

プログラム名	考えよう！成長期の体づくり（中学生）		
団体名	株式会社 明治		区分 講 義
対象者	☐ 小 ☒ 中 ☐ 高	小学校（4～6 年）、高校生対象は、お問い合わせください。	対象分野 ☒ 学校

プログラムのねらい	
①成長期の子供にとって大切な「運動」「食事」「睡眠」の役割と関係性を理解する。 ②成長期に必要な栄養の量を大人と比較して可視化し、健やかな成長のためには食事が重要であることを自分ゴト化する。 ③栄養バランスのよい食事を摂るための方法を、カルシウムとたんぱく質を中心に具体的に学ぶことで、実践へとつなげる。	
プログラムの内容	必要コマ数 1 コマ
【内 容】 1. 自己紹介 会社概要（約 5 分） 2. 講義（約 35 分） ①運動（運動の大切さ、食事と睡眠のかかわり）：5 分 ②食事（必要な栄養素とその働き、カルシウム、たんぱく質）：15 分 ・ワーク：10 分 ・自身の食事を振り返る ・食べているものの自己チェックと自己評価 ③睡眠：5 分 3. まとめ（約 5 分） ※流れの一例です。	
	
※プログラムタイトルは予告なく変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。	
令和 4・5 年度実績	☐ 小学校 ☒ 中学校 ☒ 高校 ☐ 特別支援学校 ☐ その他（ ） 令和 4 年度実績（都内） 18 校（回） 令和 5 年度実績（都内） 24 校（回）
	☒ 教科（保健体育） ☐ 道徳 ☒ 総合的な学習の時間 ☐ 特別活動（クラブ活動、生徒会活動等） ☒ 教育課程外（放課後子供教室、夏休み等の長期休業期間等） ☐ 教員対象研修 ☐ PTA 等保護者対象研修 ☐ 学童クラブ・児童館等のイベント ☐ その他（ ）

支援活動の概要紹介	
株式会社 明治では牛乳 ヨーグルト、チョコレートに関連したテーマで、食の大切さや食を取り巻く社会課題、健康な食生活を考える出前授業を行っています。上記のプログラム以外にも、様々なプログラムがありますので詳しくは、お問い合わせください。	
対応可能な時期	日程が合えば随時可能 土日祝日年末年始を除く。 交通事情を考慮して 2 時間目以降 17 時までの間で実施
必要経費	無料 一部印刷をお願いすることがあります。
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、予約が混みあう時期では 25 名以上でもお受けできない場合があります） ・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 企画部 ダイレクトリレーションー課 食育担当
	プログラム紹介 WEB https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/seminar/
	電話 03-5677-6027
	e-mail お申し込み・お問い合わせ https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/events/app/