

げん き けん しょう
元 気 な あ わ っ 子 憲 章 (案)

【制定にあたって】

徳島の子供たちの健康に関する課題の一つとして、肥満傾向の児童生徒の割合が全国的にみて高いということがあります。この背景には、運動や睡眠の不足、食生活の乱れなど、生活習慣の問題が考えられます。こうしたことが積み重なると、子供たちの生涯にわたる健康に影響を及ぼすことから、生活習慣を見直し改善することが必要です。

しかし、改善のための取組は、子供たちだけでできることではありません。家庭が主となり、子供とともに行うことが不可欠であり、学校・地域・行政が応援し、県民全体で進めていくことが大切です。

そのため、徳島の未来を担うすべての子供たちの健康づくりを目指して、ここに「元気なあわっ子憲章」を制定します。

けんしょうぶん
憲章文こども とりくみ
子供たちの取組

げん

うんどう
きに運動するけん

き

やさい た
ようも野菜を食べるけん

な

し ね き
ん時に寝るが決めるけんかてい とりくみ
家庭での取組

あ

た
さごはんを食べるんじよ

わ

うんどう
すれず運動するんじよ

つ

よふ
いつい夜更かしやめるんじよ

こ

と く
どもといっしょに取り組むんじよがっこう ちいき ぎょうせい とりくみ
学校・地域・行政での取組

そ

かつどう たいけん おうえん
とでの活動 いろんな体験 応援するでよ

だ

すいみん はやねはや お おうえん
いじな睡眠 早寝早起き 応援するでよ

て

しょくじ おうえん
づくりの おいしい食事 応援するでよ

よ

こそだ おうえん
いところ ほめる子育て 応援するでよ

う

せいかつかいぜん おうえん
ごきだす 生活改善 応援するでよ