

# 「早寝・早起き・朝ごはん」

## 全国フォーラムinしが 報告書

“子育て三方よし”子によし、親によし、社会によし



日時 平成19年（2007年）12月1日（土）10：00～16：10

会場 滋賀県立芸術劇場「びわ湖ホール」  
滋賀県立県民交流センター「ピアザ淡海」

主催 文部科学省 滋賀県 滋賀県教育委員会  
「早寝・早起き・朝ごはん」全国フォーラムinしが実行委員会

# 『早寝・早起き・朝ごはん』全国フォーラムinしが」報告概要

～子どもも大人も「早寝・早起き・朝ごはん」子によし、親によし、社会によし～

## 全国に先駆けた県民運動の取組

滋賀県では、昨年度から、全国に先駆けて子どもたちの生活リズムを向上させ、学習や読書、外遊び・スポーツなど、様々な活動にいきいきと取り組めるよう、「早寝・早起き・朝ごはん」県民運動を展開しており、保育所・幼稚園・小学校のすべての子どもたちに啓発ステッカーの配布やポスターコンクールの実施、さらには、県内8会場で「10,000人リレーフォーラム」を開催するなど、その啓発に努めてきました。

今年度は、学校、家庭、PTA、企業、自治会や子ども会をはじめとした各種団体による県民運動に関わる事例を「あなたの取組大募集！」と題して募り、さらなる推進に取り組んできました。

## 様々な団体と連携した全国フォーラムの開催

このほど、これまでの成果を持ち寄り、全国に発信する場として、12月1日に『早寝・早起き・朝ごはん』全国フォーラムinしが」を開催しました。フォーラムは、2つの分科会、33の展示・体験コーナー、全体会の3部構成としました。県内の市町教育委員会、学校、社会教育関係団体、NHKをはじめとした報道機関、企業など、様々な団体と連携して、このフォーラムが開催できたことにより、「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さを広く普及させる場となり、今後の取組の拡大につながる契機となりました。

## 分科会

分科会では、県内の小・中学校から学校における睡眠学習をはじめとした生活リズムに関する授業実践の紹介や、市の教育委員会から自治体をあげて精力的に取り組む実践事例の紹介、さらには、PTAが主体となって家庭や地域に向けてその重要性を発信する事例の紹介があり、その後、宮崎総一郎氏（滋賀医科大学教授）、鈴木みゆき氏（和洋女子大学教授）から講演をいただきました。

## 展示・体験コーナー

展示・体験コーナーでは、12の企業を含めた33団体のブース出展があり、子どもも大人も一緒に楽しめる広場となりました。食育の広場では、朝食レシピの紹介や食育カルタ、クッキングコンテストの展示、手作りバターを試食コーナーをはじめとした体験型ブースが、快眠の広場では、心地よい眠りのための企業からの出展が、子育ての広場では、教育相談や効果的な学習方法についての紹介がありました。さらに、絵本の広場では、絵本の読み聞かせやお勧めの絵本の展示など、遊びの広場では、クラフト教室、似顔絵のコーナー、ミニコンサート、ひこにゃん体操の紹介など、多彩な出展によって賑わいました。

また、県内の小・中学生から応募のあった「早寝・早起き・朝ごはん」ポスターコンクール作品1,366点の中から、入選作品100点を「ポスター100選」と銘打って展示し、多くの方々にご覧いただきました。

## 全体会

全体会は、風光明媚な琵琶湖畔に位置し、県内最大の客席数を誇る「びわ湖ホール」で開きました。主催者である文部科学省生涯学習政策局の清木総括官からご挨拶をいただき、その後、百マス計算や漢字練習をはじめとした基礎学力の取組で全国的に有名な立命館大学教授で「早寝早起き朝ごはん」全国協議会副会長の陰山英男先生に、「生きる力と学力」と題して、基調講演をいただきました。

その後、「子どもも大人も『早寝・早起き・朝ごはん』～子によし、親によし、社会によし～」をテーマにして、基調講演や分科会の講師に嘉田滋賀県知事を交え、シンポジウムを行いました。

総勢2,500名が集い、びわ湖から発信した今回のフォーラムのメッセージが、県内はもとより、全国各地へと広まり、日本の将来を担う子どもたちが心身ともに健やかに育っていくことを願っているところです。

「早寝・早起き・朝ごはん」全国フォーラムinしが実行委員会  
委員長 佐藤尚武

# 「『早寝・早起き・朝ごはん』全国フォーラムinしが」報告書

## 目 次

「『早寝・早起き・朝ごはん』全国フォーラムinしが」開催概要……………	1
第1分科会……………	5
第2分科会……………	27
展示・体験コーナー……………	59
開会行事……………	61
基調講演……………	65
シンポジウム……………	77
閉会行事……………	95
資料	
「早寝・早起き・朝ごはん」県民運動に関する調査結果……………	96
参加者の感想……………	99