

# 事

# 例

# 発

# 表



## 日高町 条例制定！！



日高町教育委員会 江刺家 氏

日高町では、  
平成 28 年 2 月 1 日に



「日高町生きる力を育む早寝早起き朝ごはん運動の推進に関する条例」を公布しました。その後、町では、「早寝早起き朝ごはん」を推進出来るよう、学校・家庭・自治会等への支援や、保育園・幼稚園年中・年長児、小学校1・2年を対象としたボール運動などのチャイルドプログラムを実施するなど、町全体で子どもたちの規則正しい生活習慣を目指して様々な取組をしています。

## 就寝時間を遅くしてしまうものとは？

霧多布高校でアンケートを実施したところ

「早起きも朝食摂取も出来ているが、睡眠時間が十分にとれていない」ことが判明しました。

就寝時間を遅くしてしまうあるものとは？

SNS、ゲーム、動画サイト、電話



そこで、生徒会は、

・「スマホ・ゼロの日」などのスマートフォンの使用時間を減らす活動を考案

・就寝時間を早めて、睡眠時間を確保するような呼びかけ

などの取組を行っています。



北海道霧多布高校生徒会

## 乳幼児期の子育てに大切なこと！



「子どもとメディア北海道」とは、「子どもに対する電子メディアの影響を広く伝えること」、「電子メディアとの適切なかわり方を子どもや大人と一緒に考えること」を目的として設立された団体です。

また、読み合いサークル「じゃん・けん・ぽん」の代表もやっており、放課後学校図書室で絵本を読む活動をしています。

「言語の習得、想像力、創造力を養う！！絵本の読み合い」

読み合いのコツ

- ・気持ちをゆったりとして読む。 ・自然な声で読む。
- ・同じ本(子どもの好きな本)を何回読んでよい。
- ・子どもが前のページに戻りたがったら戻る。
- ・子どもが途中で飽きてもすぐにやめない。
- ・親も子どもと一緒に楽しむ。



子どもとメディア北海道 長如 氏

1日1冊でも、  
日々の継続が大切です！

