

担当者	生涯学習課長補佐	新谷
内線	5607	
外線	225-1839	

## 子どもの生活リズム向上啓発カード「げんきいっぱいカード」について

### 1 趣 旨

「早寝・早起き・朝ごはん」等といった家庭における子供の基本的な生活習慣をカードに記録して自ら振り返りを行うことにより、子供の生活リズムの向上を図る。

### 2 主 催

心の教育推進協議会（事務局：石川県教育委員会事務局生涯学習課）

### 3 内 容

#### (1) 対象

3・4・5歳児と保護者

#### (2) 期間

平成30年7月～9月のうちの1ヶ月間

#### (3) 方法

- ・「げんきいっぱいカード」で、子供が保護者と一緒に早寝・早起き・朝ごはん・あいさつについてチェックする。
- ・期間中に、達成できた日数に応じ「達成賞」を贈呈する。

〈基 準〉 全項目の達成が

25日以上・・・かがやき賞

20日以上・・・げんき賞

15日以上・・・がんばり賞

〈配 付〉 「げんきいっぱいカード」及びシールは、6月下旬に、幼稚園・保育所・認定こども園を通じ保護者に配付する。

〈その他〉 達成賞の送付は、11月下旬頃とする。

#### (4) その他

ホームページからもダウンロード可能

<http://www.pref.ishikawa.jp/kyoiku/syougai/kyogikai/improvement.html#page-improvement03>

### 4 特 徴

- ・子供と保護者が「早寝・早起き・朝ごはん・あいさつ」の項目について、楽しみながらチェックできるように、できた日にシールを貼る形式としている。
- ・家族と相談して「寝る時刻」「起きる時刻」の目標を決める内容にしている。
- ・意欲を持って取り組めるように、3つの賞を設けている。
- ・子供の取り組み意欲向上のため、シールに絵柄を入れている。