

令和5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5年度は以下のとおり委託先を募集します！

公募期間

令和4年9月1日（木）

～**12月23日**（金）

委託先決定▶令和5年2月

事業期間▶令和5年4月～令和6年2月23日まで



●「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

©やなせたかし/やなせスタジオ



■問合せ先：国立青少年教育振興機構教育事業部事業課

〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3番1号

電話：03-6407-7683 FAX：03-6407-7699

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



これまでの「早寝早起き朝ごはん」 フォーラム事業・推進校事業を紹介！

令和3年度
フォーラム
事業

「早寝早起き朝ごはんフォーラムin宇治」

「早寝早起き朝ごはんフォーラムin宇治」実行委員会



【事業内容】

宇治市生涯学習センターをメイン会場に「早寝早起き朝ごはんフォーラム」に関する展示ブースや体験による啓発活動を地域住民に向けて開催。

【成果・効果】

- 地域団体・行政・教育機関・店舗・企業と協力し、「心と身体の健康」の基本である食育の大切さを実感できる場を創出。
- 出展者、地域団体、市民とのつながりが生まれ、イベント後も地域で協働し支援の輪を広げるきっかけづくりの場の提供ができる。
- イベント体験することで、日常生活での実践に繋がる。朝ごはんを実際に自宅で子どもが1人で作った、一緒に家で作った、など各家庭での実践につながっている。
- 「食育」を通して自分自身や家族の日常生活を大切にすることができる。父親の家事育児参加、母親の身体的精神的の休息、健康増進や学習意欲など、基本的な生活習慣の大切さを広い視野で学ぶ機会となった。

など

令和3年度
推進校
事業

「早寝早起き朝ごはん」 ～生活のポジティブサイクルづくりプロジェクト～

常陸太田市立世矢中学校

講演会の様子



クイズの活用(小学校)



【事業内容】

- 「早寝早起き朝ごはん」講演会
- 啓発活動(スローガンの作成・掲示、クリアファイルの作成)
- 「早寝早起き朝ごはんクイズ」の作成・活用
- 生活アンケートの実施

【成果】

- 慢性的な睡眠不足から生じる慢性疲労が、意欲や脳機能の低下を引き起こすことを知り、生活習慣や睡眠習慣を見直す機会となった。
- 隣接する小学校・幼稚園・公民館の協力を得た取組(スローガンの作成、のぼり旗・クリアファイルの配付、「早寝早起き朝ごはんクイズ」の作成・活用)を通して、園児児童生徒・家庭・地域と連携した啓発活動ができた。

スローガンの作成



生活アンケートの実施



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 🔍

