

幼・保・小・中 一貫教育プロジェクト

子どもたちの健全育成のためへのさまざまな取り組み

◎ノーテレビ・ノーゲームデー

平成24年11月から始めた「ノーテレビ・ノーゲームデー」を、今年も継続して実施します。毎月第3水曜日は、夜8時以降にテレビやゲームのスイッチを切って、早く寝るようにしましょう。

学齢	就寝時刻の目安	ポイント (これを決めれば就寝時刻が決まります。)
園児 低学年	午後9時まで	夕食・お風呂の時間
高学年	午後10時まで	見る番組やゲームの時間
中学生	午後10時30分	ゲーム・テレビの時間 携帯・テレビ・ゲームの最終時刻
高校生	午後12時	学習の時間 携帯・テレビ・ゲームの最終時刻

睡眠不足は肥満につながります。

睡眠不足では「学力」は上がりません。

午後10時～深夜2時に8割の成長ホルモンがでます。

◎幼保小中高一斉あいさつ運動（6月、11月）

毎年2回、幼稚園・保育園、小学校、中学校、高等学校で、町内一斉のあいさつ運動を行います。

各園、学校では、日常的に指導を行い、あいさつの習慣化を目指しています。

笑顔であいさつを交わす阿久比町にしたいものです。

◎親子ふれあいキャンペーン（期間10月16日～11月9日）

園児・小学生は読み聞かせや読書を、中学生は親子でのふれあい活動を行います。

親子で一緒に過ごしたり話題を共有したりすることは、子どもの成長にとってかけがえのないものです。テレビを消して、親子で読書や会話をする時間を持ち、「親子のきずな」を深めましょう。



あいさつ運動の様子

■問い合わせ先 学校教育課 ☎(48)1111 (内202)

**これらの取り組みには、地域の協力が必要です。
皆さんの力を合わせた活動をよろしくお願いします。**