

目的

子どものうちに健全な食生活を確立することは、成長段階にある子どもにとって必要な栄養を摂取し、健やかな体を作り、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となります。

「健康的な生活リズムや食習慣を確立」し、地域の将来を担う子どもたちの「確かな学力・体力」と「健全な心身」を地域全体で育むことが目的です。

手段

地域・市民・企業・学校・行政が協力して、小学校の家庭科室等で、一人でも多くの児童が、地域の方に見守られながら、「独りではない」環境で、「楽しく」朝ごはんを食べる場を提供します。

なぜ「みんなで」「朝ごはん」なのか？

「みんなで」

家族や仲間と、みんなで食卓を囲んで食べる「共食」は、食育の原点です。食事のあいさつや箸の持ち方など食事のマナーを身に付ける場であるとともに、地域住民や学年・クラスを越えた仲間と交流し、会話をしながら楽しく食事を摂る場は、人間形成を図る意味でもとても貴重な機会です。

「朝ごはん」

朝ごはんを食べる習慣は、早寝早起きの規則正しい生活リズムを定着化させるなどの重要な役割があります。また、毎日朝ごはんを食べる子どもの方が学力や体力、運動能力において良い結果が出ており、子どもの学習や体力づくりに大きな影響を及ぼしていることが文部科学省の調査で明らかになっています。