お世話になっている方々に感謝状をお渡ししました（志賀っ子フェスティバル）



七つ星

校訓 「志高く」

あらためて「早寝 早起き 朝ごはん」を

校長　前田　倍成

先日「志賀町食育ネットワーク会議」に参加させていただきました。会議では，第３次志賀町食育推進計画（R4～R8）の最終目標と現状・達成状況を確認・共有することができました。その中で，小学生の「朝食を欠食する子どもの割合」が大変残念な結果となっていました。

項　目		計画作成時（Ｒ３年度）	中間評価（Ｒ６年度）	中間評価（Ｒ７年度）	**最終評価（Ｒ８年度）**	達成状況
朝食を欠食する子どもの割合	１歳６ヶ月	１６．０％	２．０％	１３．５％	５．４％	△
	３歳児	１５．６％	１５．７％	１１．５％	７．７％	△
	小学６年生	４．０％	９．４％	５．６％	１６．５％	▼
	中学３年生	１．０％	８．２％	２．６％	７．４％	△

△：計画作成時と現状を比較して改善　▼：計画作成時と現状を比較して悪化

（参考　令和７年度第２回志賀町食育ネットワーク会議資料　小中は全国学調質問紙調査結果より）

志賀町内の小学６年生をみると，朝食を食べない子どもの割合が，数値的に見ると「令和３年度からの５年間で４倍以上に増加した」という結果だったのです。

昨年６月の学校だよりで，令和６年度の増加傾向をお知らせしたところ，令和７年度は欠食減少・改善に転じていたのですが，今年度は残念ながら，令和７年度の３倍近い増加が明らかになりました。中学校３年生でも同様の増加傾向が見て取れます。

昨年度の重複になりますが，朝ごはんを食べることで，睡眠中に低下した体温を上昇さ

せ，体内時計をリセットし，脳や身体機能をウォーミングアップさせ活動力や集中力をアップさせる，その他にも肥満予防，良質な睡眠など，様々なよい効果が期待できるとのこと。つまり，朝ごはんの摂取は子どもの生活リズムをつくる大きな要素というわけです。

志賀町食育ネットワーク会議での「朝食の欠食」に係るデータは，子どもたちの生活リズムの乱れに警鐘を鳴らすものに違いはありません。



しかし「朝ごはんの摂取」のみを単体で考えるだけでは，きっと不十分なのではないかと考えます。実際，栄養教諭によると，今年度の食育指導の際に，欠食する理由として「忙しい」「食欲がない」「ギリギリで時間がない」など，子どもたちの生の声を知ることができたのだそうです。

やはり，「早めに就寝する，早めに起床する，気持ちよく朝ごはんを摂る」という一連の生活リズム改善として，早寝・早起きを起点とした一貫的な改善の促進が重要だと考えます。

みなさんのご家庭ではいかがでしょうか。子どもたちの生活リズムをよりよくつくり，心身の安定を図るためにも「早寝　早起き　朝ごはん」について今一度見直したり，話し合ったりしていただけるとうれしいです。

― 受賞　おめでとうございます ―



【第１７回坪野哲久文学奨励賞】

短歌部門　金　賞　６年生　裏　ほたる　　銀　賞　６年生　向出　瑛祐
　　銅　賞　６年生　中川　萌心　　佳　作　６年生　谷内　清亮，出口　日向

俳句部門　金　賞　４年生　亀田　愛心歌　銀　賞　４年生　谷内　悠晴
　　佳　作　３年生　山岸　海都　　４年生　裏　凌乃介，西　莉緒菜，米沢　晏
　　５年生　星場　りう

詩　部門　金　賞　１年生　舘　立夏　　銀　賞　１年生　浅井　彩希
　　佳　作　１年生　後藤　匠，関本　紬

【令和８年度　JA 書道コンクール】

金　賞　６年生　北口　朱里　　銀　賞：５年生　川瀬　明奈

銅　賞　６年生　福井　絢斗

佳　作　４年生　田口　蒼晴，織田　晴陽
　　６年生　山瑞　ゆい，土屋尾　咲葉，野澤　希衣，脇田　大喜治，山下　愛生
　　中村　治翔

【令和８年度　国土と交通に関する図画コンクール】

優秀賞　３年生　森川　太貴　「建設中の高層ホテル」

【能登南 Jr 秋季大会】

第３位　志賀学童野球クラブ