

各 教 育 局 長  
各 道 立 学 校 長 様  
各市町村教育委員会教育長（札幌市を除く。）  
（ 各 市 町 村 立 学 校 長 ）

北海道教育庁学校教育局学力向上推進課長  
北海道教育庁生涯学習推進局社会教育課長  
北海道教育庁学校教育局特別支援教育課長  
北海道教育庁学校教育局健康・体育課長

望ましい生活習慣等に関するリーフレットについて（通知）

このことについて、子どもの生活リズムの調整や成長に応じたかかわり方の参考となるようリーフレットを作成し、道教委のWebページに掲載しましたので、お知らせします。

つきましては、本リーフレットを活用するなどして、家庭と連携を図りつつ、子どもたちが望ましい学習習慣、運動習慣及び読書習慣を身に付けられるよう、子どもたちの望ましい生活習慣や学習習慣等の確立に向けた取組を推進願います。

#### 記

#### 1 掲載リーフレット

- (1) 「時間の目安を決めて子どもの生活リズムを整える！」（小・中学校用）
- (2) 「北海道の子どもたちの健やかな成長を願って」（小・中学校、高等学校用）

#### 2 掲載Webページ

<https://www.dokyoj.pref.hokkaido.lg.jp/hk/gks/164317.html>



#### 3 その他

小学校版の「時間の目安を決めて子どもの生活リズムを整える！」については、10月頃に教育局を通じて、市町村教育委員会、学校及び1年生の保護者用に、リーフレットの紙媒体を送付する予定です。配布部数等については、別途連絡します。

（学 力 向 上 支 援 係）  
（学 力 向 上 政 策 係）  
（社 会 教 育 指 導 係）  
（特 別 支 援 教 育 指 導 係）  
（健 康 ・ 体 育 指 導 係）