

ルルブル通信

発行日 平成24年 2月28日

発行元 みやぎっ子ルルブル

推進会議事務局

(宮城県教育庁教育企画室)

TEL(022)211-3616



ルルブル君

みやぎっ子ルルブル推進会議総会を開催しました

平成24年1月31日(火)に、宮城県行政庁舎2階講堂で、「みやぎっ子ルルブル推進会議総会」を開催し、160名を越える方々に御出席いただきました。御多忙の中、御出席いただいた皆様に改めてお礼を申し上げます。

会長の村井嘉浩宮城県知事からの開会のあいさつの後、子どもの生活習慣確立に向けた優れた取組により、宮城の将来を担う子どもたちの健全育成に貢献された下記の14団体の表彰を行いました。



【保育所・幼稚園部門】

仙台市愛子保育所・熊ヶ根保育所・落合保育所 利府町立菅谷台保育所 登米市立米山西幼稚園
学校法人桂林学園穀町幼稚園

【小学校・中学校部門】

角田市立東根小学校 七ヶ宿町立関小学校 富谷町立日吉台小学校
大崎市立鹿島台小学校 栗原市立畑岡小学校 南三陸町立入谷小学校
仙台市立高砂小学校 大崎市立田尻中学校 仙台市立富沢中学校

【企業・団体部門】

JAみどりの田尻産直委員会

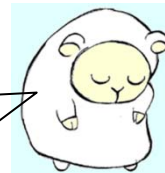


また、顧問の川島隆太東北大学加齢医学研究所教授から、「早寝早起き朝ごはんの重要性～震災を越えて伸びる子どもの生活習慣」と題して、最新の研究データに基づいて「しっかり寝る・きちんと食べる・よく遊ぶ」ことの大切さについて御講演をいただきました。講演の中で、川島教授から子どもの生活習慣の乱れを引き起こしている社会の夜型化に対して、私たち一人一人が声を上げていくことの重要性についてもお話がありました。



最後に、副会長の師研也宮城県学校保健会会長から、ルルブル推進会議総会が一つのきっかけとなり、子どもたちの基本的な生活習慣の確立に向けて、社会全体での取組が一層進んでいくことを心から願っていますとの閉会のあいさつをいただき、総会は終了しました。

皆様、御出席ありがとうございました！



川島教授から一言！

子どもの健やかな成長に必要なポイントの一つである「よく眠る」について、顧問の川島隆太東北大学教授のアドバイスを御紹介します。

「海馬(脳の中で学習や記憶と強く関わる部分)の成長は、睡眠時間に左右される！」

- 仙台市の子どもを対象にした最近の調査で、睡眠時間をたっぷりとしている子どもほど、脳の中で学習や記憶と関わる部分の体積が大きく、その差は成長するごとに広がっていくことが分かりました。
- 睡眠の習慣が、脳の機能だけではなく、脳の大きさ自体も左右するという調査結果は、睡眠が脳の発達にとっていかに大切なものであるかを示唆しています。
- 成長期の子どもには、十分な睡眠時間が必要であることを改めて認識し、子どもの睡眠時間の確保に努めましょう。



取り組んでいます！ルルブル！

今回は、「早寝・早起き・朝ごはん」をテーマに、オリジナルの「飛び出す紙芝居」を制作し、被災地の親子等に上演活動を行っている「早寝・早起き・朝ごはん実行委員会in宮城」の取組を御紹介します。

早寝・早起き・朝ごはん 実行委員会in宮城

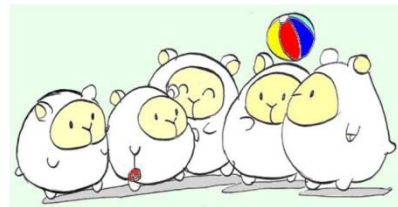


早寝・早起き・朝ごはん実行委員会in宮城（略称：いい朝みやぎ事務局：株式会社ベガルタ仙台）では民学官連携により「早寝・早起き・朝ごはん」を推進する運動を展開しています。平成22年度に「早寝・早起き・朝ごはん」の紙芝居とそのキャラクターが登場する創作劇を組み合わせた「飛び出す紙芝居」（『アーリー博士とレイト怪人』）を制作し、地域の幼稚園・保育所などで上演を始めました。

今年度は、被災地石巻の親子を対象に実施した「ベガルタ仙台観戦とお菓子づくり教室」のアトラクションとして上演したほか、福島県の保育園においても上演し、好評を博しました。

早寝・早起き・朝ごはん実行委員会in宮城では、今後も「早寝・早起き・朝ごはん」をテーマに、様々な団体が協力しあって、県内におけるイベント開催等の活動を継続していくとのことです。

「早寝・早起き・朝ごはん実行委員会in宮城」
ホームページ <http://www.iiasa-miyagi.info/>



- みやぎっ子ルルブル推進会議では、会議の趣旨に御賛同いただける登録会員を募集しております。詳しくは、下記HP掲載の会議規約を御確認の上、登録書様式によりお申し込みください。
- ルルブルに関する取組事例や情報等がありましたら、下記まで御連絡ください。

担当：みやぎっ子ルルブル推進会議事務局（宮城県教育庁教育企画室）

Tel：(022)211-3616 Email：kyoikupp@pref.miyagi.jp

URL：<http://www.pref.miyagi.jp/kyou-kikaku/kihonteki/suisinkaigi.htm>



第25回全国健康福祉祭 宮城・仙台大会
ねんりんピック宮城・仙台2012

平成24年10月13日(土)～16日(火)
伊達の地に 美れ!ねんりん いきいきと