

コース番号	A-i1	提供企業・団体名	株式会社明治 関西支社		
プログラム名	見直そう！水分補給		実施場所	室内	
<p>■みんなは大丈夫！？見直そう！水分補給</p> <p>毎日を活動的に過ごしている中学生は、気づかないうちに体からたくさんの水分が失われています。大人でさえ、無意識のうちに水分不足になってしまうことがよくあります。ひどい水分不足は「熱中症」などを引き起こすことも。</p> <p>このプログラムでは、こうした水分不足によって体がどのような状態になるかを学び、日常生活や運動時の上手な水分補給のコツについて知ってもらいます。</p>	対象	こども (中学生)	定員	25名以上～	
	所要時間	45分	必要経費	無料	
	準備物	プロジェクター、スクリーン(又は大型モニター)、パソコン(パワーポイントの起動できるもの)			
	その他	平日実施。 ご要望によって、時間や内容をアレンジしますので、ご相談ください。			