

# 朝ごはんはパワーアップ!

みんなでたべよう あさごはん

よし、べんきょうも  
うんどうも  
がんばるぞ!!

朝ごはんをたべよう



きょうは、パワーが  
でないなあ～

## 伝言板

・・・ おうちの方へ ・・・

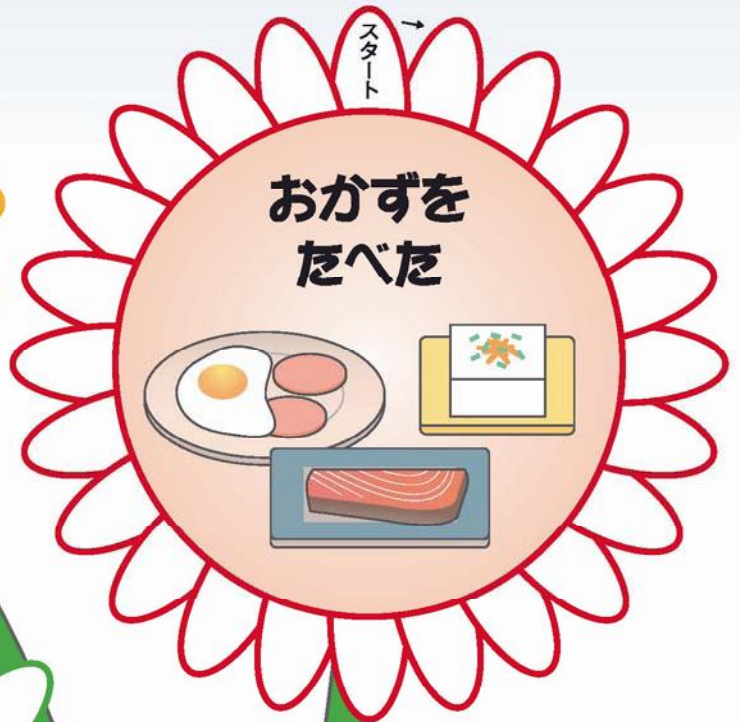
登校しても「だるい」「つかれている」など身体の不調を訴えて保健室にくる児童が増えており、その児童の多くは「朝食を食べていない」という傾向にあります。朝起きたときは、体温が下がっていますが、朝食をとることで体温が上がり頭の働きもよくなります。

元気に1日を過ごすためには、朝食が大切な働きをします。低学年のうちにしっかりと食べる習慣を身につけさせましょう。



# きょうのあさごはんたべたかな

たべたものにいろをぬりましょう



ぎゅうじゅうや  
ヨーグルトも  
たべるといいね!

