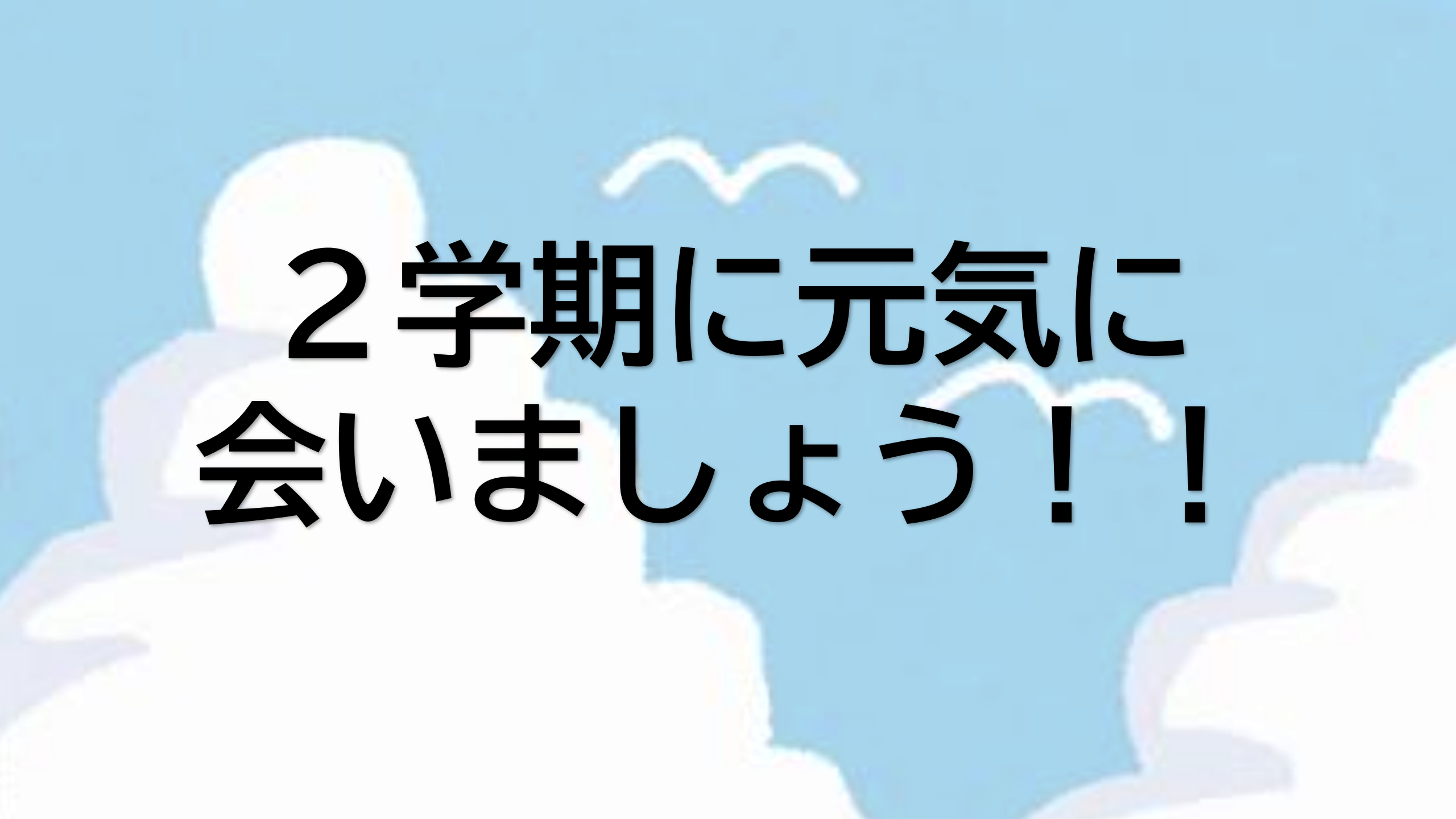
益城中学校生徒で
むし歯の治療が必要な人

138人

**夏休みは
治療、メンテナンスの
チャンス！**



めざせ！治療率100%



**2学期に元気に
会いましょう！！**