

大人が変わると子どもも変わる！！

活動の名称 「朝ラジ まなざし 朝ごはん」プロジェクト

団体等の名称 佐賀県 佐賀市

活動に含まれる（連携している）団体等

- 幼稚園 ■保育所 ■小学校 ■中学校 □高等学校 □中等教育学校 □特別支援学校
- 児童館 ■公民館 ■図書館 ■PTA ■子育て・教育支援団体、NPO ■企業・事業所
- 病院・保健所 ■早寝早起き朝ごはん運動・家庭教育支援に関する実行委員会・協議会（いきいきラジオ体操推進委員会）■行政（教育委員会） ■行政（保健・福祉部局） ■行政（その他の部局） ■その他（佐賀市自治会協議会、佐賀市地域婦人連絡協議会 他18団体）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

- 子どもだけではなく大人も地域のラジオ体操会に参加し、健康づくりと早起きの習慣づくりを行う。ラジオ体操会に大人も参加することで、地域の人々が顔見知りになり、登下校中などの子どもを見守る「まなざし運動」へつなげていく。
- 家族みんなで早起きをすることで、朝食をしっかりと食べる習慣を身に付け、食育を推進する。



◆ 主な活動内容

- ラジオ体操を行った回数と朝ごはんを食べた回数の両方をチェックできるオリジナルのラジオ体操カードを、小学校の児童や保育園・幼稚園の園児と保護者に配布。
- 市民の健康づくりとプロジェクトの普及・啓発のため、市役所本庁と7支所で昼休みにラジオ体操を実施。
- 朝食のレシピなどを市のHPや広報誌に掲載し、食育を推進している。



ラジオ体操カード



◆ 活動の成果と今後の展望

- ラジオ体操会場を対象に実施したアンケートでは、約20%の人が朝食を食べるようになったと回答した。また、約50%の人が近所の人とのあいさつが増えたと回答した。
- 毎年8月1日を「市民一斉ラジオ体操の日」と定め、通常の小単位の会場とは別に、小学校区で各種団体によるラジオ体操会（200～600名の参加規模）が開催され、早起きやラジオ体操による健康づくりが地域に広がっている。
- 地域に浸透し始めた早起きや食育を定着させるために、関係団体等と今後も連携して取り組む。