

「ヨーグルト教室」 ～「Bヨーグルトとともだちになろう！」を実施しました～

社会 理科 家庭科 保健体育 総合（食育）

・講師 (株) 明治 コミュニケーション本部 広報部

・ヨーグルト教室全体のねらい

- ① 身近な食品であるヨーグルトを通じて、自然の恵み、健康な体づくり、国際理解について体験を交えながら楽しく学ぶ。
- ② ヨーグルトの正しい知識を学び、食事や栄養の大切さを理解し、毎日の食事や健康づくりに役立てる。



選べる3つのプログラム

A ヨーグルトのひみつ

B ヨーグルトとともだちになろう!

C 国をつなげたヨーグルト



【“ヨーグルトとともだちになろう” 4年生児童の感想文から】

- ・飲むヨーグルトの作り方で牛乳を入れると思ったら、ふって作るのが分かりました。
- ・授業で、ヨーグルトの秘密を知りました。3つの力「乳の力」「菌の力」「発酵の力」があることを知りました。
- ・私が一番印象に残ったのは、体の中に菌が100兆もいることでした。その中で、「ブルガリア菌」と「サーモンフィルス菌」の「乳酸菌」で健康になることが分かったので毎朝ブルガリアヨーグルトを食べています。
- ・私はヨーグルト教室が終えて、すぐスーパーに行ってヨーグルトを買いました。朝と夜と食べてトイレに行くと、ウンチがオレンジになっていて健康になってきたと思いました。
- ・ヨーグルトをふると飲み物のようになることと、選手も食べているのを知り、僕も毎日食べたいと思った。
- ・授業を受ける前にヨーグルトは苦手だったけど、少し好きになりました。飲むヨーグルトが誰でも作れることが分かりました。
- ・家に帰ってすぐにスーパーマーケットでヨーグルト1パック買って食べました。前は苦手だったのですが、おもしろい話を聞いて大好きになりました。これから毎日食べようと思いました。
- ・授業を聞いてためになったことがあります。1つ目は3つの力があることと。2つ目はウンチの色や形で健康がわかること。
- ・私たちの体の中には、いい菌と悪い菌があること。そして特にそうだと思ったのが、ヨーグルトだけでなく バランスのいい朝食を食べることが大事ということです。
- ・ヨーグルトだけではなく「ちゃんとバランスよく食べたほうがいいんだな」と思いました。
- ・ヨーグルトを振ってのんだのは初めてでとれもおいしかった。この日のことを親戚、別の学校の友達にも教えようと思います。ありがとうございました。