〈子どもの望ましい生活習慣・学習習慣定着推進事業〉

家庭で。地域で。
みんなで考え、取り組みましょう

子どもの望ましい生活習慣・学習習慣

子どもが生涯にわたって幸福で豊かな生活を実現し、社会の創り手として自立していくためには、確かな学力、健やかな体、豊かな心を育むことが求められ、そのためには、望ましい生活習慣や学習習慣等の定着が大切です。

これらは、保護者や身近な大人をはじめ、地域全体で子どもの成長に関心をもつことで身に付いていきます。

本リーフレットでは、北海道の子どもの現状のほか、北海道教育委員会等の取組や、家庭教育や地域活動を支援する「北海道家庭教育サポート企業等制度」の協定締結企業の取組を紹介しています。

家庭、地域、学校、サポート企業等が連携し、継続的な子育て支援などの取組を一層充実させていきましょう。

◆ 北海道の子どもの現状（令和５年度全国学力・学習状況調査）

令和５年度全国学力・学習状況調査において、平均正答率は、小学校算数、中学校数学及び英語で全国平均との差が縮まり、全ての教科で全国との差が 2.0 ポイント以内になるなど改善の傾向が見られました。このことは、各市町村教育委員会や学校全体での取組、家庭・地域と学校が連携した様々な取組を着実に進めてきた結果です。

新しい時代を生きる子どもたちに必要となる資質・能力を確実に育むため、今後も望ましい生活習慣・学習習慣の定着への取組を継続していくことが必要です。

【生活習慣】朝食を毎日食べていますか

「している」、「どちらかと言えば、している」と回答している児童生徒の割合は、小学校 92.1%、中学校 88.8%で、全国と比べて小学校で 1.8 ポイント低く、中学校で 2.4 ポイント低い。

【学習時間】学校の授業以外に、普段(月～金)、１日当たりどのくらいの時間、勉強をしますか（図１・２）

１日に１時間以上勉強していると回答している児童生徒の割合は、小学校 52.4%、中学校 59.0%で、全国と比べて小学校で 4.7 ポイント低く、中学校で 6.8 ポイント低い。

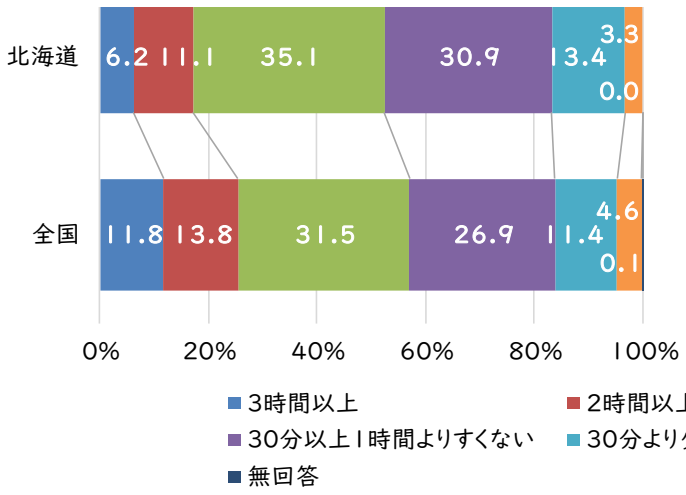
【読書時間】学校の授業以外に、普段(月～金)、１日当たりどのくらいの時間、読書をしますか

１日に 30 分以上読書していると回答している児童生徒の割合は、小学校 35.8%、中学校 28.6%で、全国と比べて小学校で 1.5 ポイント低く、中学校で 0.2 ポイント高い。

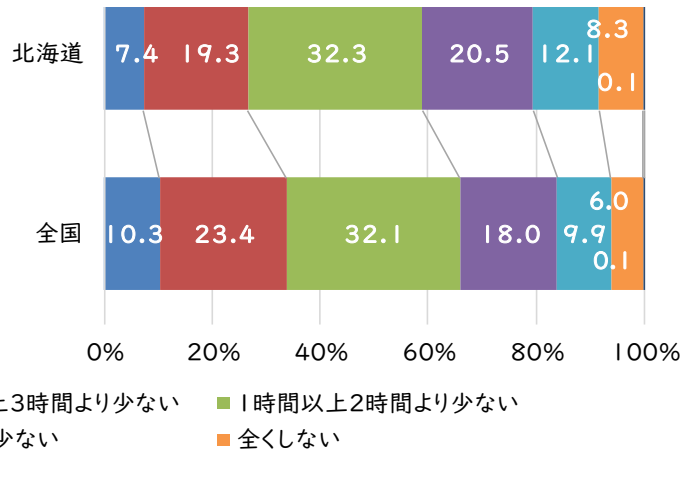
【自己有用感】自分には、よいところがあると思いますか

「当てはまる」と回答している児童生徒の割合は、小学校 39.2%、中学校 37.7%で、全国と比べて小学校で 3.4 ポイント低く、中学校で 0.5 ポイント高い。

（図１）児童（小学校６年生）



（図２）生徒（中学校３年生）



◆ 北海道教育委員会等の取組　１　～望ましい生活習慣等の定着、家庭教育支援の取組～

子どもが心身ともに健康に過ごすためには、学習・読書・運動・睡眠などの時間を１日のなかでバランス良く取り入れることが大切です。北海道教育委員会では、これまで「どさんこアウトメディアプロジェクト～ノーゲームデー～」など、生活習慣の改善や望ましい生活リズムの定着に、継続的に取り組んできており、家庭でのルール作りや子どもが自主的に取り組めるような資料等を提供しています。

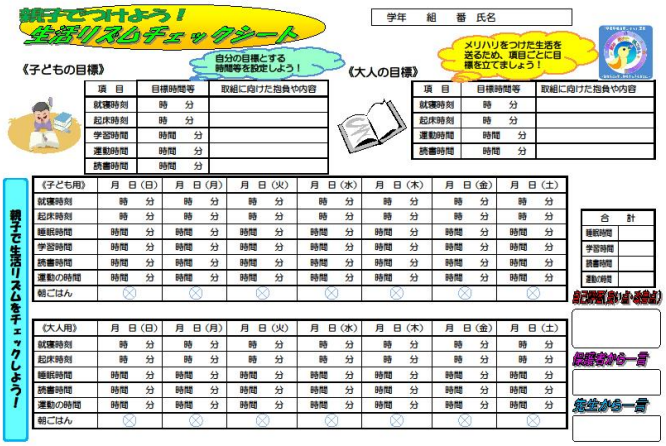
また、関係機関との連携により、家庭のみならず地域全体で子どもを見守り育てる仕組みづくりや家庭教育を支える仕組みづくりについても取り組んでいます。

【生活リズムチェックシート】

右の生活リズムチェックシートのほか、生活全般編は小学校低学年・高学年、中学生用があり、家庭学習編、運動習慣編、読書習慣編もあります。

生活リズム向上に対する関心や意欲を高めて、子どもの望ましい生活習慣の定着を図ることをねらいとしています。

生活習慣が乱れがちな長期休業中などに活用し、目標をたてて目標達成に努力したり、一日の生活を振り返る機会にすることができます。



YouTube チャンネルで視聴できます

【子どもの読書活動応援動画】

北海道のプロスポーツ６チームの選手から好きな本やおすすめ本など本の魅力を伝えてもらい、子どもたちが自発的に読書活動に取り組むことができるような動画を作成・配信しています。

〈協力チーム〉

・エスポラーダ北海道　・ヴォアレス北海道
・レバンガ北海道　・北海道イエロースターズ
・北海道コンサドーレ札幌
・北海道日本ハムファイターズ

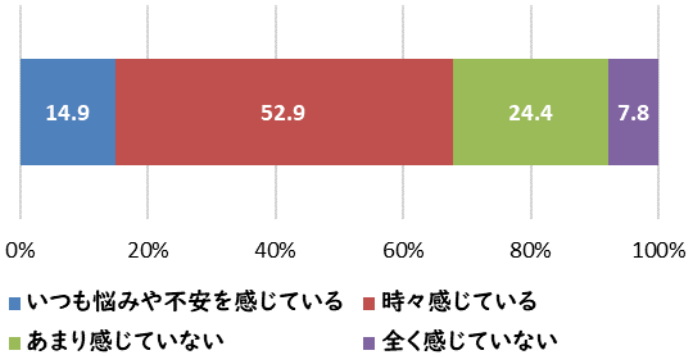
【家庭教育支援チーム登録の促進】

北海道教育委員会では、これまで、家庭教育支援の取組として子育て中の保護者が気軽に集える「家庭教育学びカフェ」事業などを実施し、気軽に相談にのったり、アドバイスをしてくれる「家庭教育ナビゲーター」を養成していきました。

令和３～５年度は取組の充実を図り、家庭教育ナビゲーターのスキルアップを図るとともに、文部科学省で実施している「家庭教育支援チーム」への登録を呼びかけ、令和４年度末現在 10 管内 14 団体が登録して、全道各地で活動しています。

現在、子育てをしていて悩みや不安を感じているか

（R3 年度文部科学省調査）



【「早寝早起き朝ごはん」国民運動】（文部科学省・「早寝早起き朝ごはん」全国協議会）

家庭における食事や睡眠などの基本的な生活習慣の乱れが子どもの学習意欲や体力の低下につながっていることから、子どもの生活リズムの向上のための全国的な普及啓発活動を行っています。

このことは、家庭や学校のみならず、地域全体で気運を高め、読書活動や体験活動の推進、適切なテレビやゲームの時間、スマートフォンの使用時間などと一緒に総合的に取り組んでいく必要があります。

◆ 北海道教育委員会等の取組　2　～家庭・地域と学校との連携促進、体験活動の促進～

北海道教育委員会では、子どもの学習環境の充実など、幅広く教育環境を整えるため、家庭・地域が連携して、子どもの学びが行われる学校での活動を支援する活動や体制づくりを行っています。

また、学校外での教育活動として自然体験をはじめとする体験活動は、自己肯定感を高めるなど、子どもの成長にとって大切であることから、道立体験活動支援施設ネイパルで積極的に提供しています。

↑岩見沢農業高校

静内農業高校↓

「北海道地学協働アワード 2022※」受賞校の取組・成果

【地域学校協働活動（地学協働）】

地学協働は幅広い地域住民等の参画を得て地域全体で子どもたちの学びや成長を支えるとともに、「学校を核とした地域づくり」を目指して、地域と学校が相互にパートナーとして連携・協働して行う様々な活動です。

- 放課後子供教室
- 地域未来塾
- コミュニティ・スクール
- 地域学校協働本部

などの活動があります。

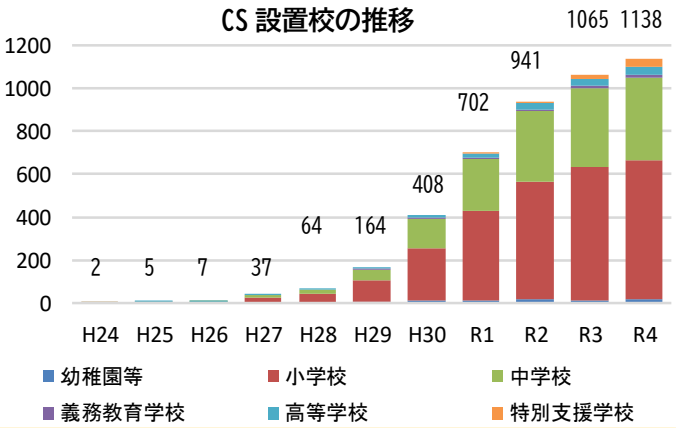
※「北海道地学協働アワード」は、学校教育目標やスクールミッション達成のため、幅広い地域住民等の参画を得て、地域と連携・協働体制を構築し、地域課題の解決に向け、生徒が多様な学習活動に取り組んでいる学校に対して北海道教育委員会教育長が表彰するもの。

【コミュニティ・スクール（CS）】

コミュニティ・スクールは、学校運営協議会を設置した学校をいいます。

協議会は、地域住民や保護者が学校運営に積極的に参画し、学校の課題（ICT 機器の活用等）、子どもの課題（不登校や学校外での問題行動等）、地域の課題（地域防災等）を話し合い、目標を共有します。

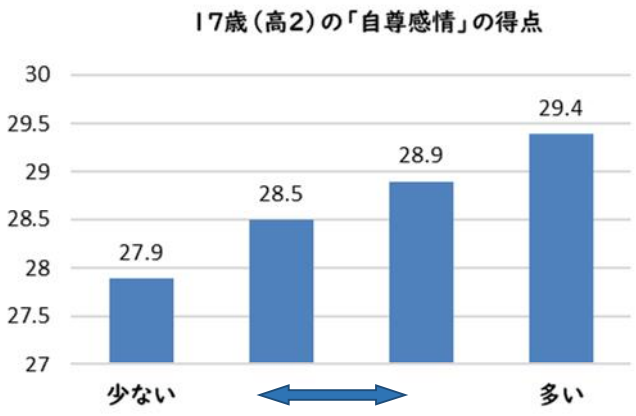
地域の声を生かし、地域と一体となって特色ある学校づくりを進めていきます。



〈地学協働のめざすところ〉

【学　校】教育活動の充実/豊かな学習活動の展開・充実　⇒　**子どもが「新しい時代を生き抜く力」の育成**

【地　域】持続可能な地域社会の実現/地域課題に向きあい解決に向かう機運の醸成　⇒　**地域創生**



12 歳（小６）の頃の自然体験の機会

【道立体験活動支援施設ネイパルでの体験活動】

自然体験などの体験活動は、仲間や家族との楽しい時間を過ごし、良い思い出となることはもちろん、自律性・積極性・協調性といった自立的行動習慣や探究力などを育むことが期待されており、子どもの頃に家庭や地域で様々な体験をすることが大切です。

文部科学省の調査では、小学生の頃の体験活動が多いほど、高校生の時の自尊感情や外向性、精神的な回復力が高い傾向にあることが明らかになっています。

道内６ヶ所のネイパルでは、地域や施設の特色を活かした体験プログラムを豊富に用意するとともに、様々な体験事業を開催するなど、子どもの体験活動を支援しています。

◆ 北海道家庭教育サポート企業の地域での取組

家庭教育はすべての教育の出発点です。子どもは、家族と過ごす中で、生活習慣や基本的な倫理観、社会的マナーなどを身につけていくもので、子どもの教育の第一義的な責任は親や保護者が持つものであります。

一方、子どもは多くの人と接することで社会性を身につけるものであり、子育て中の親や保護者、家族の頑張りに対して地域住民や地域の企業・団体、学校、行政も力を合わせて子育て中の家庭を支え、社会全体で家庭教育を応援することが子どもの健やかな成長につながります。

体験活動を通して、読書推進に力を入れる企業
（カルチュア・コンビニエンス・クラブ株式会社〔函館蔦屋書店〕）

函館蔦屋書店では、渡島・檜山管内の中学校・高等学校の職場体験を積極的に受け入れています。

そこでは、業務についての説明や体験だけではなく、本を読む「楽しさ」や「面白さ」を子どもたちに伝え続けています。

また、毎月数回、地域の読書団体と連携し、親子向けの絵本の読み聞かせを行うことや絵本の内容に合わせた展示会を行うなど、子どもたちが本に興味を持つような工夫した取組を行っています。

地域を見つめ、未来を育む環境創造企業
（ニセコ環境株式会社）

倶知安町のニセコ環境株式会社は、廃棄物処理事業を中心に、環境関連事業を展開している企業です。

「後志」の恵まれた自然環境を次世代の子どもたちへ引き継ぎ、未来を育む企業として、自治体や企業・団体とともに様々な取組を行っています。

各地域のビューポイントパーキングの草刈りや清掃活動等を行い、毎年冬に行う「シーニックナイト」では、地域の小学生と一緒に作ったキャンドルを灯し、自然や地元への愛着について考える機会としています。

網走市卯原内「北ほたるの里」活動を支える企業
（網走工業株式会社、株式会社そうけん）

本活動は、網走市西部地区資源保全協議会がホタルの飛び交う自然豊かな地域を取り戻そうと長年取り組んでおり、網走市立西が丘小学校では、授業の一環でホタルの幼虫の飼育、放流を行っています。

活動を支援するため、網走工業株式会社は、小学校にホタルに関する図書を多数寄贈したり、鑑賞デッキと木道の設置をしており、株式会社そうけんは、来場者が快適にホタル鑑賞ができるよう公衆トイレを設置しています。

学校のキャリア教育を支える企業
（北海道パートナーズとかち）

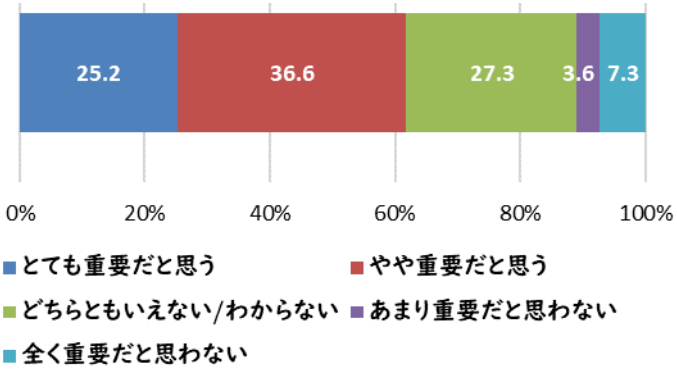
北海道パートナーズとかちは、地域と学校をつなぐ役割を目指しています。十勝管内の学校への協力として、帯広市立西小学校の総合的な学習の時間で、「生き方を学ぶ」として、元スピードスケート日本代表の押切美沙紀氏の講演会を開催しました。

営業本部長の丹羽氏は、「子どもたちへの教育は今後の地域づくりにとって大切であり、これからもサポートしていきたい。地域に根ざした企業でありたい」と話していました。

子育てに「地域の支え」は求められています

調査では、61.8%が、子育てに地域の支えが「とても重要」、「やや重要」と回答し、子育て中、子育て経験がある方はその割合が７割弱になります。

「子育てする人にとって地域の支えは重要だと思うか」
（令和３年度家庭教育総合的推進に関する調査/文部科学省）



【北海道家庭教育サポート企業等制度】

家庭教育を支援するための職場環境づくりに取り組む企業等と北海道教育委員会が協定を結び、家庭教育の一層の推進を図るための制度です。令和４年度末で 2,800 者以上が締結しています。

〈主な取組〉
- 従業員が参観日等へ参加しやすい環境整備
- 学校のインターンシップの受入
- 地域行事への協力・支援
- 「早寝早起き朝ご飯」の働きかけなど、それぞれの企業や地域の実態にあわせて様々な活動を行っています。

【発行】北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課
電話：011－204－5994
E-mail:kyoiku.seigaku1@pref.hokkaido.lg.jp