



令和7年5月
大阪市立南大江小学校

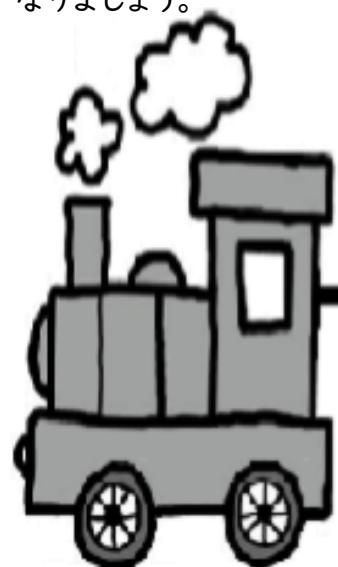
はる 春から初夏へとうつりかわり、過ごしやすくなりました。
あたら 新しい環境にもそろそろ慣れてくるころですが、4月からの
きんちょうかん 緊張感がとけ、つかれが出やすくなります。夜ふかしは
ひかえて、よく寝て、朝ごはんを毎日しっかり食べて、元気に1日をスタートさせましょう。

た 食べものは、元気のもと！

みんなの体は、朝から晩まで休むことなく働いています。体が元気に働くために大切なことは…た 食べること です。好きなものを、好きなだけ食べてよいのでしょうか。そんなことはありません。それでは、栄養がたよってしまいます。

き・あか・みどり 3つのグループの食べものをバランスよく食べるようになります。少しずつ「食べものだいすき」になって、

にがてな食べものも
食べられるように
なりましょう。



わたしの食べたものが、わたしの体をつくります！

