

保護者様

田村市立船引南中学校長 中村 徹

第2回「朝食について見直そう週間運動」について

深秋の候、皆様におかれましてはますますご健勝にてお過ごしのこととお喜び申し上げます。

さて、6月に続き福島県教育委員会主催により、県下一斉に第2回「朝食を見直そう週間運動」を実施いたします。

「朝食を食べる」ことと、「一日の生活リズム・生活習慣」は密接に関連します。本校では生活リズム全体を見直す機会と考え、就寝・起床時間等を含めての「生活リズム調査」を実施いたします。

お子様が1日のスタートである朝食の大切さについて改めて考え、自分の食生活を見つめ直す1週間となるよう、保護者の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

記

1 実施期間 平成28年11月7日（月）～11月11日（金）の5日間

2 実施対象 全校生徒

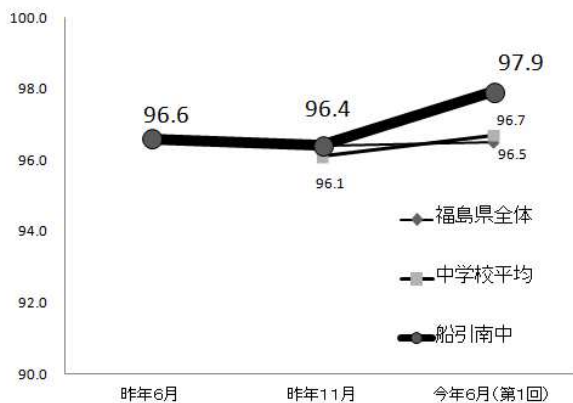
3 実施方法

第1回に引き続き、各自「生活リズム調査」カードに就寝・起床時間や朝食等について、朝の学活等の時間を利用して自己チェックします。

(生活リズム調査の項目)

- 1 就寝時間を守れたか
- 2 起床時間を守れたか
- 3 昨日の夜、ねる前に歯をみがいたか
- 4 昨日夕食を食べたか（主食、汁物、家族と食べたか）
- 5 朝食を食べたか（主食、野菜、汁物、家族と食べたか）

朝食摂取率・船引南中の結果



▲ 朝食を食べる生徒が増えた一方で、朝食での野菜や汁物摂取が低く、今後の課題といえます。(右図参照)

(担当 養護教諭 菊地由美子)

TEL 85-2811)

(参考) 昨年度から今年度第1回調査時の結果は以下の通りでした。値は調査期間最終日のものです(資料: 県教育委員会発表による)

◎ 運動期間中における本校の朝食摂取率が昨年度よりも増加しました。(左図参照)

