

「早寝早起き朝ごはん」全国協議会設立趣意書

子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切です。

また、子どもがこうした生活習慣を身に付けていくためには家庭の果たすべき役割は大きいところではありますが、最近の子どもたちを見ると、「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という成長期の子どもにとって当たり前で必要不可欠な基本的な生活習慣が大きく乱れていますし、この乱れが学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されております。

例えば、昨年公表された「小・中学校教育課程実施状況調査」によれば、毎朝朝食を取る子どもほど、ペーパーテストの得点が高い傾向にあることが明らかになっています。

また、基本的な生活習慣に関連して、お手伝いをする子どもほど、道徳感や正義感が身についている傾向にあることも明らかになっていますし、自然体験している子どもほど道徳観が身につけております。

家庭における食事や睡眠など、子どもの基本的な生活習慣の乱れは、個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことのできるものではなく、社会全体の問題として取り組むべき重要な課題となっております。

さらに、食生活については、平成17年7月から食育基本法が施行され、食育の重要性が一段と高まっているところであります。

子どもの健全な育成のための基本的な生活習慣については、今突然言い始めた訳ではありません。私が中教審会長時代に断固言い続けたのは、教育というのは学校にまかせるのではなく、まず、地域社会が力を十分尽くすものであり、家庭における教育が極めて重要なものであると、答申に書かせてもらいました。

早寝早起き朝ごはん運動は、国が実施するとかそういうものではなく、我々父親であり母親であり、祖父であり祖母であるような方々が力を合わせて、これから子どもたちをよりよい人間に育てるべく努力をしていきたいと考えます。

具体の取り組みについては、PTA等の様々な関係団体の協力を得て「早寝早起き朝ごはん」運動として国民運動を展開し、読書や外遊び・スポーツなど様々な活動を実施し、地域ぐるみで生活リズムの向上を推進していきたいと考えております。より多くの皆さまのご賛同とご協力をお願い申し上げます。

発起人代表 日本科学技術振興財団会長
元文部大臣
元東京大学総長
元理化学研究所理事長

有馬朗人