

< 学校愛唱歌「ハーブくん音頭」等で子供たちの生活習慣向上! >

活動の名称

八生っ子 早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち（ハーブくん音頭）

団体等の名称

千葉県成田市立八生（はぶ）小学校

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（松崎地区祭礼実行委員会）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

子供たちに望ましい生活習慣を身に付けさせるため、学校・家庭・地域が連携協力し、「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち運動」を推進する。

◆ 主な活動内容

①愛唱歌の作成、児童による演奏と手踊り

4・5年生児童と校長が歌詞し、地域の有志が作曲や振り付けを行い、八生小学校愛唱歌『ハーブくん音頭』を作成。歌詞に「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」を盛り込んで、この運動を啓発している。児童による演奏（下座）と親子での手踊りを運動会のプログラムの1つにし、また、地域の神社の祭礼では児童が手踊りを披露している。



②キャラクターの作成

「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち運動」のキャラクター『ハーブくん』の図案を前教頭が作成。このキャラクターの「幟」も作成し、地域や学校のイベント時に掲げ、運動の啓発を行っている。

③ハンドブックの作成

『八生小共通実践事項』ハンドブックを作成し、「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」などの基本的な生活習慣の定着に向けた指導を進めるとともに、家庭の協力を呼びかけている。

④アンケートによる振り返り

生活習慣に関するアンケートを実施し、児童の生活習慣の改善を促すとともに家庭・地域に結果を示し、この運動の成果を共有している。

⑤保護者・地域住民への啓発

教育ミニ集会でこの運動に関わる講師（ヤクルト・大塚製薬の出前授業）を招聘し、家庭や地域の意識を高めている。また、学校保健委員会で、学校医や薬剤師の講話を聞く会を実施している。

⑥「八生っ子 早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」推進委員会

音頭制作委員、八生小学校校長・教頭・児童・PTA会長・地区青少年相談員、学校医・薬剤師、地区祭礼実行委員による推進委員会が行事前に取組内容を検討したりアンケートの考察を行ったりしている。

◆ 活動の成果と今後の展望

『ハーブくん音頭』により「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」が自然に浸透した。アンケートによると、平成24年から25年で「早寝」の達成率が2.3ポイント、「早起き」が0.2ポイント上昇。保護者に「早寝の大切さ」の理解が得られた。引き続き家庭への啓発、意識づけを進めたい。

ハーブくん音頭

（成田市立八生小学校愛唱歌）

作詞：平成22年度4・5年生 & 杉原健校長

- 1 うたえ おどれや おおさわぎ(ソレ)
ここは 歴史 伝統ほことこ
そびえる イチヨウに いだかれて
やさしい 子どもが ありがとう
ハーブハブ ハーブハブ
ハーブくん音頭で おどりましょう(ソレソレ)
- 2 うたえ おどれや おおさわぎ(ソレ)
ここは 沼の そよ風かおるとこ
メダカも タナゴも 出たおいで
すこやか 子どもが ヨーイドン
ハーブハブ ハーブハブ
ハーブくん音頭で おどりましょう(ソレソレ)
- 3 うたえ おどれや おおさわぎ(ソレ)
ここは 日本の 空のみなど町
ハウワユーには アイムファイン
かしこい 子どもが かがやいた
ハーブハブ ハーブハブ
ハーブくん音頭で おどりましょう(ソレソレ)
- 4 うたえ おどれや おおさわぎ(ソレ)
ここは ピチピチ からだめざすとこ
早寝 早起き 朝ごはん
忘れちゃ ならない 朝うんち
ハーブハブ ハーブハブ
ハーブくん音頭で おどりましょう (ソレソレ)
- 5 うたえ おどれや おおさわぎ(ソレ)
ここは 学び 一番めざすとこ
漢字・百マス 詩の暗唱
なわとび 検定 ピュンピュンピュン
ハーブハブ ハーブハブ
ハーブくん音頭で おどりましょう(ソレソレ)



▲ヤクルト出前授業「腸は、なが〜い」