

主要施策	健やかで安心な暮らしを紡ぐ次世代育成の充実
施策の柱	11 健全な子どもの育成と朝ごはん運動
施策の分類	子育て

■ 現状と課題

○早寝・早起き運動の推進

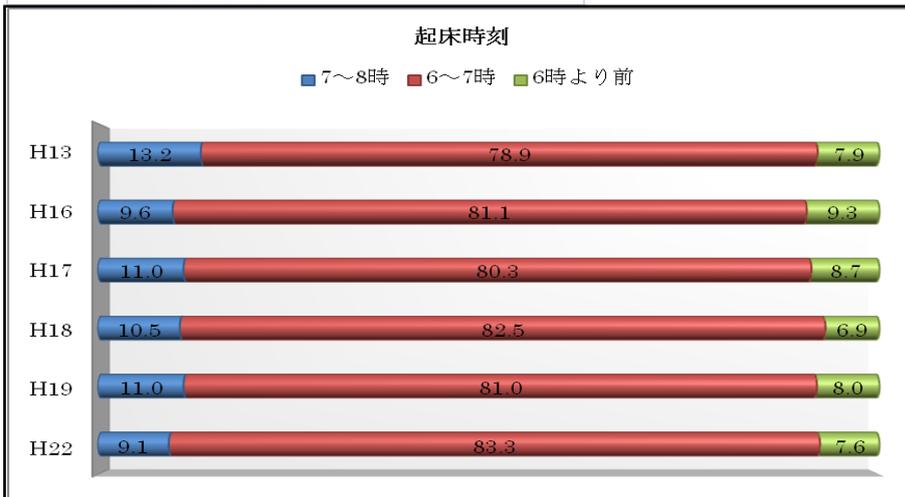
町では、食生活等状況調査を実施し、町内の保育所・幼稚園・小中学校と連携して、各家庭に向けて自分で「早寝・早起き」などの健全な生活リズムを作ることの大切さについての意識向上・習慣化に努めています。

○朝ごはん運動と健全な育成

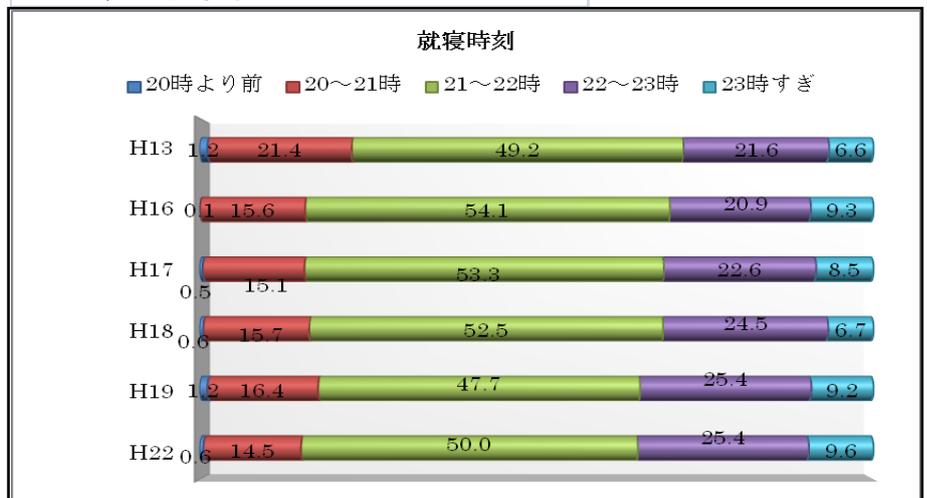
「早寝・早起き」とともに、朝ごはんは体を目覚めさせ、また家族揃ってのコミュニケーションは健康づくりの基本的な習慣であるため、食生活等状況調査や肥満状況調査を通じて「朝ごはん」摂取の実態を把握しています。

子どもたち・保護者への朝ごはん作りの体験学習を通じて「家庭での朝食」の大切さ・「バランスのとれた朝食」の重要性に対する理解を深めるように努め、運動の推進をしています。

11-1 朝起きる時刻



11-2 夜眠る時刻

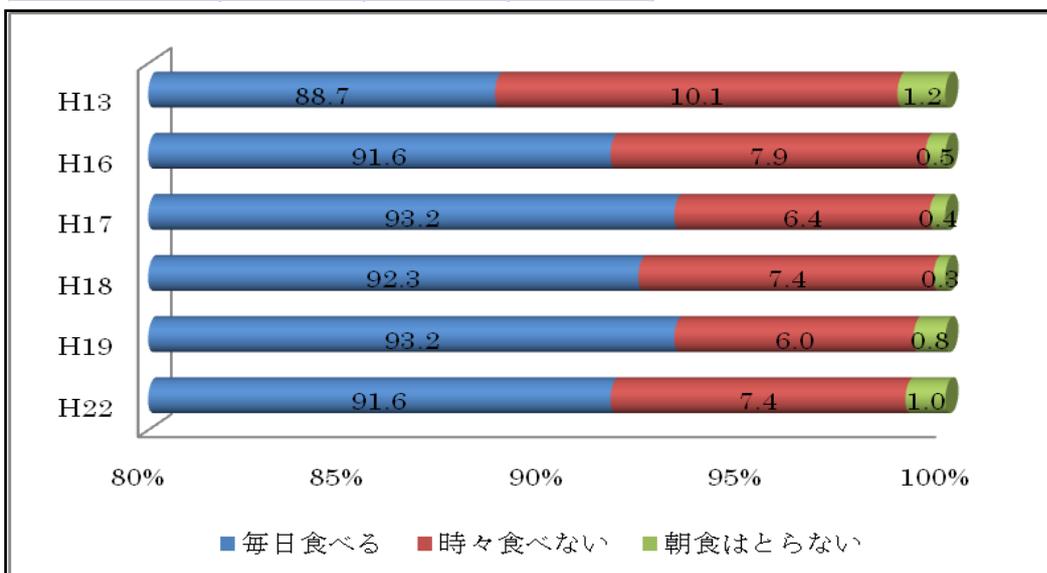


(出典：H22 食生活等状況調査)

■ 目指す姿（基本方針）

- 子どもが生活リズムを形成することは、心身の健全な発育・発達を促す生活習慣の基本であることから、「朝ごはん条例」「次世代育成行動計画」に基づいて、家庭、保育所や学校などの各施設、地域がそれぞれの立場でできることを考え、実行し、次代を担う子どもたちを地域ぐるみで育てていくまちを目指します。
- 引き続き鶴田町の「健康長寿の町」を目標に、バランスのとれた食事、「早寝・早起き」の生活リズムの確立に関する学習を通じながら、子どもの頃からの正しい生活習慣の普及を進め、次代を担う子どもたちが心身ともに健康で明るい生活ができるまちを目指します。

11-3 朝食の摂取状況



(出典：H22 食生活等状況調査)

■ 施策の内容

- 肥満状況調査、就寝・起床時間の調査などを実施し、子どもたちからの健康的な食習慣から、健全な次世代育成に結び付く運動を展開していきます。
- 小中学校等の教諭や学校職員による児童、生徒への周知、乳幼児保護者への啓発などにより、早寝・早起き運動を推進していきます。
- 家庭と保育所や学校などでの食育に関する学習（健康教育（※1））に取り組み、地域全体による健全な育成を促進していきます。

※1 健康教育…主な取り組みとして、各小学校を対象とした朝ごはん作り体験（子どもと一緒にクッキング）教室、朝ごはん運動推進（農作業）体験学習、親子料理教室「キッズインザキッチン」の地域子ども教室推進事業などがあります。

担当：町民生活課・健康保険課・教育委員会