

# <元気いっぱい 笑顔いっぱい ふるさと大好き かがみっ子>

**活動の名称** 中学校区保、小、中連携「ノーマディアデー、早寝・早起き、朝ごはん」

**団体等の名称** 八代市立有佐小学校

## 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

鏡中校区保小中連絡会、鏡中校区 PTA 連絡会による鏡中学校区小中一貫・連携教育の取組において、「元気いっぱい 笑顔いっぱい ふるさと大好き かがみっ子」を目指す子ども像に掲げ、「基本的な生活習慣の確立」を身につけさせたい力の一つに位置付け、「ノーマディア・早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進する。

「保小中連携プログラム」をもとに、家庭や地域と連携した取組を行うことで、長期的なスパンで「生きる力」を育むことを目指す。（平成21年4月開始）

### ◆ 主な活動内容

- ① 基本的な生活習慣の確立には、まずは生活リズムを整えることが大切である。そこで、中学校区の13の保、小、中が連携し、毎月2日ずつ「ノーマディア・早寝・早起き・朝ごはん」運動に取り組んでいる。本校では、平成25年度地域指定の食育推進校でもあり、食の大切さや朝ごはんの重要性について保護者の意識付けに特に力を入れている。
- ② 取組は家族全員に関わり、家庭へも浸透しつつある。「日頃から心がけて行動するようになった」など、子どもだけでなく保護者の意識にも変容が見られ、行動レベルも着実に向上している。
- ③ 各家庭に「保小中連携プログラム」を配付し、家庭でも取組をお願いしている。また、鏡支所だよりによる校区全体への取組の周知で、学校・家庭・地域の三者が連携した取組となっている。
- ④ 鏡中校区保小中連絡会で情報交換をしながら学び合い、中学校区全体でこの活動がより活発になるようにしている。

### ◆ 活動の成果と今後の展望

カードを活用し、各家庭の実態に応じた目標設定を通して、よりよい生活習慣が段階的に定着してきた。また、各種たより等による取組結果の広報は地域を挙げた取組となっている。各家庭や地域において、早寝・早起き、朝ごはんを中心とした基本的な生活習慣の大切さについて意識が高まり、早寝・早起きの習慣化や朝食摂取はもとより、家族間のコミュニケーションの増加等の成果が上がっている。この取組を今後も継続し、「地域の文化」として根付かせていきたい。



ノーマディアデー・早寝・早起き・朝ごはんカード (表)  
 前記正しい生活リズムを築くにこそするようにしましょう。  
 (6)年( )組 名前( )

月	日	朝ごはん	早寝	早起き	朝ごはん	朝ごはん
2月	25日	○	○	○	○	レベル 0
2月	26日	○	○	○	○	レベル 3
3月	1日	○	○	○	○	レベル 4
3月	2日	○	○	○	○	レベル 1
3月	1日	○	○	○	○	レベル 1

ノーマディアデーのレベル  
 レベル0・ちようせんできなかった。  
 レベル1・食事中お話しやテレビを消した。  
 レベル2・食事中お話しやテレビを消した。ゲームをしなかった。  
 レベル3・テレビ・ビデオ・ゲームは1日1時間までしなかった。  
 レベル4・テレビ・ビデオは消した。ゲームをしなかった。

ノーマディアデー・早寝・早起き・朝ごはんへの感想 (裏)  
 (6)年( )組 名前( )

月	日	おうちのひとからかきまじよう	おうちのひとからひとこと
6月		「テレビ、ゲームのやり過ぎはよくないよ。朝ごはんもちゃんと食べてね。」と、お母さんが、朝ごはんの準備をしてくれて、お母さんありがとう。	お母さんありがとう。
7月		「朝ごはんを食べると、元気になれるよ。早く寝て早く起きると、朝ごはんも美味しく感じるよ。」と、お母さんが、朝ごはんの準備をしてくれて、お母さんありがとう。	お母さんありがとう。
9月		「朝ごはんを食べると、元気になれるよ。早く寝て早く起きると、朝ごはんも美味しく感じるよ。」と、お母さんが、朝ごはんの準備をしてくれて、お母さんありがとう。	お母さんありがとう。