



# ルルブル通信



少しずつ暖かくなってきた今日この頃。もうすぐ春を迎え、お子さんの学校や幼稚園などでも新たな学年での生活がスタートすることと思います。子どもの健やかな成長には、基本的な生活習慣の定着がとても重要です。ぜひお子さんと一緒に「ルルブル（しっかり寝ル、きちんとして食ベル、よく遊ブで健やかに伸びル）」に取り組み、心も体も元気な一年にしましょう。

「ルルブル」を楽しみながら学べる副教材(DVD)ができました！

## ルルブルでみんな元気！！みんなで踊ろうルルブルロックンロール♪

宮城県教育委員会では、この度、県内の4歳以上の未就学児及び小学校1年生を対象に「ルルブル」について、わかりやすく、そして、楽しみながら関心をもってもらうため、「基本的な生活習慣定着促進副教材(DVD)」を制作しました。

このDVDは、「ルルブルでみんな元気！～ミラクル星をすくえ！～」と題し、元気な子どもたちがたくさんいる「ルルブル星」と元気のない子どもばかりの「ミラクル星」の生活習慣の違いをアニメを通して見比べながら、元気の秘密「ルルブル」をわかりやすく、楽しく学ぶことができます。

また、DVDには、運動する楽しさ、面白さを実感してもらうため、オリジナルの「ルルブルダンス(テーマ曲：ルルブルロックンロール♪)」を収録しています。ダンス部分には、仙台・宮城観光PRキャラクター「むすび丸」のほか、県内のプロスポーツチームのマスコットキャラクターも登場し、キッズダンサーと一緒に楽しくダンスを踊っています！

なお、このDVDは、県内全ての幼稚園、保育所、小学校などに配布していますので、副教材としてぜひご活用ください。

さらに、ダンス部分の動画については、宮城県のホームページでご覧になれます。ダンスの振り付け説明書も掲載していますので、ぜひご覧ください！



みんなで楽しくレッツルルブルダンス！

＜ルルブルダンスの動画を見るには＞

♪宮城県教育企画室HPにアクセス

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kyou-kikaku/>

♪「ルルブルロックンロール」で検索

♪スマートフォンで下のQRコードにアクセス



ぜひご覧ください！

## 平成 25 年度みやぎっ子ルルブル推進優良活動団体 取組紹介①

今年度、みやぎっ子ルルブル推進優良活動団体として16の団体が表彰されました。今号より数回に分けて、受賞団体の主な取組を紹介していきます。今回は、「塩竈市藤倉保育所」「栗原市立金成幼稚園・栗原市金成保育所」「気仙沼市立鹿折保育所」です。



### 塩竈市藤倉保育所

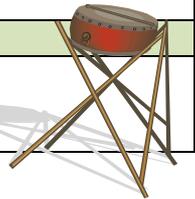
心とからだの共育ち 元気いっぱい のびのび遊ぼう  
～保育所って楽しいな 様々な経験や活動を通して育むもの～

#### 取組の内容

早寝の大切さを絵本や紙芝居を通じて子どもたちに分かりやすく伝えるとともに、「寝る」「食べる」「遊ぶ」の情報を月だよりで保護者へ啓発しています。また、親子で寝る前の読み聞かせを行うための絵本の貸出しをはじめ、食の意識を高めるための菜園活動やクッキング活動、給食展示などを行っています。さらに「遊ぶ」に関する年度計画を策定し、20年前から本格的な「和太鼓演奏」を保育課程に取り入れた活動を行っており、地域行事等での演奏を通じて住民との交流を深めています。

#### 取組の成果

子どもたちの生活リズムや偏食・残食の改善につながったほか、和太鼓演奏の取組を通じて、子どもたちの協調性や礼儀作法の育成につながり、達成感や自信の醸成が図られています。



### 栗原市立金成幼稚園・栗原市金成保育所 (栗原市金成幼児教育センター)

～楽しく食べてのぞましい食習慣を身に付けましょう！～

#### 取組の内容

保護者への生活習慣アンケートを実施するとともに、食育や給食に関する年度計画に基づき、給食参観や栄養士による講話、クッキング保育、地域住民と連携した野菜の栽培・収穫活動を実施しています。また、冬場における外遊びとして毎年「キッズサッカー教室」を実施しています。

#### 取組の成果

保護者へのアンケート調査から多くの子どもたちが「早寝・早起き・朝ごはん」を実践していることがうかがえます。また、食に対する関心が高まり、苦手な食べ物も進んで食べられようになり残食が減ったほか、栄養バランスを意識する家庭が増えてきています。さらに、キッズサッカー教室の実施により体を動かす楽しさにつながり、寒い時期でも元気に外遊びをする子どもたちの姿が見られています。



### 気仙沼市立鹿折保育所

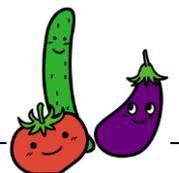
～楽しく食べて、じょうぶな身体をつくろう～

#### 取組の内容

毎月19日の「食育の日」に食育活動を行っており、給食参観やクッキング保育、野菜の栽培活動など、季節や行事にあった活動を家庭・地域と連携を図りながら実施しています。また、年間を通じた縦割りでの外遊びを実施するとともに、歩くことでの体づくりを意識し、年齢に応じて距離を考えた「散歩」を積極的に行っています。

#### 取組の成果

子どもたちの食への関心が高まり、嫌いな野菜でも頑張ってお食べられるようになった子が増えています。また、縦割りでの外遊びや散歩に積極的に取り組むことで、食欲の増進につながり残食が減少してきたほか、機敏性や協調性が身に付き、足腰も鍛えられています。



- みやぎっ子ルルブル推進会議では、会議の趣旨にご賛同いただける登録会員を募集しております。詳しくは、下記HP掲載の会議規約をご確認の上、[登録書様式](#)によりお申し込みください。
- ルルブルに関する取組事例や情報等がありましたら、下記までご連絡ください。



羊のルルブル君

担当：みやぎっ子ルルブル推進会議事務局（宮城県教育庁教育企画室）  
TEL：(022)211-3616 Email：[kyoikupp@pref.miyagi.jp](mailto:kyoikupp@pref.miyagi.jp)  
URL：<http://www.pref.miyagi.jp/site/ruruburu/>