

# ＜広報ニュース＞ 高萩市立松岡中学校様でヤクルトの出前授業「おなかの健康教室」を実施

令和2年9月9日(水)高萩市立松岡中学校様において、ヤクルトの出前授業「おなかの健康教室」を実施しました。当日は、1年生の生徒と先生方 60名を対象に「1.おなかのしくみと腸内細菌 2.腸内バランスを整えるよい生活リズム」など腸の役割や腸内環境の大切さと乳酸菌の働きなどを紹介しました。全員最後まで、真剣に参加してくれました。自分の健康(腸)は自分で守る！ 2学期も腸内環境を意識して、ウイルスや感染症に負けないで生活しましょう！

## 授業風景



ヤクルト健康教室 **腸内環境を改善する乳酸菌！**

**乳酸菌は、おなかの調子を整える**



良い菌を増やし、悪い菌を減らして腸内環境を改善する




胃液に負けない乳酸菌

胆汁にも強くて負けない

生きてそのまま腸内に到達して増殖

Yakult's Health Lessons



**腸は、私たちの健康と命を支えるなくてはならない大切な臓器です。毎日の生活リズムや食事のバランスで腸を鍛えて生活しましょう！**

