

## 令和7年度「ぱっちり！モグモグ」生活リズム向上優良活動表彰 被表彰団体の概要



生涯学習課  
HP

「ぱっちり！モグモグ」生活リズム向上キャンペーン月間・週間を中心に、学校園・団体等における幼児児童生徒や保護者、地域に向けての生活リズム向上のための活動を実践し、工夫した取組を行っている7校園を表彰した。

優秀賞の中でも、他団体へ普及すべき特に優れた活動を行っていると認められる団体を最優秀賞として表彰した。

### 最優秀賞(3団体)

団体名	津山市立喬松小学校	活動名	喬松 みんなで やってみよう！
活動内容	 <ul style="list-style-type: none"><li>「チャレンジ読書」の活動では、挑戦コーナーやマイスター制度を設定し、主体的に取り組める工夫をした。</li><li>参観日にPTA研修会を設定し、メディアに関するワークショップを実施した。</li><li>PTAと連携したぱっちりもぐもぐカードだけではなく、独自のメディアコントロールチャレンジを実施した。</li><li>体力づくりの取組として、子どもたちが企画した「やってみようチャレンジ」で全校外遊びを実施した。</li><li>中学校区等の研修会などで各学校園の健康に関する取組について意見交流や情報交換をした。</li><li>専門家を招き、食育(生活リズムを整える朝ごはん)学習を実施した。</li></ul>		

団体名	井原市立青野小学校	活動名	育てよう、自分を自分で健康にする力！ ～『けテぶれ』で、体感・実感・ぐっすり睡眠習慣！～
活動内容	 <ul style="list-style-type: none"><li>「計画・分析・テスト・練習」の流れを意識した「学級チャレンジカード」を作成し、年間4回実施した。</li><li>児童保健委員会が、睡眠に関する意識向上のため、保護者への手紙配付と児童の表彰を行った。</li><li>養護教諭が各クラスで睡眠に関するミニ保健指導を実施した。</li><li>「学級チャレンジカード」実施後には、個人の変化に着目できるよう児童一人ひとりに結果をまとめた振り返りシートを配付した。</li><li>生活習慣アンケートの結果を第1回学校保健委員会で伝え、主な健康問題については保健便りに掲載した。</li><li>第2回学校保健委員会では、PTAや学校運営協議会委員、学校医、学校歯科医、栄養教諭が参加し、児童の生活習慣について意見交流を行った。</li></ul>		

団体名	新見市立矢神小学校愛育会	活動名	親子でにこにこチャレンジ週間
活動内容	 <ul style="list-style-type: none"><li>起床・就寝時刻やメディア以外の時間の利用を考える「親子でにこにこチャレンジ週間」を活用した生活習慣づくりを実施した。</li><li>愛育会(本校のPTAの名称)主催の教育講演会で、生活習慣に関する内容を実施した。</li><li>中学校区で取り組んでいる「家庭学習強化週間」を利用し、各家庭で家庭学習の時間の確保とメディアコントロールを実践した。</li><li>よりよい生活習慣の確立に向け、学校保健委員会で、学校医、学校歯科医、学校薬剤師から指導・助言をいただいた。</li><li>学校運営協議会や学校保健委員会で議題として取り上げ、情報交換を行った。</li></ul>		



優秀賞(4団体)

団体名	岡山市立建部小学校	活動名	ヘルスアップカードを中心とした取組
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>「ヘルスアップ週間」の取組を年3回実施し、起床時間、就寝時間、朝食摂取、夜の歯磨き、メディア時間などを記録し、生活習慣の振り返りや見直しを行った。また、運動カードである「たけべだんご」も同時期に実施した。</li> <li>「ヘルスアップ週間」と同時期に、家庭学習の意識を高める「パワーアップ週間」や読書への意識を高める「ブック・ブック・アット・ホーム」の取組も行った。</li> <li>保健室前などに、取組に関連する掲示をした。</li> <li>保健委員会児童が生活習慣に関するクイズ放送を行った。</li> </ul>		

団体名	新見市立千屋小学校	活動名	家族みんなで生活リズム改善！かがやく千屋っ子
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>「生活リズム週間」を年6回、土日を含めた1週間、取り組んでいる。</li> <li>学習、読書、就寝時刻、メディア、歯磨き、学習以外の項目を「生活リズムカード」に記録し、生活リズムづくりを行った。</li> <li>学期に1回、「スマホ・ネットの付き合い方チェックシート」を実施し、保健だよりや掲示物でメディアと健康に関する情報発信を行った。</li> <li>学校保健委員会を年に3回開催し、全校児童、保護者、教職員で親子の生活リズム改善について話し合った。</li> <li>学校保健委員会で外部講師を招き、メディアとの付き合い方についての講演会を開催した。</li> <li>体力づくりを計画的に行うため、週に3日、10分間の運動の時間を実施している。</li> </ul>		

団体名	新見市立本郷小学校	活動名	生活宿題・メディアコントロール・健康bingo
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>毎週末、読書や手伝い、家族とのふれあいなど、学習以外の生活宿題に取り組んだ。</li> <li>中学校区でメディアコントロールの日を設定し、家庭でのメディア時間の見直しを行った。</li> <li>PTA保健部が「健康bingoカード」を作成し、長期休業中に実施した。また、長期休業後に取組の成果や感想を保健部だよりで紹介した。</li> <li>PTA保健部主催の学校保健委員会で、企業から講師を招いて、睡眠についての講演会を開催した。</li> <li>オープン参観日では、警察から講師を招いて、非行防止教室を行った。</li> </ul>		

団体名	鏡野町立南小学校	活動名	南っ子チャレンジ
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>「南っ子チャレンジカード」を年2回、実施した。</li> <li>「眠育」について、養護教諭からのミニ指導を全クラスで実施した。</li> <li>睡眠についてのクイズを給食時間に1週間実施し、児童玄関に掲示した。</li> <li>地域ボランティアによる読み聞かせを行うなど、読書活動の推進を図った。</li> <li>共同調理場の栄養教諭が全クラスで食育指導を実施した。</li> <li>PTA研修部主催の人権講演会では、メディアをテーマに外部講師を招いて講演会を実施した。</li> <li>中学校区全体で「眠育」、「心の健康」、「チャレンジカード」の取組を行い、養護教諭を中心に推進している。</li> </ul>		