

プログラム名	<b>すすんで運動！しっかり食べよう！</b>		
団体名	株式会社 明治 関東支社 コミュニケーション課		区分 <b>講 義</b>
対象者	<input type="checkbox"/> 小 <input type="checkbox"/> 中 小学校高学年、中学生対象	対象分野	<input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 研修

**プログラムのねらい**

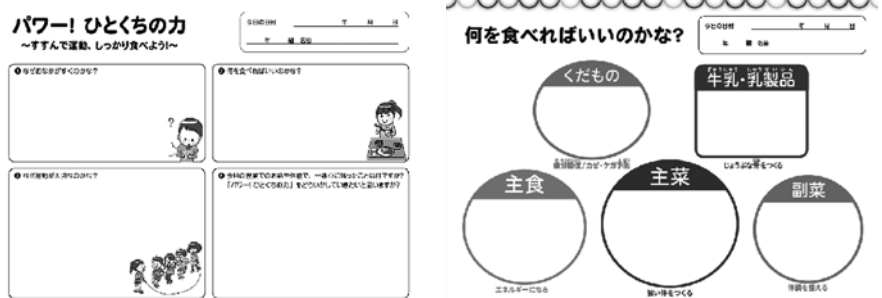
- ・小学校高学年、中学生は発育急進期にあたり男女ともにこの時期の成長が一生に繋がることを理解する。
- ・体を動かすことの大切さ、そのための食事は自身の生活と直結している実感に近づける。
- ・バランスの良い食事の為に何を食えばよいか具体的に学び、食に関する自立を促す。

**プログラムの内容** 必要コマ数 1コマ

- ・トッパスリートの具体的な食事の事例を見て、体は食べた物からできていることへの関心を喚起する。
- ・体の構成成分を理解し、何を食べるか、どのような食事を摂ったらいいか考える。
- ・運動・食事・睡眠の生活サイクルを理解する。

**内容**

1. 自己紹介 会社概要 (約5分)
2. 講義 (学年により順番、ワーク内容が異なります。ワークシートは小学生の例です。)
  - ・クイズ、事例紹介等 (20分)
  - ・体操 (5分) ※ご希望により実施
  - ・ワーク (約10分)
    - ・どんな食事をすればいいか
    - ・どんな食べものを準備できるか
3. 発表まとめ (10分)



令和2・3年度実績	<input checked="" type="checkbox"/> 小学校 <input checked="" type="checkbox"/> 中学校 <input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> 特別支援学校 <input type="checkbox"/> その他 ( )
	令和2年度実績 (都内) 12 (25) 校 (回)                      令和3年度実績 (都内) 12 (25) 校 (回)
	<input checked="" type="checkbox"/> 教科 (保健体育・家庭科) <input type="checkbox"/> 道徳 <input checked="" type="checkbox"/> 総合的な学習の時間 <input type="checkbox"/> 特別活動 (クラブ活動、生徒会活動等) <input type="checkbox"/> 教育課程外 (放課後子供教室、夏休み等の長期休業期間等) <input type="checkbox"/> 教員対象研修 <input type="checkbox"/> PTA等保護者対象研修 <input type="checkbox"/> 学童クラブ・児童館等のイベント <input type="checkbox"/> その他 ( )

**支援活動の概要紹介**

みるく教室 (低学年も可能) をはじめ、チョコレート、ヨーグルト等身近な食品をテーマに出前授業を行っております。他にも健康教育の観点から「手洗い教室」も行っています。オンラインでの対応も可能です。詳しくはホームページ又はお電話でお問合せ下さい。  
 明治食育セミナーは対面、オンライン含め、2021年度は都内小中学校、延べ132校で実施させていただきました。

対応可能な時期	日程が合えば随時可能 土日祝日年末年始除く。交通事情を考慮して2時間目以降でお願いします。	必要経費	無料
---------	---	------	----

**その他**  
 会場・定員・必要備品などについて

- ・参加人数25名以上でのお申込みをお願いします。(学年合同受講は可)
- ・パワーポイントのスライドを使用しますので、プロジェクター・スクリーン、大型モニター等の投影設備、PC接続のためのHDMIコードのご準備をお願いします。

連絡先	部署名・担当者	株式会社 明治 関東支社 コミュニケーション課
	プログラム紹介WEB	<a href="https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/events/seminar/world/">https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/events/seminar/world/</a>
	電話	03-5677-6027
	e-mail	申込・問い合わせ <a href="https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/events/app/">https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/events/app/</a>