



くまもとの家庭教育

文責：社会教育課
課長 福永 公彦

(「親の学び」オンデマンド講座キャラクター)

○早寝早起き朝ごはん運動を推進しましょう！

文部科学省では、子供の健やかな成長に欠かせない生活習慣の定着を目的に、隔年で「優れた『早寝早起き朝ごはん』運動 文部科学大臣表彰」を実施しています。令和6年度は全国44の活動が選ばれ、熊本県からは南小国町立りんどうヶ丘小学校「あったか家族の日 I ラブ家族デー ノーメディアで家族団らん」と、木上ひかり保育園「くまもと早ね・早起きいきいきウィーク」が受賞しました。

子供たちの健やかな成長には、家庭での生活習慣づくりが大切です。まずは、次の3つから始めてみませんか。

- ① 夜はテレビやスマホを控え、十分な休養・睡眠をとる
- ② 朝は光を浴び、家族の声かけで規則正しい生活習慣を整える
- ③ 朝ごはんは手軽でも調和のとれた食事を心がける

(※文部科学省『早寝早起き朝ごはん』運動の趣旨を参考に作成)

詳しい内容は、「文部科学省ホームページの表彰ページ」や、動画で学べる「『親の学び』オンライン講座」で紹介されています。

ます。上の二次元コードからご覧ください。小さな一歩の積み重ねが、子どもたちの健やかな未来を育みます。ご家庭でも、できることから一緒に始めてみましょう。

○「将来、必要な力は？」「親の学び」次世代編

10月3日（金）に阿蘇市立阿蘇中学校3年生110人を対象に、「将来、必要な力は？」というテーマで「親の学び」次世代編を実施しました。

アドジャントトークで互いのつながりを広げ深めた後、メインプログラムでは、生徒一人一人が、将来、特に大切だと思う資質・能力についてダイヤモンドランキングで考え、グループや全体で伝え合いました。その後、将来の夢や目標に向けて行動目標を立て、「One week challenge」に取り組みました。

参加した生徒からの感想には、「自分の将来について大体しか考えていなかったけれど、友達の話を聞いて自分の考えが深まったのでよかったです」「志望校を選ぶ時にも参考にできると思った」「自分が考えたことのない質問を友達がたくさんしてくれたので、自分の考えを深めることができた」「自分に必要な力を理解することができたし、向上させるための行動目標を考えることができた」等がありました。（原稿作成：阿蘇教育事務所）



[「親の学び」オンライン講座より]

【文部科学省
表彰ページ】
【「親の学び」
オンライン講座
朝ごはん編】

【アドジャントトークの様子】



【全体共有の様子】

★☆ 熊本県社会教育課より ☆★

本課では、本紙で紹介した「早寝早起き朝ごはん」運動に関する「親子で身につけよう！生活リズム」など、家庭教育支援に関するチラシの配付を行っています（本紙第1号で紹介）。ご希望の方は、県ホームページをご確認の上、本課までご連絡ください。

【お問い合わせ】熊本県市町村教育局社会教育課 家庭教育支援班

T E L : 096-333-2697 E-mail : shakaikyouiku@pref.kumamoto.lg.jp

県ホームページ
家庭教育啓発資料