

もいもり朝食・ぐっすり睡眠・しっかり運動 九島っ子

活動の名称 すくすく育て 九島っ子

団体等の名称 宇和島市立九島小学校

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（教育委員会学校給食センター） ■ 行政（保健・福祉部局） □ 行政（その他の部局）
- その他（ ）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

九島小学校は、「明るく、正しく、たくましい児童の育成」を教育目標とし、「考える子・優しい子・鍛える子」の育成を目指している。中でも「鍛える子」の育成のため、健やかな身体を育てることを重点とし、「早寝早起き朝ごはん」運動を推進している。

◆ 主な活動内容

＜生活リズムチェック＞ 毎月1回実施。「朝ごはんを食べた」の結果は以下の通りである。

年月	H27.9	10	11	12	H28.1	2	3	4	5	6	7
%	100	100	100	100	100	100	100	100	95	100	100

また、全児童が「睡眠時間8時間以上」を毎回達成している。

（児童数：H27年度16名、H28年度21名）

＜食育活動＞ 郷土料理「鯛めし」の作り方を地域の人から学ぶ。

＜保健集会＞ 参観日に栄養教諭の指導で親子一緒に、バランスのとれた朝食について学ぶ。



＜九島基本の運動10種目＞ 低・中・高学年別に設定した基本運動に体育授業導入時や昼休み等で取り組んでいる。



◆ 活動の成果と今後の展望

- ・ 毎月の生活リズムチェックにより、児童の実態を全教職員で共通理解し、個に応じた指導の充実を図ることができた。
- ・ 保健集会や学校保健委員会等の実施により、保護者へ「望ましい食生活」の啓発を行うことができ、家庭実践へとつながった。
- ・ 年間を通して、児童に運動に関する目標をもたせながら取り組んだ結果、運動する楽しさを味わったり根気強く取り組んだりできるようになった。
- ・ 今年度末で本校は閉校となるため、本活動の継続は難しいが、統合先の小学校へと児童の実態や活動内容を引き継ぎたい。