

第21号

発行日 平成26年11月10日

発行元 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



アニメむすび丸
©宮城県・旭プロダクション

ルルブル通信

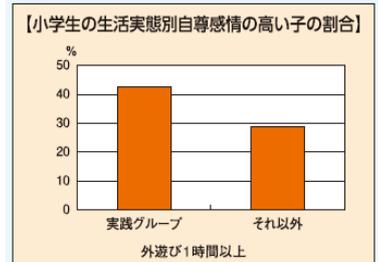
◆ 「よく遊ブ」① ～外遊びの大切さ・多くの友達と関わりながら遊ぶことの大切さ～

自信や積極性を育む ・ 規則正しい生活リズム

右の図が示すように、1時間以上外遊びをする小学生は、**自分に対する評価の感情(自尊心)**が明らかに高い傾向を示しています。一般的に自分に対する評価の高い子どもは、精神的に安定し、何事にも意欲的で前向きに生きようとする傾向にあると言われています。

子どもが自分に自信を持ち、何事にも積極的に取り組めるようにするためにも、外で元気に遊ばせることが重要です。

また、外遊びが多い子どもは、テレビを見て過ごすことが多い子どもより、就寝時間が早い傾向があります。起床時間が早く、朝は自分で起きることができ、毎日朝食を撮る傾向が高いことも分かっています。**思い切り体を動かし、使った分のエネルギーを休養や栄養で充電することが、規則正しい生活に結びつきます。**



注) 福岡県新社会推進部青少年アンビシャス運動推進室「子どもの遊び実態調査」2009年をもとに作成。



みやぎっ子ルルブル推進会議顧問の東北大学加齢医学研究所長・川島隆太先生からのアドバイスを紹介します。

友達と遊ぶことは、自分たちで独自のルールを決めたり、年下の子に配慮することを遊びの中で学ぶことができ、社会性を育む第一歩になります。ご家庭では、子どもが家に帰ってきたら、友達のことや友達とどう遊んだかなど、子どもの話をゆっくり聞きましょう。

◆ Let's「ルルブル」!

県教育委員会では、平成26年度、ルルブルに関する様々な取組を展開しています。

ルルブルのテレビCMを放送します

子どもたちの成長に大切な生活習慣「ルルブル」について広く県民の皆さんに知ってもらうために、10月27日(月)から平成27年1月31日(土)まで、民放テレビ4局でルルブルのCMを放送します。

ルルブルのテレビ番組を放送します

①仙台放送のテレビ番組『**たかやんとジュニが行く!**』とタイアップし、県内の視聴者に子どもの基本的な生活習慣の大切さを伝えます。

【放送日時】 11月2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日) 8:55~9:00

②仙台放送でテレビ番組『**Let'sルルブル**』を放送します。企業がルルブルに取り組む様子の紹介や、みやぎっ子ルルブル推進会議顧問で東北大学加齢医学研究所長・川島隆太先生からの一言を通して、子どもの基本的な生活習慣の大切さを伝えます。

【放送日時】 12月7日(日)・14日(日)・21日(日)・28日(日) 17:25~17:30

ルルブルフェスティバルを開催します

石巻市と亘理町で、ルルブルを楽しく実践する「ルルブルフェスティバル」を開催します。ニュースポーツや昔遊び体験等で、思い切り遊ばしましょう。お誘い合わせの上、ぜひお越し下さい。

【石巻会場】日時: 11月22日(土) 10:00~15:00 会場: 石巻総合体育館

【亘理会場】日時: 12月6日(土) 10:00~15:00 会場: 佐藤記念体育館

※詳しくは、宮城県教育庁教育企画室のホームページを御覧下さい。



アニメむすび丸
©宮城県・旭プロダクション

ルルブル

お楽しみに!

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④ (全6回)

昨年度、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。そのうち今回は、3件の小学校の主な取組内容と成果をご紹介します。



石巻市立大原小学校

～ 進んで学び、心豊かに、たくましく生きる大原っ子 ～

取組の内容

児童に規則正しい生活習慣を身に付けさせるため「生活ふりかえりカード」を活用しているほか、給食試食会や栄養士による講話、「かき」「わかめ」といった地域食材を使った食育活動を実施しています。

また、児童の運動意欲を高めるための「チャレンジカード」を活用し、マラソンや縄跳びなどを奨励するとともに、清掃活動や学校行事を通じた仮設住宅の住民との交流も行っています。

取組の成果

保護者アンケートにおいて「規則正しい生活」に関連する項目が前年度より改善したほか、食に関する取組を通じて、食の栄養などを考える児童が増え、漁業や地域へ関心も高まっています。

また、仮設住宅の住民との交流が図られ、地域で遊ぶ姿が見られています。



東松島市立鳴瀬桜華小学校

～ 絆を大切に、自ら学び、心豊かに、たくましく生きる子ども ～

取組の内容

食への意識を高めるための米作りやそば作りをはじめ、仮設住宅での生活やスクールバスでの通学による運動不足・体力低下を防ぐため、毎日の業間時間にマラソンや縄跳びなどに取り組んでいます。

また、東松島市教育委員会推奨の「心あったかイートころ運動」の3つの活動（挨拶・清掃・ゴミ拾い）にも取り組んでいます。



取組の成果

児童が農業の大切さ、米やそばを育てることの難しさを実感している姿や、全児童が外遊びをする姿が見られています。

また、保護者からは「子どもの体重が少し減ってきた」「体を動かすようになった」「よその家でも自分から進んで挨拶ができるようになった」等の感想が寄せられています。

気仙沼市立新城小学校

～ 自ら学び、たくましく心豊かな子ども ～

取組の内容

長期休暇明けに「早ね・早おき・朝ごはん」キャンペーンとして、児童の生活習慣の状況を記録する「がんばりカード」を活用した取組を実施しており、カードには保護者のコメント欄を設けるなど工夫し、家庭と連携しながら生活習慣の定着に取り組んでいます。

また、業前運動や業間時間における全校外遊びのほか、校内研修での「体育実技研修」の実施など、児童の体力づくりにも意欲的に取り組んでいます。



取組の成果

家庭からも基本的な生活習慣の推進に積極的な感想が寄せられ、家庭への意識付けが図られています。

また、全身を動かす運動が定着するとともに、体を鍛える児童が増えており、体力・運動能力調査においても良好な結果を示しています。

- 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。



アニメむすび丸
宮城県・旭プロジェクト

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

URL：<http://www.pref.miyagi.jp/site/ruruburu/>