

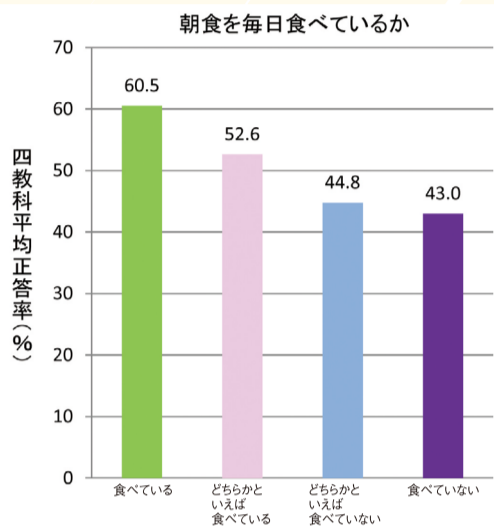
# こんな「一」つの取組をしています。

生活リズムを整えよう。

## 一日のスタートを大切に

早寝・早起き・朝ごはん等の規則正しい生活習慣やテレビ・ゲーム等のルールづくり、読書習慣や家庭学習習慣の定着など、生活リズムの向上を図りましょう!特に、「一日」のスタートは朝ごはん・気持ちの良いあいさつからスタートしましょう!

### 生活実態と学力の関係



平成23年度 岡山県学力・学習状況調査結果より作成

みんな一緒に生活リズム向上



岡山県「ぼっちモグモグ」生活リズム向上マスコットキャラクター



チャレンジカードを使って生活リズムアップ!!

HPでダウンロードできるよ。

[もぐもぐチャレンジカード](#) [検索](#)

上手に使ってますか、スマートフォン。

## ルールづくりとフィルタリングが、安全安心の第一歩!

スマホを介した危険から子どもを守るのは、親の役目です! スマホの利用について、子どもとしっかり話し合う時間をもつことが大切です。次の約束を参考に、家庭でも、ルールを作ってみませんか。

## スマホ(スマートフォン)利用の5つの約束

- 1 人を傷つけるようなことは書き込まない!
- 2 使用する時間や場所を決める!(例:夜9時以降は使わない)  
◆スマホ依存は生活リズムを崩し、病気になったり、成績が下がる原因にもなります。  
◆友だちと相談して利用しない時間帯を決めるなど、生活にメリハリをつけましょう。
- 3 個人情報や載せたり、悪ふざけの投稿をしない!  
◆スマホで撮影した写真の位置情報から自宅付近の場所が見知らぬ人にわかってしまうこともあります。
- 4 ネット上で知り合った人と直接会ったりしない!
- 5 困ったときはすぐに相談する!  
◆大人も子どもも一人で抱え込まないで。相談窓口一覧は8面に!!



体力も向上!

## 心を一つに!! みんなでチャレンジランキング

学校・園では、「みんなでチャレンジランキング」に取り組んでおり、「学力編」と「体力編」があります。どちらもクラスやグループのみんなで取り組み、学習への意欲関心を高めたり、運動の習慣化を図ることを目的としています。

なお、体力編では、今年から中学校、高等学校にまで対象を拡大し、継続的に、岡山県の子どもたちが、運動好きになってほしいと願っています。

体力は活動の源であり、意欲や気力の充実にも大きく関わっていることから、各家庭においても、意識して運動するように心がけてください。目安は1日1時間の運動時間確保です!

[みんなでチャレンジランキング](#) [検索](#)

苦手な友達もいたけど、みんなで作戦を考えながら、仲良くがんばりました。

がんばれば、記録が伸びていくのが楽しくて、毎日休み時間に挑戦しました。



みんなでチャレンジランキングin岡山ドーム

高校生が活躍します!!

## 「一致団結」産業教育の魅力を伝えます!

## きらり輝け!岡山さんフェア2014 専門高校等の生徒による学習成果発表会

岡山県の農業、工業、商業、家庭、看護、情報、福祉の専門学科と、総合学科、特別支援学校で学ぶ生徒が、日頃の産業教育に関する学習成果を発表します。小学生や中学生も楽しく学べます。ぜひ会場にお越しください。

昨年のフェアの様子



学習成果の展示



ファッションショー

開催日時 平成26年11月16日(日)10:00~16:00  
場 所 岡山県生涯学習センター(人と科学の未来館サイピア) 岡山県立鳥城高等学校体育館 等  
内 容 各学科の代表による発表会、学習成果物の展示 体験コーナー、展示即売 等

入場無料

お問い合わせ先 岡山県教育庁高校教育課 職業指導班 TEL:086-226-7586