

子どもの生活習慣づくり支援事業

(前年度予算額 50,085千円)
24年度予定額 29,861千円

【背景及び課題】

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・睡眠など、規則正しい生活習慣が大切である。近年、子どもたちの生活習慣の乱れが学習意欲、体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されている。

保護者の帰宅時刻と夕食やコミュニケーションの状況

帰宅時間が遅いほど、子どもと夕食を食べる頻度が低い

平成22年度文部科学省委託調査

◆子どもと毎日夕食を一緒に食べる保護者の割合

父親

帰宅時間5時～7時 50.9% → 11時以降 4.6%

母親

帰宅時間5時～7時 74.6% → 9時～11時 20.5%

帰宅時間が遅いほど、親子のコミュニケーション時間が短い

平成22年度文部科学省委託調査

◆親子コミュニケーション時間

父親(ほとんどない割合)

帰宅時間5時～7時 7.7% → 11時以降 37.5%

母親(30分未満)

帰宅時間5時～7時 21.8% → 9時～11時 38.4%

企業のメリット意識

生活習慣向上の取組が企業活動へのメリットとなると感じている企業が多い

メリットを感じる 81.2%

平成22年度文部科学省委託調査

「労働管理の効率が高まる」
「WLBの推進につながる」
「メンタルヘルスにつながる」等へのメリット評価が高い。

東日本大震災の影響

節電等の機運の高まり

就業時間等の創意・工夫

生活習慣のあり方の見直し

中高生の生活習慣の乱れ

【現代的課題】

- 携帯電話インターネットの過度な利用による夜型化
- ・携帯電話のメール送受信件数が多いほど就寝時間が遅い

0時以降に就寝する中学2年生の割合

送受信1日30件以上	25.1%
携帯電話をもっていない	10.4%

文部科学省「子どもの携帯電話等の利用に関する調査結果(平成21年5月)」

- 食生活の乱れ



乳幼児期に比べ、保護者の関わりは減少

保護者の影響だけではなく
自らの生活習慣を主体的に
形成していく力の育成が必要

保護者の生活習慣が子どもの生活習慣に与える影響は大きい

企業も含めた社会全体での生活習慣改善に向けた取組が必要

全国的な普及啓発の実施

- ① 検討・評価委員会の設置
- ② 関係府省・官民連携による取組促進
- ③ 先進事例の普及啓発

企業CSR、地域貢献活動等の取組事例集等

中高生向け啓発資料の検討・作成

企業、行政、学校、商工会、民間団体等との協働による研究発表会の開催

社会全体で取組む自然や身体のリズムに合わせた生活習慣づくり

