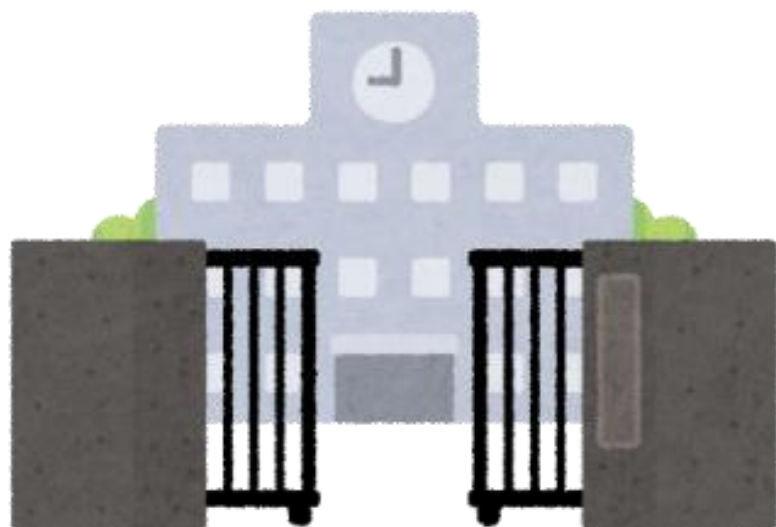


# ヤクルトの無料出前講座



## 山口県東部ヤクルト販売株式会社

本社  
廿日市営業所  
柳井事務所  
下松営業所

山口県岩国市室の木町1-1-31  
広島県廿日市市宮内311-1  
山口県柳井市南町7-9-6  
山口県下松市潮音町4-8-1



0120-67-8960  
Fax 0827-22-0584

かわぐち

受付担当：川口

E-mail [kouhou@yamaguchikentobu-yakult.co.jp](mailto:kouhou@yamaguchikentobu-yakult.co.jp)

# ごあいさつ

「健康で楽しい生活づくりに貢献したい」  
という思いで健康教室を行っております。  
子ども達の健やかな成長のお役にたてれば幸いです。



# こちらでご利用頂いています！

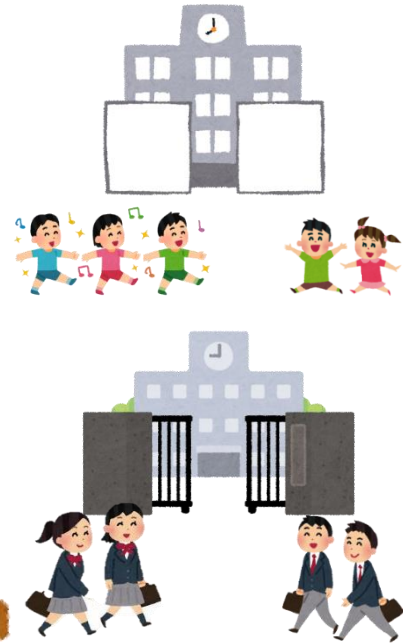


**幼稚園・保育所・小学校・中学校・高校・大学などを**  
対象に行っています。

**年齢（学年）に応じた講座**となっております。

弊社講師は、感染症予防対策を徹底しておりますので、安心してご利用下さい。

- 学校授業
- 参観日
- 親子講座（PTC等）
- 教育講演会
- 学校保健安全委員会
- 児童館
- 子供会
- 大学生向け講座



生徒が集中して楽しそうに聞いていました。  
(先生)



わかりやすく楽しい授業だった！  
(小1)



自分のために生活習慣を見直そうと  
思いました！  
(中2)



学んだ事を家で話してくれました。  
(保護者)





# ウン知育



健康の要である腸の話や基本的な排便について楽しく学んでいただきます。良いウンチを「作る力」「育てる力」「出す力」の3つのテーマで対象年齢に応じ分かりやすくお伝えし、正しい生活習慣のリズムを身につけることを目的としています。

『腸を鍛えて便通を良くする体操』

「ヤクルト腸トレ体操」を音楽に合わせて行います。

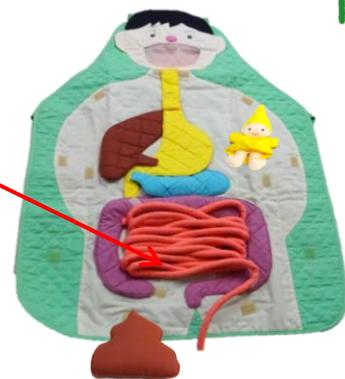
## ウン知育で使用する資材



### ウンチ模型

実際に良いウンチを持って1日分のウンチの重さを実感しましょう！

小腸の長さはどのくらい？



### 食育エフロン

食べ物の通り道や、胃・腸などの働きを学びます。



# ★骨 育



骨への**カルシウム貯金**の鍵を握るのは  
子どもの頃の生活習慣です。  
また、良くない姿勢を続けることが  
体の不調にもつながります。  
骨の役割や、骨を丈夫にする  
生活習慣と**正しい姿勢**について  
楽しく学びましょう。



# ★食 育



私達のからだは食べたもので  
できています。  
食べる事の大切さや**成長期に必要な  
栄養素**について分かりやすく  
お伝えします。



「食事」とは  
人を良くする事です！

# ★眠 育



「**寝る子は育つ**」といいますが、  
睡眠時に分泌される成長ホルモンは  
とても大切な役割があります。  
睡眠の必要性や質の良い睡眠を取るため  
の生活習慣について話します。

寝る直前まで

スマホ等使って  
いませんか？



# ★おやつ



お菓子やジュースを好きなだけ食べて  
いませんか？  
もし食べ過ぎてしまったら・・・  
おやつの食べ方を考え、  
**おやつの時間を楽しみましょう！**

おやつは  
上手に食べましょう！



# ご依頼前にご確認ください

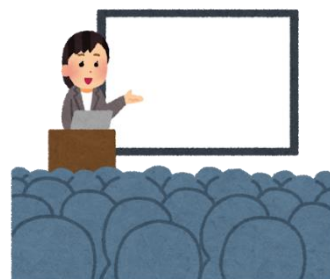


## 【講座に関する条件】

- ・各項目より1つのテーマでご依頼ください。
- ・1ヶ月前までにご依頼ください。
- ・オンラインでの出前講座も可能です。ご相談下さい。

## 【開催可能な条件】

- ・地区：広島市西区の一部～山口県周南市の一部
- ・日時：月曜～土曜（祝日を除く）  
9：00～16：00
- ・人数：参加者が10名以上



## 【お問い合わせ先】

- ・フリーダイヤル：0120-67-8960
- ・受付担当： 川口



**内容に関するご相談等、お気軽にお問い合わせください。**

出前講座の様子はこちらからご覧ください。

山口県東部ヤクルト 出前授業



