



子どもの生活習慣づくり支援事業について

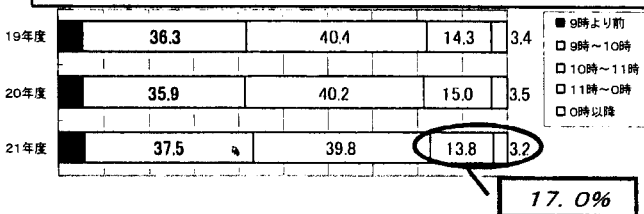
早寝早起きや朝ごはんを食べるといった基本的な生活習慣の乱れは、子どもたちの学習意欲、体力、気力にも大きな影響を及ぼす。

毎日朝食をとる子どもほど、学力調査の平均正答率が高い傾向

家庭における食事、睡眠などの乱れを個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことなく、社会全体の問題として地域が一丸となり、子どもの健やかな成長を期して、基本的な生活習慣を育成し、生活リズムの向上を図るための取組を推進していくことが必要である。

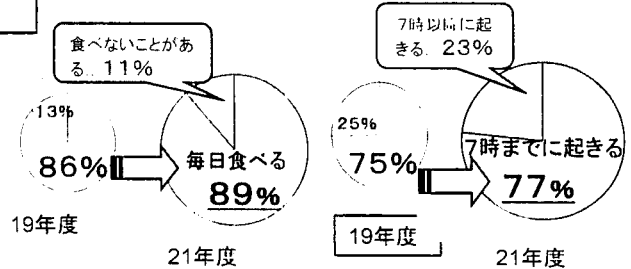
「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進(平成18年度～)

◎就寝が11時以降の児童が17.0%、特に0時以降就寝の児童は3.2%



文部科学省「平成21年度 全国学力・学習状況調査」より (小学校6年生)

◎朝食摂取や早起きは改善の傾向



今後は特に睡眠(就寝)時間を中心に家庭や企業などへさらなる理解を求めていく必要

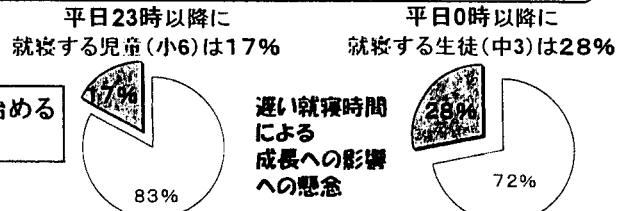
子どもの生活習慣づくり支援事業

(前年度予算額 219,454千円)
22年度予算額 99,308千円

背景 子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠など、規則正しい生活習慣が大切である。近年、子どもたちの生活習慣の乱れが学習意欲、体力、気力の低下の要因の一つとして指摘。

子どもの基本的な生活習慣の定着には、特に、睡眠(就寝)時間の改善が重要

できることから始めることが大切!



子どもの生活習慣づくり支援事業

家庭や社会の影響を受けやすい子どもたちに対しては、就寝(睡眠)時間の改善を中心に基本的な生活習慣を定着させていくことが依然として課題。このため、家庭や学校、地域にとどまらず、仕事と生活の調和のとれた社会を実現していく観点から企業などを含めた社会全体の問題として理解や取組を促進するため、これらの課題について様々な分野から論理的に裏付けるデータに基づいた啓発を推進。

全国的な普及啓発の実施

家庭や企業などへ更なる理解を求めていくため普及啓発を実施。

①事業選定・評価委員会の設置

事業の選定や評価に関する評価委員会を設置し、また、調査分析会議において、子どもの生活習慣に関する様々な調査研究成果の横断的な分析等を実施。

②府省や地域との連携による取組の推進

府省や地域、団体、企業(CSRや社内の取組)等との連携を図るため、共同企画による取組や啓発資料の作成等を実施。

③官民連携による子どもの生活習慣づくり研究協議会の開催

関係府省の取組等と連携・協力しながら、企業の社会貢献活動や社内における先進的な取組などの事例を分析するなど、子どもの基本的な生活習慣を育成する気運の醸成を図るための方策を検討する研究協議会を開催。

地域における研究成果の普及啓発

実行委員会 5か所
科学的データ等を活用し、地域において効果的な、子どもの生活習慣に関する取組方法等について、研究発表会を通じて普及啓発を図る。

地域や企業の取組を促進し「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進

- 企業(CSR等)との協働により、子どもの生活習慣づくりを支援。
- 企業・団体との連携促進。

企業等とのタイアップ例

電鉄会社の交通広告 フェーストフードのトレーマツ

子どもの基本的な生活習慣の定着

～学校・地域・企業で取り組む「早寝早起き朝ごはん」運動～

子どもの生活習慣づくり取組事例集

趣旨

各地域や学校及び企業・団体において子どもの生活習慣づくりの取組に活用してもらうことを目的に作成。

配布概要

配布対象：
全国の教育委員会、都道府県のPTA連合会、公立幼稚園連合会 など

配布時期：
平成22年3月

調査研究事例・成果を中心にメディア・企業・スポーツ団体や地域独自の普及啓発活動事例、すぐに活用できる素材を取りまとめています。

子どもの生活習慣づくりの取組に積極的に活用ください！

主な目次

- 第1章 なぜ「早寝早起き朝ごはん」なのか
- 第2章 「早寝早起き朝ごはん」全国協議会の取組
- 第3章 「子どもの生活リズム向上」に関する主な取組事例等

- ◆学校・保育所等を中心とした取組
- ◆地域ぐるみで展開した取組
- ◆子どもの睡眠に着目した取組
- ◆生活リズムの記録づけに着目した取組
- ◆リズム遊び等の効果検証

◆生活習慣が子どもの発達に及ぼす影響等についての実態調査

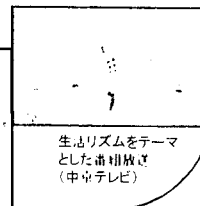
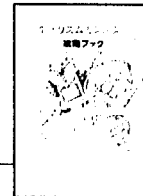
- ◆メディア・企業・スポーツ団体における普及啓発の取組
- ◆地域独自の訪問型普及啓発活動(キャラバン隊)

計25事例

- ◆県民運動等の取組
- ◆付録



生活リズムモン
スター図鑑ブック
(白山市)



生活リズムをテーマ
とした番組放送
(中京テレビ)

「早寝早起き朝ごはん」国民運動リーフレット・ポスター

～Jリーグと連携した取り組み～

趣旨

「早寝早起き朝ごはん」を通じた子どもの基本的な生活習慣の重要性について、スポーツ等の地域貢献活動等を行っているJリーグの協力を得て、リーフレット・ポスターによる啓発を行い、「できることから始める」という意識で子どもの生活習慣づくりに取り組んでもらうことを、幅広く呼びかける。

リーフレットの主な内容

- ◆Jリーガーからの応援メッセージ
 - ◆子どもたちの基本的な生活習慣等に関するデータ(学力調査・体力調査等)
 - ◆専門家からのアドバイス、Q&A 等
- (A4サイズ、計8ページ)



はやおさくん
じやなせたかし

リーフレットの配布概要

配布先：

- ・都道府県・政令指定都市教育委員会、各市町村教育委員会
- ・Jリーグ(事務局及び全37クラブ)・「早寝早起き朝ごはん」全国協議会会員 等

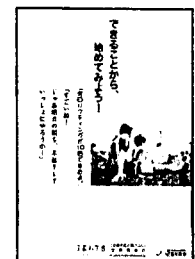
活用方法 等：

- ・主に小学校等を通じて、子どもとその保護者に向けて配布(各教育委員会等経由)
- ・Jリーグと連携し、ホームタウンにおける地域貢献活動等で活用

(学校訪問、親子のサッカー教室、環境活動等)

～「早寝早起き朝ごはん」運動でリーフレット配布等をご希望の場合には、ご相談下さい～

文部科学省「早寝早起き朝ごはん」国民運動プロジェクトチーム(03-5253-4111 内線3467)



構成イメージ



「早寝早起き朝ごはん」国民運動の全国展開

～子どもたちの基本的な生活習慣の確立のための機運の醸成～

「早寝早起き朝ごはん」 全国協議会

団体・企業等、幅広い分野で構成する「早寝早起き朝ごはん」全国協議会を設立し、地域全体で家庭の教育力を支える社会的機運の醸成を図る

設立：平成18年4月24日
会員数：243（企業73 団体159 その他11）
（平成21年12月現在）

「早寝早起き朝ごはん」に関する情報発信
保護者や子どもに対する普及啓発
教員等への情報提供

など

文 部 科 学 省

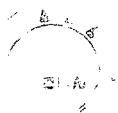
平成18年度より、子どもたちの望ましい基本的な生活習慣を育成するため、全国的な普及啓発活動や先進的な実践活動などを推進するなど、子どもの基本的な生活習慣の定着を図る

地域における研究成果の普及啓発
関係府省や民間企業等との連携

・国民運動関係省庁連絡会
（内閣・農水・厚労・環境・国交他）
・事業間連携、啓発資料等配布協力

など

子どもたちの健やかな成長のための基本的な生活習慣の確立



「早寝早起き朝ごはん」全国協議会 による国民運動の推進

平成22年度実施予定事業

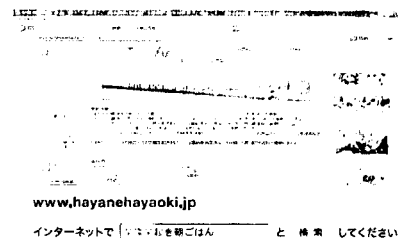
●「早寝早起き朝ごはん」キャラバン隊

全国の学校等、地域の行事やイベント等を活用し、子どもの基本的な生活習慣の重要性について、保護者や子どもに対して普及啓発活動を展開。



●「早ね早おき朝ごはんコミュニティサイト」の運営

「早寝早起き朝ごはん」国民運動に関する情報の他、各種啓発用ツールの提供
（やなせたかし氏 啓発紙芝居、フォーラムでの配付資料等）



●指導者用資料の作成

早寝早起き朝ごはんの重要さを教員や地域で活躍する指導者に知ってもらい、さらに運動の広がりを目指すため、指導者用のテキストを作成。

～その他、各種イベントへの出展等の実施を予定しています～

「早ね早おき朝ごはん」コミュニティサイト ダウンロードコンテンツ①



やなせたかし氏作 紙芝居

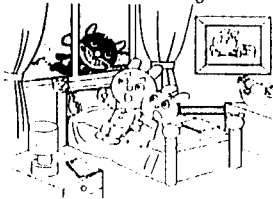
「よふかしおにと はやねちゃん」



よふかしおに

はやねちゃん

よふかしおに



やなせたかし

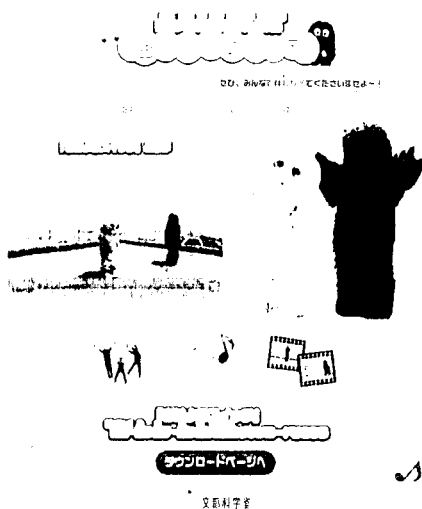
子どもたちの生活リズムの向上による、基本的な生活習慣を育むため、やなせたかし先生のご協力のもと、啓発紙芝居を制作いたしました。

コミュニティサイトから無料でダウンロードでき、ご家庭での読み聞かせをはじめ、図書館、児童館、幼稚園、保育所や子育てサークルなど、様々なところでご利用いただけます。
(コミュニティサイト上で、利用許諾要領への同意が必要です。)

「早ね早おき朝ごはん」コミュニティサイト ダウンロードコンテンツ②

♪ 早寝早起き朝ごはん体操「おはようスイッチ」♪

元気に身体を動かして すてきな一日始めよう！



早寝早起き朝ごはん体操を作成しました！

朝、気持ちよく目覚めるためには、やはり規則正しい生活が大切です。それでも、朝起きるのが苦手という人はたくさんいます。「おはようスイッチ」は、そうした朝、起きるのがつらいみんなを応援する「今日も一日がんばるぞー」のためのお目覚めコンテンツです。

①楽曲 ②振り付け ③振り付けガイドがコミュニティサイトから無料でダウンロードでき、地域でのイベント・ご家庭等でお使いいただけます。
(コミュニティサイト上で、利用許諾要領への同意が必要です。)

子どもの生活習慣づくり研究協議会 ～企業との協働への期待～

企業や企業で働く方々が、明日を担う子どもたちのために、企業における社会貢献活動とはどのようなものがあるのかを協議し、さらに、子どもの生活習慣づくりの観点での社会貢献活動とはどのようなものがあるのかを協議し、意識の転換の意義と取組方法について整理し、相互認識を図る。

日時:3月8日(月)午後

場所:区内ホール(未定)

対象:PTA関係者、企業のCSR担当者・人事担当者、NPO等民間団体、その他一般

文部科学省出席者:板東久美子(生涯学習政策局長)
片山純一(生涯学習政策総括官)
高口努(男女共同参画学習課長)

主な出演者:水口和寿氏(愛媛大学法文学部教授)<CSR導入・ステップアップモデルを提唱>

片岡まり氏(株式会社資生堂CSRグループリーダー)
佐々木孝純氏(松山商工会議所経営支援部部長)
戒田節子氏(南海放送アナウンサー)
八木佳子氏(大田区立矢口小学校長) ほか

日時・申込等の詳細は、「早ね早おき朝ごはんコミュニティサイト」でお知らせします。

www.hayanehayaoki.jp

インターネットで「早ね早おき朝ごはん」と検索してください。

国立保健医療科学院

「保健医療事業、生活衛生、社会福祉事業に関する自治体職員の養成および訓練、並びにこれらに関する調査研究をおこなう機関」

健やか親子21に関するおもな研究及び研修等の実施状況：

生涯保健部

研究事業

- 1.胎児期から乳幼児期を通じた発育・食生活支援プログラムの開発と応用に関する研究
- 2.低出生体重予防政策による短期的・長期的医療費削減効果に関する研究
- 3.揺さぶられ症候群の予防に関するランダム化対照介入研究
- 4.乳幼児身体発育調査の円滑な施行に関する研究
- 5.ペアレントトレーニング地域啓発による児童虐待及び発達障害の予防に関する研究

研修事業

- 1.公衆栄養研修

公衆衛生看護部

研究事業

- 1.次世代育成支援政策における産後育児支援体制の評価に関する研究
 - (1)乳児家庭全戸訪問事業(こんにちは赤ちゃん事業)の評価指標の検討・開発
 - (2)産後早期家庭訪問指導に関する研修の実施とその評価
 - (3)産後ケアセンター利用者の追跡調査および施設の評価

- 2.母子健康手帳の作成と活用に関する調査研究

母子健康手帳に関する母親のニーズ調査—フォーカスグループインタビューからみる母親の改訂への意見—

研修事業

- 1.児童虐待対策防止研修