

<今日から始めてみませんか？「はやね・はやおき・あさごはん」>

活動の名称 「はやね・はやおき・あさごはん」運動

団体等の名称 早寝・早起き・朝ごはん実行委員会 in 宮城（略称：いい朝みやぎ）

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

子どもたちの基本的な生活習慣の定着について、私たち大人一人一人が自らの問題として再認識するとともに、この趣旨に賛同する市民・県民、関係団体、民間企業等の自発的な連携により、出来るところから具体的な取り組みを実践し、その輪を広げることによって、子どもを取り巻く環境を少しでも改善できるよう、平成18年の設立以来、宮城から全国に向けて様々な活動を発信しようとするものです。

◆ 主な活動内容

- 各種イベントに参加し、パンフレットや啓発グッズの配布、着ぐるみによる早寝早起き朝ごはん体操の実演や紙芝居等をおし、「はやね・はやおき・あさごはん」の普及活動を展開しています。
- 独自に企画・運営する「早寝早起き朝ごはんゴミ拾いイベント」では、自ら早起きして集団で駅前等のゴミを拾うことで、早起き・朝ごはんを実践し、早寝に繋げる契機としています。
- 「プロスポーツ観戦&食育イベント」では、被災地域の親子を地元プロスポーツの試合観戦に招待し、参加者に早寝・早起きや朝食を励行する大切さに加え、子どもたちの心の復興を視野に入れた取組をするなど、地域に密着した子どもの指導・教育に努めています。
- 毎月1回定例会を開催し、各種活動の企画立案や情報交換等を自主的に行っています。



◆ 活動の成果と今後の展望

独自取組の参加者は一般からも公募し、その輪を広げています。

今後も、子どもだけではなく大人も含めた生活リズムの向上を図る普及啓発を行っていきます。