

げんきいっぱいいなっこ（心身ともにたくましく豊かな心をもった「いなっこ」を育てために）

活動の名称 **げんきいっぱいいなっこ**

団体等の名称 **キッズランドいなみえん**

活動に含まれる（連携している）団体等

- 幼稚園 保育所 小学校 中学校 高等学校 中等教育学校 特別支援学校
 児童館 公民館 図書館 PTA 子育て・教育支援団体、NPO 企業・事業所
 病院・保健所 早寝早起き朝ごはん運動・家庭教育支援に関する実行委員会・協議会
 行政（教育委員会） 行政（保健・福祉部局） 行政（その他の部局 消防署）
 その他（ ）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

子どもたちの心身ともに健全な成長には、規則正しい生活リズム（早寝、早起き、朝ごはん、あいさつ）が大切ですが、最近では保護者が仕事等で忙しく、子どもが朝ごはんを食べずに登園したり、夜ふかしによる睡眠不足など、子どもたちの生活リズムの乱れが気になってきました。そこで、当園では、規則正しい生活リズムの重要性を子どもたち自身に気付かせるための活動や、保護者に知ってもらうための活動に積極的に取り組んでいます。

◆ 主な活動内容

1. 「園だより」や「くみだより」を通して、規則正しい生活リズムの確立を家庭や地域に呼び掛けています。
2. 「げんきいっぱいカード」の取組では、カードを利用して「早寝、早起き、朝ごはん、あいさつ」を励行しています。
3. 懇談会等の保護者が集まる機会を利用して、規則正しい生活リズムの重要性を啓発しています。
4. 保健師や消防士等の専門家のお話を聞く機会を設け、子どもたちの心身ともに健全な成長には、規則正しい生活リズムが大切であるということを園児、保護者、職員それぞれが学びました。
5. 園庭や園の畑で子どもたちが野菜等の栽培や収穫を行い、親子で「クッキング」をする体験活動を通して、日頃の食生活を振り返りました。
6. 毎日の朝の園内放送で、生活リズムのお話（あいさつや体を動かすことの大切さや楽しさ等）をしています。
7. 毎週火曜日の園施設開放日と毎月の誕生会の日には、未就園児やその保護者を招待していますが、その機会を利用して、規則正しい生活リズムの重要性を入園前の早い段階から保護者、子どもたちに訴え掛けています。（紙芝居・人形劇等を使って、分かりやすい説明に努めています。）



（消防士さんとの交流）



（しいたけの収穫）



（親子でクッキング）

◆ 活動の成果と今後の展望

○活動の成果

この活動を通して、規則正しい生活リズムに対する保護者の理解が深まり、各家庭で実践していこうという前向きな姿勢が見られるようになりました。また、子どもたちも、規則正しい生活をするにより、体力面はもちろんのこと、理解力や協調性の面でもはっきりと成長が見られるようになりました。

○今後の展望

子どもたちが楽しみながら、規則正しい生活リズムを学び、身につけることができるよう、今後も工夫をしていきたいです。また、地域資源（地域の人材や施設等）を本活動に積極的に活用していきたいと考えています。