

# すっきり いきいき たくましようだいさくせん 詫間小大挑戦

活動の名称

すっきり いきいき たくましようだいさくせん 詫間小大挑戦

団体等の名称

三豊市立詫間小学校

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(婦人会、安全パトロール隊、マリンウェーブ、JA)

活動の概要

## ◆ 活動の目的・趣旨

子どもの心身の健康増進、学習能率の向上を図るには、望ましい生活習慣を身に付けることが大切であると考えている。そこで、健康的な生活を実践させるために、「早寝・早起き・朝食・排便・歯磨き・あいさつ」の6項目に取り組むことで、家庭での生活リズムの改善や習慣化を図っている。特に、本校の課題である朝食欠食の改善に重点的に取り組んできた。

## ◆ 主な活動内容

### ○ マトリックス表を活用した単元構成

マトリックス表にまとめることで、6年間の教育活動全体を通して横断的、系統的な指導を行った。右記は、朝ごはんを食べる指導についての各学年の指導内容である。

### ○ ライフスタイルチェック

2か月に一度「すっきり・いきいきウィーク」と名づけて、土・日曜日をはさんだ6日間の生活チェックをすることで、自分の生活を振り返り反省すべき点を見つけ、次回に生かしている。また、「カイクツ朝ごはん」のキャラクターを活用し、関心や意欲を高め、生活習慣を見直すきっかけづくりとした。

### ○ 朝ごはんレシピの募集と朝ごはんチャレンジ

時間のない朝でも簡単にできる朝ごはんのレシピを募集し、食育だよりで発信することで家庭と学校が連携し、朝ごはんの大切さを考える機会を設定した。さらに、児童の意欲化を図るために、チャレンジ朝ごはんスタンプラリーを行った。家庭でレシピをもとに朝ごはんづくりに挑戦した児童には、スタンプを押し、実践の足跡が残るように工夫した。

### ○ 多様な人たちとの連携・協働



- 1年…朝ごはんをきちんと
- 2年…朝ごはんパワーを見つけよう
- 3年…元気もりもり朝ごはん
- 4年…どんな朝ごはんがいいのか?
- 5年…朝ごはんはなぜ大切なの?
- 6年…自分で朝ごはんを作ろう



【朝ごはんスタンプラリー】



【専門性を生かした指導】



【地域のひとと米づくり】



【保護者とおにぎらずづくり】



【地域のひととテングサ採取】

## ◆ 活動の成果と今後の展望

自分自身の生活習慣や学びから得た知識を再考し、朝食を食べてくる児童が増えてきた。朝ごはんの内容も栄養のバランスを考えて食べている割合が着実に増加している。また、欠席者が減少し、出席率が向上傾向である。表情が明るくなり学習意欲も向上してきている。授業や学校給食で食品の栄養や食文化、地域独特の素材等について学んだことで、食文化に関する関心が高まった。早寝・早起きについては、季節や個人に関係するところもあるので、粘り強く家庭への啓発を行っていく。

「朝食を毎日食べていますか」  
 26年度…92.9%  
 27年度…95.0%  
 28年度…97.3%  
 (全国学力学習状況調査質問紙より)