

くまもと 早ね・早おき いきいきウィーク

9月 1日(土)
～9月15日(土)



みんなで
取り組もう!!

©2010 熊本県 くまモン



H30くまモン派遣より

子どもたちに望ましい生活習慣を!

「くまもと 早ね・早おき いきいきウィーク」の期間中、子どもの心とからだの健康づくりについて考え、たくましく心豊かな熊本の子どものため、家庭・県内の認定こども園・幼稚園・保育所等・小学校・中学校、義務教育学校、特別支援学校が連携して、基本的な生活習慣の育成をするための取組を一斉に実施します。

子どもの自己実現の意識と生活環境の関係性

出典：平成30年3月26日 熊本県子どもの生活に関する実態調査より

右は子どもの自己実現の意識と生活環境の関係性についてのグラフです。

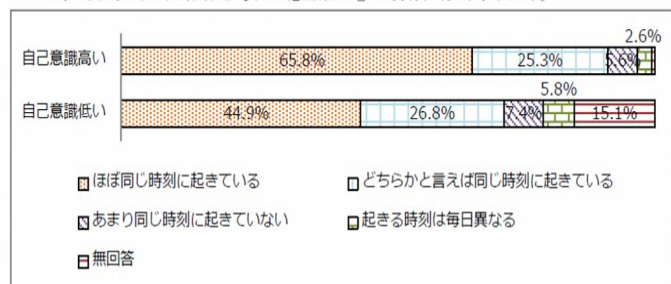
起床習慣を見ると、自己意識が高い子どものうち、65.8%が「ほぼ毎日同じ時刻に起きている」と回答しています。また、朝食の摂取頻度では、自己意識が高い子どものうち、90.1%が「朝食をほぼ毎日食べている」と回答しています。

起床習慣と朝食の摂取頻度など生活習慣が身に付いていると、自己実現の意識も高い傾向がみられます。

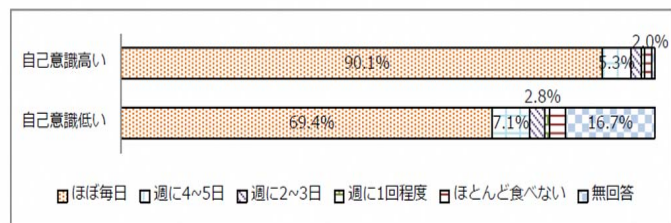
**「早寝早起き朝ごはん」で
生活リズムをつくりましょう**

■起床習慣（子ども回答（全世帯））

※ 調査票（子ども）問 27「将来のためにも、今、勉強やスポーツ等を頑張りたいと思うか」について、「そう思う」と「どちらかと言えばそう思う」の回答者を『自己意識高い』に分類し、それ以外の回答者を『自己意識低い』に分類（以下、同じ）。



■朝食の摂取頻度（子ども回答（全世帯））



「くまもと 早ね・早おき いきいきウィーク」は、中学校区等で、園、学校等が連携した取組を行うことにより、家庭、地域が一体となって子どもたちの望ましい生活習慣を育成することをめざしています。

（ ）中学校区では、次のような取組を行います。

（ ）での取組は

