

朝食は毎日きちんと!

昨年度の結果でも、朝食をきちんととっている生徒ととっていない生徒との学力の差が下のグラフのようになっています。このことは以前からも言われていたことですが、皆さんはどのようにお感じですか? 「こんなに、ちがうですよ!!!」

朝食を毎日きちんととるということは、言い換えれば日々の「生活のリズム」をしっかりと築いておくということです。「早寝・早起き・朝ご飯」というキャッチフレーズも実は同じことを言っているのです。

家庭での事情もあるかと思いますが、皆さんは中学生です。自分の将来設計もある程度できるはずです。もう一度自分の生活状況を振り返り、自主的・自立的に家庭生活を送るようにしましょう。保護者の皆さんの御協力もお願いします。

朝食摂取と学力の関係(平均正答率)
平成21年度 学力学習状況調査より

