

# 「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」～「できたかな」の取組を通して～

活動の名称

親子で取り組むふれあいウィーク「できたかな」

団体等の名称

竜王町立竜王西幼稚園

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
- 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（

活動の概要

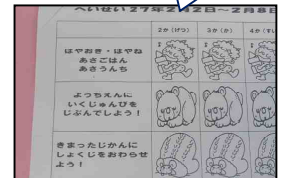


### ◆ 活動の目的・趣旨

『できたかな』の取組を通して、園と家庭とが連携をし、成長著しいこの時期に体作りの基盤となるよう基本的な生活習慣の育成を目指す。

また、子ども自身が『愛されている』ことを実感し、安定した生活を過ごせるように親子での触れ合いも大切にしていく。

『できたかな』の項目



### ◆ 活動内容

・基本的な生活習慣の確立を目指し、親子で『できたかな』に取り組み、寝る時間と起きる時間を決めるなど、一日の生活を振り返りながら日々の生活について見つめなおす。食育の視点からも項目に取り入れていく。

### ◆ 活動内容

『できたかな』の項目の中に『親子でできる触れ合い遊び』についても取り込み、子どもはもちろんのこと保護者も触れ合うことに楽しみを感じ充実した時間を過ごせるようにする。

## みんなで取り組もう！ 『早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち』

### ◆ 活動の成果と今後の展望

- ・親子が一年間継続して取り組んでいくことで、規則正しい生活が送れるようになり「朝家を出る時間を先に知らせておくと、見通しをもって、朝の用意をすることができるようになりました。」等、保護者からも感想が聞かれるなど、園と家庭とが共に子どもの成長を分かち合うことができた。
- ・年齢や経験の違いはあるが、発達段階に応じた目標を立てて、継続して取り組むことで自信をもって生活する姿へとつながっていくことを実感することができた。

さあ、自分のウンチは健康なウンチかな？



栄養教諭による『朝ごはん』を食べることの大切さについての指導

