



MLGs（マザーレイクゴールズ）体操で代謝をあげて、空調に頼らない体づくりをしよう！

## (1) ねらい

滋賀県で取り組む「MLGs 体操プロジェクト」に参加し、「MLGs 体操」の普及に努めることにより、子どもたちの健康に貢献いたします。

MLGs についての学びを提供いたします。



## (2) 対 象

幼	小	中	高	般
○	○	○	○	○

## (3) 支援メニュー提供者

株式会社 Fast Fitness Japan

## (4) 形 態

出前授業

## (5) 関連教科等 ( ) 内は関連性の強い単元

保健体育、総合的な学習の時間

## (6) 土曜授業

可能

## (7) 支援メニュー内容

「MLGs 体操」は、マザーレイクゴールズ (MLGs) を「からだ」で表現する体操です。

コンセプトは「MLGs 体操で代謝をあげて、空調に頼らない体づくりをしよう！」

MLGs 体操を実演し、子どもたちにマザーレイクゴールズについて学んでもらい、

実際に MLGs 体操で体を動かして、環境意識と健康意識を高める授業を実施いたします。

MLGs ワークショップ等、授業内容については相談に応じさせていただきます。

## (8) 支援メニュー関連ホームページ

<https://mlgs.shiga.jp/exercise>

## (9) 費用

謝金	不要
旅費	不要

## (10) その他

【問い合わせ・申込先】 株式会社 Fast Fitness Japan

運営推進部 シニアスタッフ 西村 雄介

e-mail : y.nishimura@anytimefitness.co.jp

T E L : 080-3423-0998

\*『びわこの日イベント』で、ランチ大津京にて、MLGs 体操お披露目ステージを開催いたしました。

## 申し込み

この支援メニューは、メニュー提供者のホームページより問い合わせることができます。しが学校支援センターを通じて申し込むことも可能です。

相談は、しが学校支援センターへ 電話：077-528-4654 e-mail：ma0601@pref.shiga.lg.jp