

幼稚園から大学まで、全学で「食育」！

活動の名称 大学生が早寝・早起き・朝ごはん！

団体等の名称 学校法人 東京聖徳学園（聖徳大学）

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（大学・短期大学部）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

聖徳大学は、建学の精神「和」にもとづいて、「自律と自立」する品性を備える豊かな人間性の育成を初年次から行っています。

このたびの活動の特徴は、早寝・朝起き・朝ごはんを「食育」と「礼法」に結びつけ、この基本的な生活習慣の育成を、大学・短期大学部のみならず、附属幼稚園・小学校・中学校・高等学校から学園全体で取り組んでいることです。この活動で大切にしていることは、活動を教育課程に組み込み、評価をとめないながら、箸の持ち方という基本的な作法の習得から礼儀を大切にす生活規律を確立し維持できる力の育成に成果をあげることです。

◆ 主な活動内容

大学においては、学生30～40名ごとにクラスを編成し、各クラス1名の担任教員を置いています。そして年に数回、学生との個別面談を行い、「食育」を含めた望ましい生活習慣の確立について指導を行っています。また、『食事のマナー読本』（写真1）を作成し、新入生を対象に、5月初旬に行う「フレンドシップ・ツアー」（写真2）、7月に行う「学外研修」の中で、食事に関する正しい作法を身につけるよう、繰り返し教育実践に取り組んでいます。

附属幼稚園では、偏食の矯正や発育増進のために完全給食を実施し、給食を通して正しい食事マナーや箸の持ち方を指導しています。小学校・中学校では「礼法」の授業の中で、高等学校では「総合的学習の時間」の中で、教育課程に「食育」を取り入れ、食事の作法や望ましい生活習慣の確立について、教育を行っています。また、『食生活ガイド』や「食品カード」を活用して、食事の大切さを児童・生徒たちへ伝えています。

◆ 今後の展望

聖徳大学は、保育士や幼稚園・小学校等教員を目指す学生が多く在籍する大学として、学生が基本的な生活習慣の重要性を認識し、将来、園児や児童、生徒たちに生活習慣の確立や食育について指導することができるよう、教育に取り組み続けて参ります。

食事のマナー読本



写真1 食事のマナー読本



写真2 フレンドシップ・ツアーでの食育実践