

# おなかの健康に関する家庭教育講座

白井市教育委員会生涯学習課  
開催日：6月17日（木）  
場所：白井市役所東庁舎



園児から中学生の保護者だけではなく、子育て・家庭教育について学びたい方どなたでも参加でき、会場での対面参加とオンラインでの参加ができる講座（ドリームサポート講座）の講師を実施しました。

当日は、アイスブレイクとして脳トレを行い、消化吸収の仕組みや健やかな排便習慣、腸内細菌などのお話を通して、健康のために必要な食習慣や生活習慣についてお話をしました。また、お子さまとご一緒のご家庭にとって知っていただきたい「おなかの健康」をわかりやすくお話ししました。

後日、講座を聞いていただいたみなさまからのアンケートを主催側の白井市教育委員会生涯学習課からいただいた中には「とてもタメになる情報を知れて来て良かった。」「腸をスッキリさせて一日を楽しく過ごしていきたい。」「健康な身体づくりを心がけたい。（家族含め）」など、うれしい言葉がたくさんありました。

これからも、千葉県ヤクルトは地域の皆さまの健康を保つための食育活動をして参ります。