

なぜ「早寝・早起き・朝ご飯」なの？

御前崎市の現状

- 少子高齢化、核家族
- DV、虐待家庭
- 小1プロブレム、中1ギャップ
- 不登校児童・生徒の増加
- 地域コミュニティの希薄化
- 対人関係に悩む子どもの増加
- 問題行動の増加と多様化

生活習慣の乱れ・人とかかわることが上手くできない

~生活習慣の乱れは、学習意欲・体力・気力の低下の要因のひとつ~

基本的な生活習慣の確立

早寝



成長ホルモンを分泌し、脳・骨・筋肉のよりよい成長を促す

早起き



朝の光は、脳を覚醒させるホルモンを分泌し、活動に適した体にする

朝ご飯



脳のエネルギー（ブドウ糖）を補給し、しっかり活動できる状態をつくる

子どもたちが本来持っているすばらしい力（意欲・体力・気力）を引き出す

〈「スクラム御前崎」が目指す子どもの姿〉

- 1 高い志や夢を持って生きる子
- 3 他者と豊かにかかわる子

- 2 学び続ける子
- 4 社会とかかわっていく子

郷土を愛し 未来を創る子