

「早寝、早起き、朝ご飯」で元気な君田っ子

活動の名称 「早寝、早起き、朝ご飯、生活リズム」運動

団体等の名称 高萩市立君田小学校・君田中学校

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

子供たちに望ましい生活習慣を身に付けさせ、自主性・自立性を育むため、学校・家庭・地域と連携して、「早寝・早起き・朝ごはん・生活リズム」運動を推進する。

◆ 主な活動内容

○毎月一週間をマナー週間として、「基本的な生活習慣」についての振り返りを家庭と連携して実施している。

○給食等において食育指導を担当や養護教諭を中心にを行い、特別に、栄養教諭等を招聘して保護者参加の「食育」に関する学級活動も実施してきた。また、親子で給食を共にし、団らんの大切さについて親子で学ぶ機会を設定している。

○給食指導において、バランスよく食べ、完食することを目的とし、がんばった児童には努力を認め賞賛するための賞状等も工夫して指導している。

○学校水田で、毎年地域の方々の支援を得ながら児童全員で米作りをしている。田植えから収穫までを地域の方々と共に児童全員で行う。秋には、「君小まつり」と称して収穫祭を実施し、中学生を含め地域の方々を招待して感謝の気持ちを伝えている。

○学校の畑に野菜を植え、育て、収穫する活動を通して、野菜に親しみをもたせる活動をしている。

○「ノーテレビデー」「ノーゲームデー」を家庭と連携して、定期的に設定することにより、規則正しい生活の実践や「学習時間の確保」についても家庭と連携して実践している。

○中学校では、生徒自らが作成した「生活時間リアル！チェック」等を通して生徒が自分で基礎的生活習慣を見つめ、生活習慣の確立を図る取組を実施している。

○小中の児童・生徒・職員で、4月に「お花見給食」、10月に「青空給食」を実施し、景色を楽しみながら食事をするようにしている。

○保健だより、学校だよりや学校ホームページ等で、本運動の趣旨や取組の様子を保護者や地域に発信し、理解と協力を得るように努めている。

◆ 活動の成果と今後の展望

○これらの活動により「望ましい生活習慣」が確立され、児童生徒の自主性・自立性を育むことにもつながった。

○米作りや野菜栽培の活動を通して、「食べ物」の大切さを知り、好き嫌いをする児童生徒が減少した。また、「米作り・野菜作り」の大変さなどを学ぶことができ、地域の方々への感謝の気持ちをもつこともできた。

○家庭との連携が深まり、正しい生活リズムづくりにつながった。

○今後も個別指導を充実するとともに家庭との連携を緊密にして、きめ細やかな指導を推進していく。

