

小学校向け  
出前教室

人も地球も健康に

**Yakult**

## おなか元気教室のご案内



- ・消化管のしくみ
- ・おなかの健康と生活リズム
- ・菌のおはなし

**3部構成でお話しをさせていただきます。**

**プログラム時間は約30分。**  
残りの時間でヤクルトや定規の  
プレゼント（ご希望により）、  
感想や質問に答えます。

- ・対象学年：1年生～4年生  
（5、6年生は応相談）
- ・総時間：45分
- ・料金：無料 ・土/日/祝日を除く

おなか教室の様子は  
こちらをcheck!!



| R7年度 | 小学校・学童授業回数 |       |    |
|------|------------|-------|----|
| 八王子市 | 18回        | 日野市   | 6回 |
| 立川市  | 6回         | 昭島市   | 3回 |
| 国立市  | 7回         | 多摩市   | 5回 |
| 稲城市  | 11回        | 学童保育所 |    |

### 《必要な機材》

- ・プロジェクター
- ・スクリーン
- ・ホワイトボード

※PCは弊社持ち込み

### 【お申込み方法】

下記担当者までご連絡をお願い致します。

西都ヤクルト販売(株)

総務部 健康推進課：小川・池田・榎本

住所：東京都八王子市高倉町66番23号

TEL：042-645-8960（10～16時）

FAX：042-645-5440

# おなか元気教室 授業プログラムのご紹介

## ★パート1 おなか博士になろう！



消化管の模型を使って、食べ物の消化～排便までの流れと、各消化管のはたらきを学習していきます。模型を持ったり、背比べをしたりすることで、実際の小腸・大腸の長さも体感していただけます。

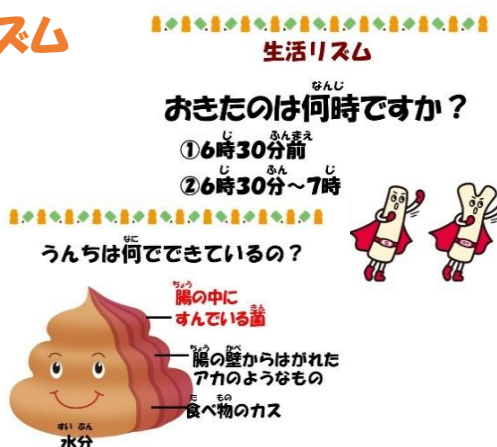
▷終了後は、おなか博士認定証をプレゼント！



## ★パート2 うんちから学ぶ生活リズム

正しい生活習慣・食習慣の大切さを、「早ね・早おき・朝ごはん・朝うんち」の4つのポイントを中心にお伝えいたします。楽しいクイズ形式で、規則正しい生活習慣の実践につなげます。

腸の健康のために大切な「良いうんち」の特徴や、うんちと生活リズムの関係についても詳しくお話いたします。



## ★パート3 おなかには菌がすんでいる



### 3. おなかには菌がすんでいる！

菌の数

100,000,000,000,000個

おなか元気生活のポイント！

- 早ね！ …… ( ) 時までにはねる
- 早おき！ …… ( ) 時までにおきる
- 朝ごはん！ …… 毎日しっかり食べる
- 朝うんち！ …… トイレに行こう

うんちの中にも含まれている腸内細菌についてお話しします。おなかの中の目に見えない細菌が、健康に関与していることを実感いただけます。最後には「私の宣言」として、児童さんから発表をしていただきます。

★ご希望に応じてヤクルトをプレゼント！  
(※アレルギー等、乳製品が難しい児童には代替ジュースのご用意もございます)



「早ね・早おき・朝ごはん・朝うんち」をキーワードに、規則正しい生活リズムの大切さをわかりやすくお伝えいたします。講演はヤクルト本社公認の「おなかマスター」資格を持った社員が担当いたします。

低・中学年の児童さんの習慣作りに・林間合宿などイベント前の意識づけに・参観日等の公開授業(土日・祝日を除く)に… ぜひお役立てください♪