

朝食摂取は生きるエネルギーの源

活動の名称

市川市小学生朝食選手権

団体等の名称

市川シビックロータリークラブ

活動に含まれる（連携している）団体等

- 幼稚園 保育所 小学校 中学校 高等学校 中等教育学校 特別支援学校
- 児童館 公民館 図書館 PTA 子育て・教育支援団体、NPO 企業・事業所
- 病院・保健所 早寝早起き朝ごはん運動・家庭教育支援に関する実行委員会・協議会
- 行政（教育委員会） 行政（保健・福祉部局） 行政（その他の部局）
- その他（昭和学院短期大学、市川商工会議所、協賛企業数社）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

教育分野の食育は、知育・徳育・体育の土台であり、子供たちの成長と健康に大きな役割を果たしている。文部科学省が提唱する「早寝早起き朝ごはん」国民運動と併せ、食育に対する知識、特に朝食を摂ることの大切さを一人でも多くの子供たちへ伝えることを目的に、「自分の朝食ぐらいは自分で作れるようになってほしい」との願いから、「市川市小学生朝食選手権」を開催している。

◆ 主な活動内容

1. 市川市内小学生を対象に、1チーム4人編成により、自分たちで考えたレシピを選手権当日、昭和学院短期大学の調理室にて実際に調理を行い、優秀なチームには表彰を行っている。
2. 昭和学院短期大学栄養学科の教授により、参加したチーム各々に当日のレシピについて栄養学的な分析をもとに、評価及び改善点などを記した冊子を作成・配付していただいている。
3. 平成23年度から毎年1回（平成25年度は2回）実施し、平成28年11月13日に第7回を実施した。



【表彰式のようす】



【選手権のようす】

◆ 活動の成果と今後の展望

成果・・・参加児童から、「朝早く起きてちゃんと朝ごはんを食べてみたら、疲れなくて眠くもならなかった」、「朝食の大切さをたくさんの人に伝えたい」等の感想をいただくとともに、保護者からは、「子供が朝食をきちんと摂るようになった」、「ずっと続けてほしい」等の意見が寄せられ、生活習慣の改善に対する意識の高まりがみられた。

展望・・・今後、行政・学校・保護者の協力体制を一層強化し、選手権の内容を充実させることで、子供たちへの食育向上に繋げていきたい。この取組を続けることで、子供たちに、自らの健康を管理する能力・態度を身につけてほしいと考えている。