

明るい未来を拓く ABC/R運動

～子どもも親も地域の大人もみんな～

早寝
早起き
朝ご飯

ABC/R運動

読書
手伝い
外遊び



ABC/R運動は、明日を担う子どもたちが社会の一員として豊かに生きるための基礎的資質を培う運動です。本市では「早寝・早起き・朝ご飯」や「読書・手伝い・外遊び」運動とともにABC/R運動を全市をあげて推進し、那須烏山市の子どもたちの健全育成ばかりでなく、市民相互の絆を強め、住みよいまちをつくっていきたいと考えています。

A：あいさつ

あいさつを交わそう

B：ビフォー

時間前に行動しよう

C：クリーン

環境をきれいにしよう

R：りつよう立腰

腰骨を立てよう

那須烏山市・那須烏山市教育委員会

ABC/R運動の推進について

子どもたちが健やかに成長するためには基本的な生活習慣を確立することが大切です。那須烏山市ではその確立に向けて、「早寝・早起き・朝ご飯」国民運動に賛同し推進しています。また、豊かな心や体力、知力を育む源として、「読書・手伝い・外遊び」を奨励し、「知・徳・体」のバランスの取れた成長をめざしています。

しかしながら、子どもたちが生きるこれからの社会は今以上に変化の激しい社会といわれています。このような社会を、または、社会がどのように変化しようとするか、自らの力で自分の未来を切り拓いていけるよう、たくましく、しなやかな子どもを育てていくことは大人の責任です。そこで、人間形成の基礎となる資質を下記の4つに絞り設定しました。これは子どもたちが今後の人生を生きていくうえで拠り所となるものです。

本市では、「早寝・早起き・朝ご飯」運動や「読書・手伝い・外遊び」の奨励に加えて、学校・家庭・地域が一体となってこの運動を推進していきます。また、この運動は子どもたちばかりでなく老若男女市民相互の絆を強め、住みやすいまちづくりにもつながると考えています。

つきましては、この運動の趣旨をご理解いただくとともに、より多くの市民の皆様の積極的な参加とご協力をお願いします。

ABC/R 運動

A：あいさつ 「あいさつを交わそう」

○あいさつは、相手を承認する、自分と相手の心を開く、コミュニケーションの第一歩を図るために必要です。

B：時間前行動 (Before) 「時間前に行動しよう」

○時間を守ることは大切です。時間前に行動することは相手の信頼を得るばかりでなく、十分な準備をし、もてる力を発揮するために必要です。

C：クリーン(Clean) 「環境をきれいにしよう」

○環境が人をつくるといわれています。きれいな環境をつくることは健全な心身の育成、社会の形成のために必要です。

R：立腰 「腰骨を立てよう」

○腰骨を立てて正しい姿勢をとると、正しい心と体が自然とできてきます。立腰はA（あいさつ）B（時間前行動）C（クリーン）を支える心と体の姿勢といえます。その意味で「/」をABCの後に付けています。