

家庭教育学級
学校保健委員会

児童・生徒出前授業



時間:45~60分
対象:児童
保護者・職員
受講可能人数:1名~

間食上手はお食事上手



みんなが大好きなおかし
自分の体にちょうどいい量ってどのくらい?
自分で食べものを選ぶ力を身につけよう

間食が立派な
補食に様変わり!



家庭教育学級
学校保健委員会

児童・生徒出前授業



時間:90分
対象:親子・保護者・職員
受講可能人数:10名~20名

発酵パワー!

げんきだま 味噌玉を作ろう!

日本古来の発酵食品「みそ」のチカラを体に取り込もう!
おなかの菌育につながる食材と組み合わせ
て自分だけの「げんきだま」作りませんか?



家庭教育学級
学校保健委員会

児童出前授業



時間:45~60分
対象:児童
保護者・職員
受講可能人数:1名~

「おなか元気教室」



おなかのこどを知って、「おなか博士」
になろう!
元気を支えるおなかのヒミツを楽しく
みんなで学びませんか?



家庭教育学級
学校保健委員会



時間:45~90分
対象:保護者・職員
受講可能人数:1名~

食べるのダイスキ♡

~ホッとする食育成功のカギ~



「食いしん坊」は食育成功の証!
難しく考えない!「食事」って、こんなに楽しいものなんだ!
きっとあなたも食べるのがダイスキになる、食育成功のカギ♪



免疫力UP! 大作戦!!



毎日を元気にすこやかに過ごすために、
知ってほしい「免疫」のお話。
ヤクルトがお伝える、「免疫力UP!
大作戦!」本日決行!

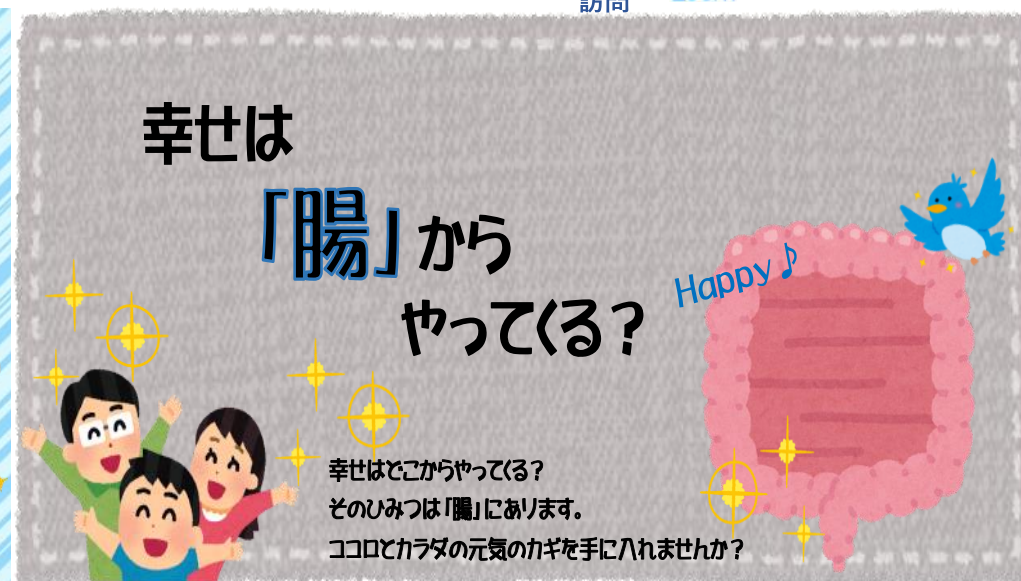


健腸美肌のススメ

~腸は美しさの源~

第一印象は、3秒で決まる?
いつまでも若々しくキレイでいたい…。
そんな女性の願いを叶えるインナーケアのお話。

幸せは「腸」からやってくる?



幸せはどこからやってくる?
そのひみつは「腸」にあります。
ココロとカラダの元気のカギを手に入れませんか?

成長期の栄養学講座

★だれでもわかるカンタン栄養学★



健康な一生を送るためには、成長期の
食事がとても大切。
「栄養学って難しそう…」そんな不安を吹
き飛ばす、楽しくて為になる講座。

児童出前授業



時間:45分
対象:児童
受講可能人数:1クラス程度



児童出前授業



時間:45分
対象:児童
受講可能人数:1クラス程度



児童出前授業



時間:45分
対象:児童(中学年以上)
受講可能人数:1クラス程度



児童出前授業



時間:45分
対象:児童(高学年)
受講可能人数:1クラス程度



家庭教育学級
学校保健委員会

児童出前授業



時間: 45~60分
対象: 児童 (高学年)
保護者・職員
受講可能人数: 1名~

選食力を身につけよう！ ～自分の必要なものを知る～

食べたい物が食べたい時に、好きなだけ食べられる時代だからこそ身に付けて欲しい、「自分に必要な食べ物を選ぶ力」= 選食力を学ぶ講座。



家庭教育学級
学校保健委員会

生徒出前授業



時間: 45~60分
対象: 生徒・保護者・職員
受講可能人数: 1名~

成長期の栄養学講座

受験生応援！

目標を目指して頑張っている「受験生」を、『食』で応援！ココロもカラダも健やかに、持てる力を出し切るためには？夢を実現するための「食べる秘訣」をお伝えします♪

合格発表



家庭教育学級
学校保健委員会

児童出前授業



時間: 45~60分
対象: 児童 (高学年)
保護者・職員
受講可能人数: 1名~

貯菌・育菌・腸内細菌！

乳酸菌シロタ株をはじめとする「菌」についてのお話。あなたのおなかの中にもたくさんの腸内細菌が住んでいます。未知なるパワーの腸内細菌を知ってもっと健康になろう。



家庭教育学級
学校保健委員会

生徒出前授業



時間: 45~60分
対象: 生徒・保護者・職員
受講可能人数: 1名~

朝

食べなきゃ、損！

～ココロとカラダ、
おなかの元気のために～

みなさんしっかり食べてますか？
とくに大事な「朝食」について、
お得情報満載のお話をお届け。
これは、聞かなきゃ損ちゃうかも！?

