

コース番号	A-a8	提供企業・団体名	株式会社H&E		
プログラム名	なぜごはん(米)食がいいのか		実施場所	室内	
<p>普段の食事が健康や体力・集中力に大きく影響します。 ではどんな食事を摂ればよいのかを、皆様に分かりやすく解説します。</p> <p>〈ごはん(米)食のメリット〉 ○体力UP ○集中力UP ○健康維持(熱中症対策)</p> <p>※子ども向け・大人向けにそれぞれ対応しています。</p>	対象	子ども～大人 (小学高学年以上)	定員	10名以上 (要相談)	
	所要時間	60分 (要相談)	必要経費	無料	
	準備物	プロジェクター、スクリーン(大型モニター可)			
	その他				