福島県教育庁相双教育事務所　総務社会教育課

R8 社会教育 REPORT 19



〒975-0031
福島県南相馬市原町区錦町一丁目 30 番地
TEL:(0244)26-1315
FAX:(0244)26-1318
E-mail:sousou.kyouiku@pref.fukushima.lg.jp

地域学校協働活動訪問

いいとよ子ども教室（相馬市立飯豊小学校）「おなか健康教室」

○日　　時：令和８年１１月２日（月）１３：２０～１４：１０
○場　　所：相馬市立飯豊小学校 「いいとよ子ども教室」
○参 加 者：飯豊小学校の児童（１年・２年生）３０名　　○スタッフ：５名
○活動内容：毎週月曜日と水曜日に飯豊小学校の教室や体育館で活動しています。放課後、子どもたちが安心して過ごせる居場所を作るとともに、いろいろな体験を通して、思いやりの心や元気な体づくりを応援しています。

おなか健康教室

健康について、専門的なお話をわかりやすく教えていただきました！

小学生のうちから、①食べること ②お通じ（排便）③おなかの健康について正しく知ることは、毎日を元気に過ごすためには、とても大切なことです。そこで今回は、おなかの健康のプロである**ヤクルトさん**をお招きして、出前授業を開催しました！







「乳酸菌 シロタ株」の秘密
胃酸に負けず生きて、腸まで届く乳酸菌の役割について、学びました。善玉菌や悪玉菌がいることも知りました。

腸の長さを実感する体験型ｱﾌﾟﾛｰﾁ
自分のおなかの中には、長い腸があります。大腸や小腸の長さについて、実物と同じ長さの模型を使って学びました。

「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」の習慣づけ
規則正しい生活リズムやお通じの大切さを学びました。

「みんな、おなかの中ってどうなっているか知ってる？」そんな問いかけから始まったお話に、子どもたちは興味津々。普段はなかなか意識しない、おなかの仕組みや目に見えない菌の働きについて、クイズを交えながら楽しく学びました。 講師の先生から教わった健康の合言葉は、「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」規則正しい生活習慣の大切さを真剣な表情で聞く子どもたちの姿からは、「明日からもっと早起きしようかな」「朝ごはんをしっかり食べよう！」という小さな決意が伝わってくるようでした。そして、お勉強のあとは、お楽しみタイム！



「みんなを元気に おなかから元気に GoGo…♪」という軽快なリズムが流れ出すと、子どもたちの目が一気に輝きます。講師の先生のリードに合わせて、みんなで一斉にダンススタート！ おなかを意識しながら全身をのびのびと動かし、ステップを踏むたびに、部屋中が弾けるような笑顔と熱気に包まれていきました。心も体も思いきり動かす楽しさを、みんなで味わった特別な時間。ヤクルトをいただき、おなかの中から元気が湧き出てくるような、笑顔いっぱいの素敵な時間になりました。