



あさ きいろ あかいろ みどりいろ
朝ごはんに黄色・赤色・緑色の
たもの
食べ物をそろえよう!!

からだをうごかす
えねるぎーになるよ

きいろ

あか からだをつくる
ざいりょうになるよ

あか

ばいきんにまけない
ちからをつけるよ

みどり

あさごはんのちから

おとなもこどもも
こんないいこと♪

からだ ころろ げんき
体も心も元気
にすごせる

しゅうちゅうりよく
集中力アップ

べんぴよぼう
便秘予防

たいりよく
体力アップ

せいかつしゅうかんびょう
生活習慣病
よぼう
予防

せいかつ
生活リズムが
ととのう