

## 令和7年度 子どもの生活リズム向上推進事業実施要項

### 1 趣旨

「早寝・早起き・朝ごはん」といった家庭における子ども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、子どもの生活リズムの向上を図る。また、生活リズム向上に関する取組事例を紹介し、子どもの基本的な生活習慣確立の重要性について周知啓発する。

本事業を通じて、家庭だけでなく地域ぐるみで子どもの生活リズム向上を推進し、子どもたちの心身の健やかな成長を図る。

### 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 事業の内容

(1) 子供の生活リズム向上啓発カード「げんきいっぱいカード」の作成・配付

- ① 対象 3・4・5歳児とその保護者
- ② 内容 子供の生活リズムの重要性を伝える情報の提供と、家族で取り組むチェック表
- ③ 配付 7月上旬頃に幼稚園、保育所及び認定こども園を通じて配付
- ④ 取組期間 令和7年8月の1ヶ月間
- ⑤ その他 達成者に対して達成賞（シール）を贈呈

(2) ホームページによる取組の紹介

子供の生活リズム向上に関して、県内市町や小中学校、幼稚園、保育所、認定こども園の取組事例等を、当協議会のホームページに掲載

### 4 問い合わせ先

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内)

〒920-8575 金沢市鞍月1丁目1番地

TEL (076)225-1837