

研修委員会だより

がんばったね！早寝・早起き・朝ごはん

親子ふれあい週間 アンケートレポート

平成23年5月25日 福岡市PTA協議会 会長 斎田敏明 研修委員会 委員長 置鮎正則

『親子ふれあい週間』アンケートにご協力いただきありがとうございました！

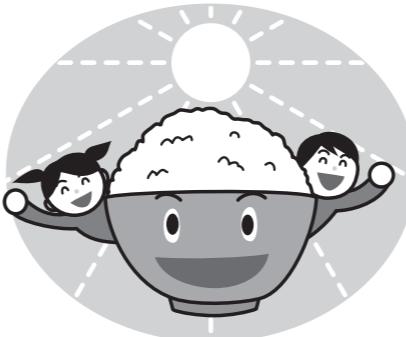
今年も冬休み明けの1月に「早寝 早起き 朝ごはん」アンケートを実施しました。

昨年の同じ時期に比べ、参加してくださった児童・生徒も確実に増えています。

ご協力ありがとうございました。

研修委員会では、今回のアンケート結果を取りまとめ、皆様の取り組みや貴重なご意見をフィードバックすべく「研修委員会だより」を発行いたしました。

この活動を通して、児童・生徒とご家庭での規則正しい生活の意識が向上することを願っています。



アンケートを終えて



冬休み明けも、多くの児童／生徒に参加していただきました！

■23年1月実施アンケートの参加状況

	今回の参加率 23年1月		前回の参加率 22年1月	
	参加件数	参加件数	参加件数	参加件数
小学校	61%	46,815件	58%	44,123件
中学校	48%	13,048件	53%	13,078件
特別支援学校	58%	160件	44%	131件

今回の「早寝 早起き 朝ごはん」アンケート参加数は、前回9月よりも減少しましたが、昨年の同時期に比べると、小学生は微増、中学生はほぼ同じでした。中学生は3年生の受験シーズンということで、アンケートを実施していない学校も多かったようですので、1月の参加数は減る傾向にあります。それでも半数近くの生徒がアンケートに参加してくれました。

元気の源、朝ごはんは大切です！

今回も朝ごはんを食べること、あいさつをすることのチェックを実施しました。アンケート期間中、朝ごはんの項目に、すべて○がついた人の率は、小学生で81%、中学生は86%でした。あいさつについて、すべて○がついた人は小学生で71%、中学生で82%でした。寒い冬の朝は、起きる時間が遅くなりがちですが、頑張って早起きして、しっかりと朝ごはんを取れるように頑張りましょう。

■朝ごはんとあいさつに関する結果集計

	朝ご飯を食べた	あいさつをした
	参加者全体の比率	参加者全体の比率
小学校	81%	71%
中学校	86%	82%
特別支援学校	77%	64%



親子ふれあい週間アンケート 取組について伺いました！

中央区 警固小学校 福岡市中央区警固一丁目11番1号



Q & A

警固小校区はどんな校区ですか？

警固校区は交通の便も良く、マンションも多くてファミリー層の多いエリアですね。以前から住まれている地域の方も多く、交流も盛んなので、地域的に非常に住みやすいところですよ。

Q & A

基本的生活習慣についての取り組みは？

学校の方で年に2回の「学校生活アンケート」を実施しており、その中でもあいさつに関してもチェックするようになっています。

また朝食調査も行っており、児童の寝る時間や起きた時間から、朝ごはんを食べているかについて、独自に調査しています。

基本的な生活習慣は、家庭で定着させ、学校でチェックするようにしています。

Q & A

あいさつについての取り組みを教えてください。

「学校生活アンケート」だけでなく、毎月1日と17日に地域とPTAが協力した「けごっ子守る隊」の皆さんのが朝のあいさつ運動や登校指導を行っています。

多くのボランティアの方の活動のおかげで、子ども達も率先してあいさつをしてくれるようになりました。

西区 西陵中学校 福岡市西区生の松原三丁目9番1号



Q & A

参加率はどうでしたか？

今回は、1年生のみの取組みでしたが、ほぼ100%に近い参加率でした。今回に限らず参加率は良いです。

Q & A

参加率を上げるために何か工夫をしていますか？

記名式にしています。子どもたちは毎日学校で記入をし、取組み終了後に家庭に持ち帰り保護者から感想を書いてもらっています。委員会の定例会や先生方にもクラスごとの結果をお知らせしていることもあり、保護者の協力や先生方の厳しいご指導のおかげでほぼ全員提出しています。

Q & A

早寝・早起き・朝ごはんの取組みをして子どもたちの意識は変わってきていますか？

小学校の時から取り組んでいますので、ずい分定着してきていると思います。保護者からの声かけも大きいようです。

Q & A

子どもたちのあいさつが大変良いのに驚きましたが、学校全体で何か取り組んでいますか？

学校では、5~6年かけて「あいさつ・掃除・時間を守る」の生活三大目標に取り組んでいます。それから地域の方々の学校に協力する姿を見ていることもあり子どもたちはボランティアを嫌がらず積極的にやってくれます。

両校の取組に対する熱心さや、子どもたちに対する愛情を感じることができました。

お忙しい中、取材のためにお時間を取っていただきました。

警固小学校、西陵中学校PTA役員の皆様、どうもありがとうございました！

ちゃんと食べよう！あさごはん簡単レシピ

「納豆のネバネバ和え」

材料

- ・長芋…適量
- ・めかぶ…大さじ1
- ・納豆…1パック
- ・ポン酢…適量

1. 長芋は酢水に5分程さらし、ビニール袋に入れてすりこぎなどで叩き碎く。

2. 納豆をよく混ぜて、長芋とめかぶを混ぜ合わせ、ポン酢を加えて和える。

「カルシウムたっぷりミルクリゾット」

作り方

1. 玉ねぎ…小1/2個
・ペーパー…2枚
2. 牛乳…400ml
・ミックスベジタブル…80g
3. ごはん…軽くお茶碗2杯
4. 塩・こしょう…少々
5. とろけるチーズまたは、粉チーズ…適量

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

21.

22.

23.

24.

25.

26.

27.

28.

29.

30.

31.

32.

33.

34.

35.

36.

37.

38.

39.

40.

41.

42.

43.

44.

45.

46.

47.

48.

49.

50.

51.

52.

53.

54.

55.

56.

57.

58.

59.

60.

61.

62.

63.

64.

65.

66.

67.

68.

69.

70.

71.

72.

73.

74.

75.

76.

77.

78.

79.

80.

81.

82.

83.

84.

85.

86.

がんばったね！

早寝・早起き・朝ごはん

親子ふれあい週間 アンケートレポート

みなさまより多くの感想やご意見を
いただきました。その一部を紹介します。



小学校

■児童の感想

- ・お母さんの笑顔が見れて嬉しい。
- ・早寝早起き朝ごはんをすると、頭がよくはたらいて良かったです。
- ・自分から挨拶したら相手からも挨拶を返されて嬉しかった。
- ・宿題の取り扱かりが遅いと寝るのが遅くなるので早く取り扱るようにしたい。
- ・起きるのがきつかったけど早く起きる癖がついたのでよかったです。
- ・毎日気持ちよくすごすことができたのでこれからも続けたいです。



■保護者の感想

- ・この1週間だけでなく続けてほしい。
- ・目覚まし時計で自分で起きることで自立心がついたようだ。
- ・子どもに「おはよう！」と言っていなかったことに気付きました。
- ・子どもが出来なかった理由が親の都合であった事に深く反省しています。
- ・あいさつはできているが、相手に伝わるようにがんばってほしい。



■学校の感想

- ・親子ふれあい週間の取り組みが学期初めの生活習慣の確立に役立っています。
- ・長期休業中の不規則がちな生活を立て直すことで元気に学校生活が送られています。
- ・今回参加率100パーセントを目指し家庭に協力を呼びかけ大部分のご家庭で協力していただいたのは大変ありがたかったです。親子で話し合い生活を見直す機会となつたのはすばらしいことです。

中学校

■生徒の感想

- ・自分で考えて行動しようと思った。
- ・早寝、早起き、朝ご飯で勉強に集中出来ることに気付いた。
- ・こんな企画がありいつもより朝をすがすがしく迎えることができた。
- ・睡眠時間を8時間はとて授業に集中できるようにしたい。
- ・寝た時間が多めの方が元気になる。

■学校の感想

「早寝早起き朝ごはん」は子どもに身につけさせたい大切な基本的生活習慣である。先日行われたPTAの学年別懇談会の席で、あるお母さんから「うちの子は、記録表にむAをつけたいらしくて今週ずっと早く寝ていますよ。」という話を伺った。このふれあい週間の取り組みが単なる調査、点検ではなく、改善につながっている例として大変うれしく思った。又、このような取り組みがもっと増えていくことを期待している。今後もねばり強く学校と家庭が連携して子どもたちを育んでいかなければならぬ。

■保護者の感想

- ・毎朝、「いってきます。ただいま。おやすみなさい、おはよう」など大きな声であいさつができる、こちらもとても気分がいい一日が送れます。
- ・受験勉強を朝方に出来たらと思います親子で再度見直して一番やりやすい方法を考え良い機会となりました。



特別支援学校

■児童・生徒の感想

- ・規則正しく生活ができた。
- ・目が覚めてもなかなか布団から出られませんでした。
- ・寒くてなかなか起きれませんでした。
- ・お兄ちゃんお姉ちゃんがいるので、規則正しい生活が出来ました。

■保護者の感想

- ・寒さで体調を崩さないようにがんばりました。
- ・自分からあいさつがでてよかったと思います。
- ・朝はしっかり起きてますが、おはようといつても返事がありません。



■学校の感想

- ・正しい生活リズムで過ごすことが基本になるので、啓発のためにも継続していくことに意義があると思います。

研修委員会

アンケート集計を 終えて

■小学校

香椎浜小学校 PTA会長 栄野 広和

多忙な中でのアンケート回答及び回収にご協力いただき感謝申し上げます。年に2回のこの取り組みですが、その回答からはアンケートに答えること、提出することが楽しみになったという声が聞こえてくるような気がします。「早寝・早起き・朝ごはん」は当たり前。でも、意識していないとそれが埋もれてしまいそうな今の時代です。親子ふれあい週間をもってその意識をひろげ、アンケートの内容・回答を検討、実践、報告しながら、生活習慣の改善・向上につながる事を目指しています。

■中学校

吉塚中学校 PTA副会長 権田 知子

いつも、アンケートへのご協力ありがとうございます。お蔭様年々参加率は上がったり、このアンケートも定着してきたと感じています。ただ、残念ながら年明けのアンケートの参加率は、いつも下がってしまいます。1月は、3年生は受験を控え参加を見送る学校もあります。また、インフルエンザが流行る時期なので欠席等が多く、集計に間に合わなかったところもあるようです。取り組みとして時期はどうなのか?と疑問の声もありますが、特に正月明けは、大人もなかなか本調子になれないものです。だからこそ、子どもと一緒に一年の始まりとしてしっかり取り組んでいただきたいと思います。また、このアンケートを続けていくことで、今の子どもたちが大人になっても、生活の基本である「早寝・早起き・朝ごはん」が定着し自己管理のできる大人になるお手伝いができると思います。今後とも、取り組みにご理解いただき、ご協力をいただけるとうれしいです。

■特別支援学校

南福岡特別支援学校 PTA副会長 小林 功明

今回のアンケートは目標に向かって寒い時期でも体調を崩さないように気をつけていたようですが、生活リズムが乱れている子も多かったようです。「早寝・早起き・朝ごはん」は「本人に自覚がないので難しい」という声もあり、その分、親の心構えが大事だと改めて感じました。個々の課題を持つ子ども達に、安定したリズムを作っていくことの難しさは多々ありますが、それが学校生活を充実させることに繋がっていくと思います。その事を充分理解しながらなかなか出来ない事にもチャレンジしていくべき生活を見直して、もう一度基本に戻れる気がします。