

# 食育から広げる生活リズム向上プラン



## 背景

- ・子どもの基本的な生活習慣の乱れ
- ・食習慣の乱れや生活習慣病の増加

- 子どもの基本的な生活習慣や生活リズムの向上を図る。
- 家庭や地域と連携しながら学校における食育を推進する。
- 家庭や地域の教育力の向上を図る。

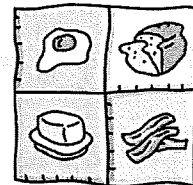
## 展開

### 県の事業

■子どもの生活リズム向上を県民運動として展開

PTA連合会等との連携

- 1 県民への啓発推進のためのシンポジウム開催
- 2 家庭向けリーフレットの作成・配布
- 3 朝食料理コンクールの実施
- 4 生活リズム向上応援隊(仮称)による取組の推進
- 5 県とモデル地域関係団体の連絡会議の実施
- 6 各地域の取組や成果を発表する研究協議大会開催



### 地域ぐるみでの取組 (市町村の実行委員会へ委託・6市町村)

#### 学校

#### 食育推進事業

《取り組み例》

- 学校給食への地場産物利用促進
  - ・地場産物を活用した献立づくり
  - ・学校関係、農協、流通関係者等連絡会
- 授業における食育の充実
  - ・学校教育ボランティア発掘
  - ・食に関する指導充実
- 家庭・地域への啓発
  - ・食育の重要性についての啓発活動

#### 家庭

#### 子どもの生活リズム向上事業

《取り組み例》

- 地域で取り組む生活リズム向上運動  
(メニュー例)
  - ・PTA等と連携した啓発事業
  - ・地域の子どもの生活リズム調査の実施
  - ・通学合宿による生活リズムづくり
  - ・ノーテレビデーと読書活動の推進 等
- ・栄養バランスを考えた朝食レシピの開発

〈連携〉

## 効果

- ・子どもの基本的な生活習慣の確立と生活リズムの向上
- ・子どもの望ましい食習慣の育成

- ・毎日朝食を食べる子どもの割合・・・目標86%(H23年度)
- ・地場産物を活用した学校給食・・・目標40%(H20年度利用率)



# 食育から広げる 生活リズム向上プラン

地域・ボランティア等

教育関係者等



食品関連事業者

農林漁業者等



近年、子どもたちの基本的な生活習慣の乱れが指摘され、学習意欲や体力・気力の低下にも影響していることが、様々な調査から明らかになっています。

岡山県教育委員会では、各家庭や地域ぐるみで早寝早起きや毎日朝食をとることに取り組んでいくなど、関係機関と連携して、子どもたちの望ましい基本的な生活習慣を育てていくことを目的として、「早ね早おき朝ごはん」運動を推進していきます。



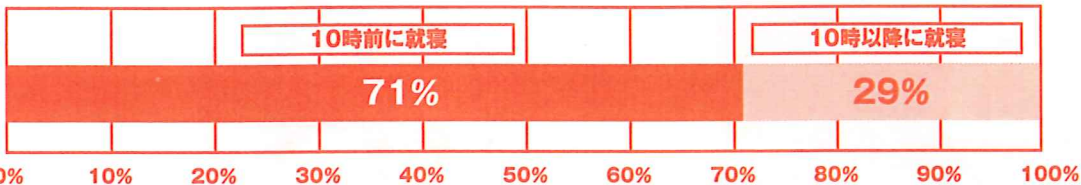
# 早寝! 早起き! 朝ごはん! で 生活リズムを整えよう!



生活習慣は、子どもの学力・体力・気力に大きな影響を与えています。  
学力・体力・気力を身につけるカギはもっと身近なところにあります。

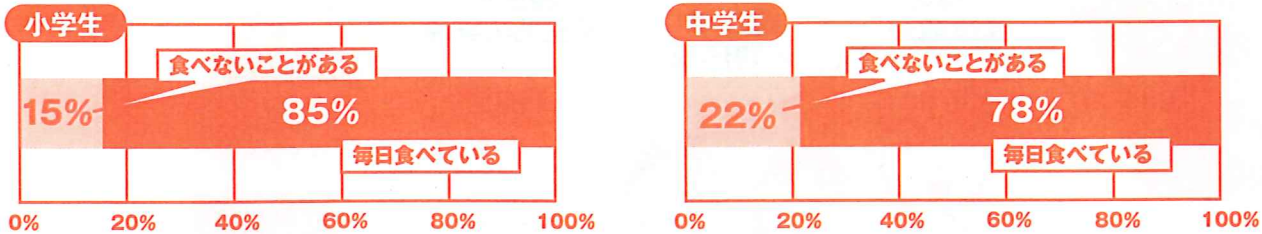
## 子どもの基本的な生活習慣

### ★就学前の幼児における就寝時間



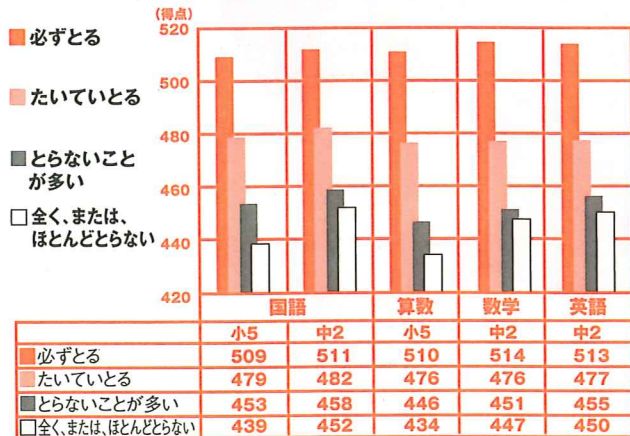
※ベネッセ教育研究開発センター「第3回幼児の生活アンケート」 首都圏(東京、神奈川、千葉、埼玉)1.5歳~6歳の幼児を持つ保護者2,980名

### ★朝ごはんを食べないことがある小・中学生



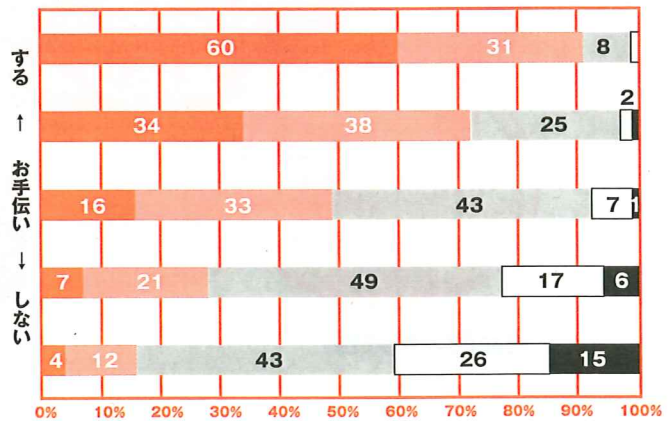
※平成17年度文部科学省委嘱調査「義務教育に関する意識調査」より 調査対象:全国の小中学生・保護者等36,000名

### ★毎日朝食をとる子どもほど、 ペーパーテストの得点が高い傾向



※出典:国立教育政策研究所「平成15年度小・中学校教育課程実施状況調査」  
調査対象:小学生 約21万1千人(小学5・6年生各約10万人)  
中学生 約24万人(各学年約8万人)

### ★お手伝いをする子どもほど 道徳観・正義感が身についている傾向



道徳観 正義感が ■ある ■まあまあある ■ふつう □あまりない ■ない  
※青少年教育活動研究会「子どもの体験活動等に関するアンケート調査報告書」(平成11年)による  
調査対象:全国の小学校2・4・6年生、中学2年生及びその保護者(回答児童生徒数11,123人)

## “早ね早おき朝ごはん” ロゴマークについて

明るく健康的な「岡山県マスコットももっち」をキャラクターとして、望ましい生活リズムを身につけることの大切さを呼びかけるために作成しました。この取組に賛同し、取組を進めていただける全ての個人や団体に自由に使用していただけるものです。ご希望の方は、下記ホームページからダウンロードしてください。

<http://www.pref.okayama.jp/kyoiku/syogai/>

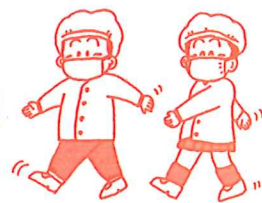
お問い合わせ先 県教育庁生涯学習課社会教育班 TEL:086-226-7597





# 学校・家庭・地域が連携して

# 食育・生活リズム向上を推進!



## 食育および生活リズム向上を推進

子どもの基本的な生活習慣を育成することが重要な課題となっています。子どもの望ましい食習慣の形成に重点を置いて、こうした課題を解決しようとする場合、学校においては、「生きた教材」である学校給食の充実を図り、学校教育活動全体を通じた食に関する指導を図るとともに、家庭・地域においては、基本的な生活習慣の育成に向けた様々な取組を実践するなど、

学校・家庭・地域の三者が連携を図りながら子どもの生活リズム向上を推進していくことが重要です。



## 栄養教諭が配置されました。



18年度・・・倉敷市・瀬戸内市・鏡野町

19年度・・・岡山市・総社市・新見市・真庭市・奈義町・和気町

合計 9名

### どんな仕事をするの?

食に関する指導に係る全体的な計画の作成など、学校全体の取り組みに企画段階から中心的に携わり、教職員間の連携・調整を図るとともに、給食だよりの発行や、親子料理教室の開催などを通じ、家庭や地域社会と連携しながら啓発活動を進めます。

つまり、食に関する指導のコーディネーターとしての役割を果たすこととなります。

## 平成19年度

## 食育や生活リズムの向上を図るモデル事業の取組

- ・食育から広げる生活リズム向上プラン(井原市・高梁市・赤磐市・美作市・奈義町・和気町)
- ・栄養教諭を中核とした食育推進事業(岡山市・真庭市)
- ・地域に根ざした学校給食推進事業(総社市)
- ・児童生徒の生活習慣と健康等に関する調査研究事業(新見市)



以上のモデル地域は、その効果の発信地となり、活動を報告し、県下全域へ普及し、元気な「岡山っ子」を育成します。



平成19年度

# 岡山県教育委員会食育推進関連事業

## シンポジウムの開催

### 「子どもの生活リズム向上シンポジウム」

～服部幸應先生と岡山っ子の健康を考える～

■開催日時:平成19年6月25日(月)

12:30受付開始

13:00開演

16:00終了

■開催場所:岡山市民会館

〈基調講演〉

「食育のすすめー大切なものを失った日本人ー」

服部幸應先生

〈シンポジウム〉

テーマ「学校・家庭・地域が連携して進める食育」

■申込方法:官製はがきでお申し込みください。



「早寝早起き朝ごはん」全国協議会副会長

はっとりゆき お

服部幸應先生

**参加無料**

申込メ切り:6/8必着

700-8570  
岡山市内山下  
岡山県教育庁  
保健体育課  
シンポジウム  
担当 係

表

個人又は団体名  
参加人数  
御案内送付先  
・氏名  
・住所 〒番号  
・電話・ファックス番号

裏

## 我が家の朝食、自慢コンクール

夏休みに家族で取り組んでみよう!



■応募資格:小中学生の保護者およびその家族

(応募用紙はお子様を通して家庭へ配布致します。)

■募集期間:平成19年7月～9月7日(金)必着

■応募方法:規定の用紙に記入し、郵送もしくはFAXで

岡山県教育庁保健体育課 宛

〒700-8570 岡山市内山下2-4-6

FAX086-226-3684

## 研究協議大会の開催

平成20年2月下旬に研究地域の発表会と料理コンクールの表彰を予定しています。



● 問い合わせ先

岡山県教育庁保健体育課

〒700-8570 岡山市内山下2-4-6 TEL086-226-7591 FAX086-226-3684

岡山県教育庁生涯学習課

同上

TEL086-226-7597 FAX086-224-2035