

はじめよう!明日につながる生活リズム



心とからだいきいき キャンペーン

じっくり本を読もう



読書は心を育てます。

外で元気に遊ぼう



太陽の下で
体全部を使って遊ぼう。

服装を整えよう



身だしなみと
さわやかな「あいさつ」は
充実した一日のはじめです。

長時間テレビを
見るのはやめよう



ノーテレビデーを設けて
読書・団らんの時間をつくりましょう。

しっかり朝食を
食べよう

(一日一度は家族いっしょに食事)



朝食は一日の集中力・持続力を生みます。
楽しい食事が「家族のきずな」を育みます。

たっぷり寝よう

早寝は、翌日の目覚め・
意欲・集中力の源です。



子どもたちとしっかり
向き合いましょう!!

鳥取県教育委員会

はじめよう!明日につながる生活リズム

～「心とからだ いきいきキャンペーン」の意義～

現状

- 近年、子どもたちの実体験不足や基本的な生活習慣の未定着、活字離れ等が指摘されています。
- 県内の児童生徒について、全国的な学力調査・体力テストを実施した結果、**生活習慣と学力・体力との間には強い相関関係のあることが明らかになってきました。(グラフ参照)**
- 子どものしつけなど本来家庭や地域が果たすべき機能が学校任せになる傾向にあります。

県

- ・心とからだ いきいきキャンペーン
- ・高校生 マナーアップ さわやか運動
- ・家庭教育推進協力企業制度
- ・本の大好きな子どもを育てるプロジェクト など

家庭・地域・学校の
大人が
『子どもたちと
しっかり向き合う』
ことが大切

市町村

- PTA・NPO など
- ・ノーテレビデー
 - ・あいさつ運動 など

家庭・地域・学校が、
それぞれ役割を果たす

効果

家庭（保護者）

- ① 家庭の果たす役割を再認識する機会となります。
- ② 子どもの生活習慣・生活リズムが定着して、子どもの本来持っている力が高まります。
- ③ 思いやりの心やルール・マナーを守る気持ちなど、豊かな心を育みます。
- ④ 親子のふれあいが多くなり、家族の絆が強まります。

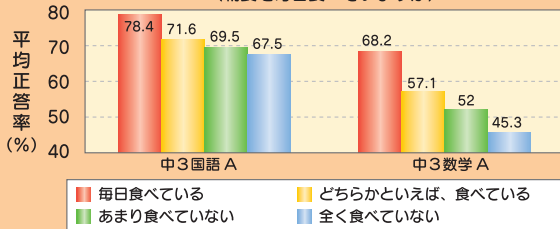
学校（教員）

- ① 保護者との連携や信頼関係が高まります。
- ② 子どもたちがいきいきと学び、充実した学校生活を過ごします。

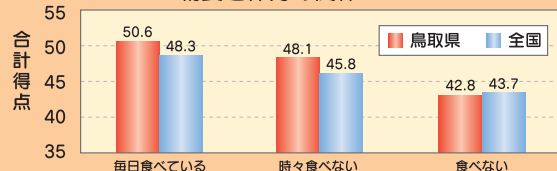
地域

- ① 子どもたちに対して地域の大人が大人としての役割・責任を再認識します。
- ② 子どもたちが、自分たちの地域に愛着を持ち、地域を知ることにつながります。

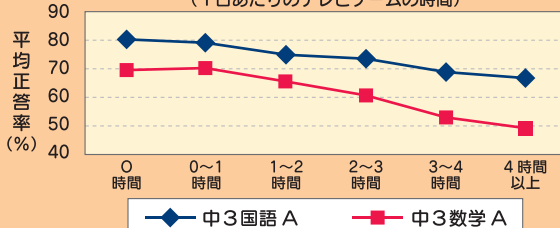
朝食と学力の関係
(朝食を毎日食べていますか)



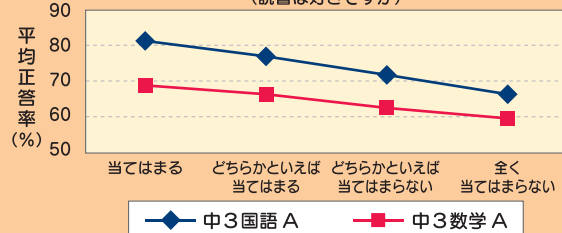
朝食と体力の関係 (中2女子)



テレビゲームの時間と学力の関係
(1日あたりのテレビゲームの時間)



読書と学力の関係
(読書は好きですか)



※平成22年度全国学力・学習状況調査より (「朝食と体力の関係」は平成22年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査より)