

おなか元気教室

～ 早寝・早起き・朝ごはん・朝ウンチ～

健康	保健	食育	理科
----	----	----	----

- (1)ねらい 健康な生活をおくるためには、食べ物の栄養分を消化・吸収・排便を担う器官であるお腸(おなか)を丈夫にすることが大切です。正しい食習慣や排便習慣を身につけることを学習する。
- (2)対象 小学校1年生～中学校3年生
(保護者の方もご一緒に参加されると有効です)
・保護者・学校保健委員会を対象とした講演も行います。
- (3)講師 株式会社 ヤクルト本社首都圏支店 社員
・協力 東京ヤクルト販売株式会社
- (4)形式
・所要時間 1単位時間
・原則、クラス単位で教室で行います。
・2クラスまで、同時間帯に実施できます。
その他は事前相談となります。
- (5)内容 **テーマ「早寝・早起き・朝ごはん・朝ウンチ」～正しい食習慣とは～**
①食べ物の消化・吸収と排便を担う腸(おなか)のしくみの学習
②ウンチの状態から腸(おなか)にすみつく細菌と腸の健康を学習
③いいウンチを出すための生活習慣について学習
*ご希望により授業実施2カ月前に「生活習慣アンケート調査」を実施。結果を学校に報告します。
- (6)費用 「無料」
ヤクルトグループの社会貢献活動の一環として行うため無料です。実施後にアンケート調査にご協力願います。
- (7)申し込み 「外部人材派遣申込書」実施日2カ月前位までに申込書を送付
講師の方には、横浜学校支援ネットワークから連絡を取らせていただきます。
進行や内容等の詳細は。講師の方と学校担当者と打ち合わせをお願いします。