

令和6年度

「早寝早起き朝ごはん」

フォーラム事業  
推進校事業

募集

国立青少年教育振興機構と文部科学省が連携して、平成29年度より「早寝早起き朝ごはん」国民運動を促進するための地域のフォーラム事業と、中高生の基本的な生活習慣の維持・向上、定着を図るための推進校事業を実施しています。  
令和6年度は以下のとおり委託先を募集します！

公募期間

令和5年10月2日（月）

～12月22日（金）

委託先決定▶令和6年2月

事業期間▶令和6年4月～令和7年2月21日まで



はやねちゃん

©やなせたかし/やなせスタジオ

### ● 「早寝早起き朝ごはん」 フォーラム事業

- 目的：子供たちの基本的な生活習慣の維持・向上、定着の重要性を伝え、地域一丸となった取組を促進するとともに、「早寝早起き朝ごはん」等の活動を行っている各種団体等の交流の場を創設する。
- 委託先：都道府県・指定都市教育委員会、都道府県又は実行委員会(青少年教育施設、地方公共団体、学校、青少年団体、企業、民間教育機関・団体、NPO法人など多様な機関・団体で構成)
- 予算額(予定)：1か所あたり150万円以下
- フォーラム事業の内容
  - ・開催地域のニーズや必要性に即した専門家による講演(「子育てにおけるスマホと生活習慣について」など)
  - ・これまでの地域での取組成果の発表
  - ・展示や体験コーナー等の設置
  - ・各種団体等の交流の場の創設 など

### ● 「早寝早起き朝ごはん」 推進校事業

- 目的：主として中高生の基本的な生活習慣の維持・向上、定着を図るための調査研究を実施する。(小学校との連携も可能)
- 委託先：都道府県・指定都市・市(区)町村教育委員会又は学校単独
- 予算額(予定)：1校あたり100万円未満
- 推進校事業の内容
  - ・委託先において推進校の選定
  - ・現状の把握と課題の明確化
  - ・課題解決のための取組実施
  - ・効果の検証及び実践手法の総括例えば…
  - ・就寝時刻や朝食摂取状況等の実態把握
  - ・朝学習や朝読書、料理教室等による啓発
  - ・生徒へ変容調査等を実施し、効果の検証
  - ・専門家による講演会の開催 など



■問合せ先：国立青少年教育振興機構教育事業部事業企画課  
〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3番1号  
電話：03-6407-7718 FAX：03-6407-7699

URL：<https://www.niye.go.jp/services/hayanehayaoki.html>

実施要領、申請書等の様式は、上記ウェブサイトからダウンロードできます。



# 令和4年度「早寝早起き朝ごはん」 フォーラム事業・推進校事業の紹介



あさごはんまん  
©やなせたかし/やなせスタジオ

## 「元気ひょうご！早寝早起き朝ごはんフォーラム」

**フォーラム事業** （「早寝早起き朝ごはん」兵庫県フォーラム実行委員会）

### 【事業の内容】

- 生活習慣の大切さをテーマにした講演会を実施した。研修会の実施経験が豊富なフィールド・オブ・ゆう 越智 正篤 氏を講師とし、運動遊びを交えた親子参加型の講演となった。
- 丹波市内及び県内で食育・家庭教育支援に取り組んでいる市民団体等による「人形劇」、「おはなし会」、「早寝早起き朝ごはん体操」等の体験活動プログラムを実施した。
- 子どもの基本的な生活習慣定着に向けた取組として、食事のバランス診断を行ったり、簡単な朝ごはんレシピの紹介を行ったりするなど意識高揚を図った。

### 【事業の成果】

- アンケートでは「生活習慣の大切さを理解できた割合」が97%となり、生活習慣の向上を図ることができた。
- 広域で活動する団体や県域で活動する団体とのネットワークが形成され、取組のノウハウを共有することができた。
- ポスター掲示による周知を実施。また、市教育委員会によるSNSを通じた周知も実施。広く開催を呼びかけることができた。

↓運動遊びを交えた親子参加型の講演



## 「基本的生活習慣事業」

### 推進校事業

御船町立御船中学校

### 【事業の内容】

- 生徒・保護者対象講話  
久留米大学・内村直尚学長による「早寝早起き朝ごはん」をテーマに講演会を実施した。
- 生徒会による啓発  
生徒集会で基本的生活習慣に関する標語や自分で朝食を準備する際のレシピコンクールをPTA家庭部と協力して実施した。生徒自身が昼食を準備する「お弁当の日」を実施した。
- PTAによる啓発  
スマホの使用約束の励行や生徒会新ルールの遵守を呼び掛ける「保護者の約束」を作成掲示した。
- 生活ノートの作成・活用  
生徒の自己管理能力の育成に取り組んだ。
- 生徒会による生活リズムチェック週間  
自己の生活習慣の状況をグラフ化して振り返る活動を行った。

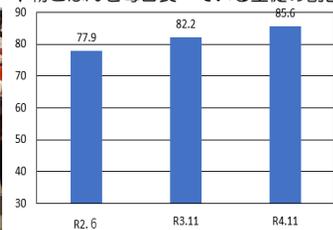
### 【事業の成果】

- 令和2年度から実施しているアンケートより
  - 「平日、スマホ等の使用時間が1時間より長い」  
→ 37.2ポイント減
  - 「朝ごはんを毎日食べている」  
→ 7.7ポイント増
  - 「決めた時刻に家庭学習を始める」  
→ 7.7ポイント増
  - 「夢や目標の実現に向けて努力している」  
→ 41.2ポイント増

↓生徒・保護者を対象とした講演会



↓朝ごはんを毎日食べている生徒の割合



これまでの事例集などを掲載しています▶

早寝早起き朝ごはんフォーラム・推進校事業

