

スタート

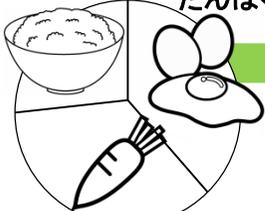


あさごはんカード

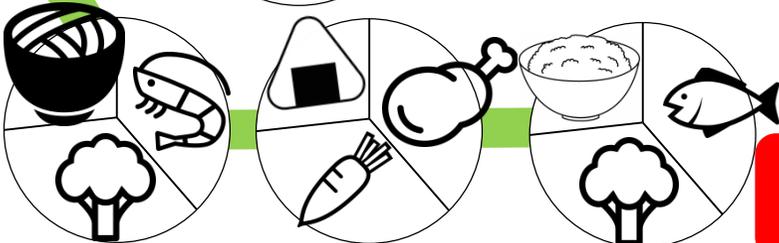
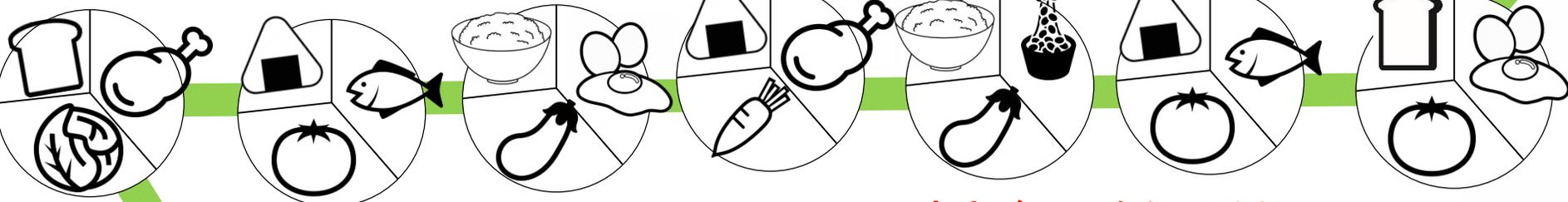
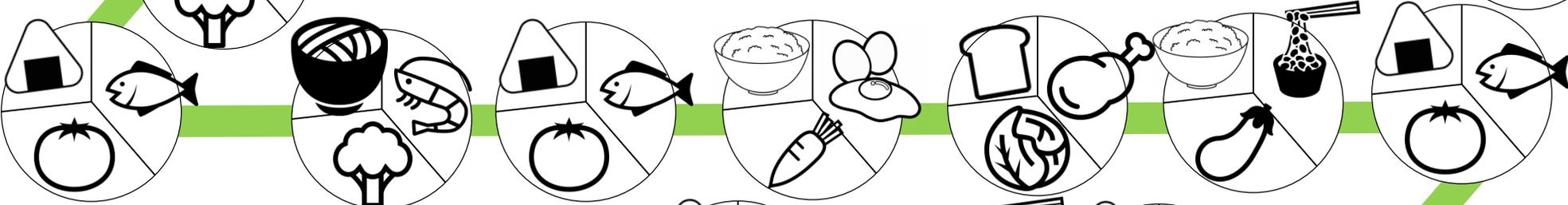
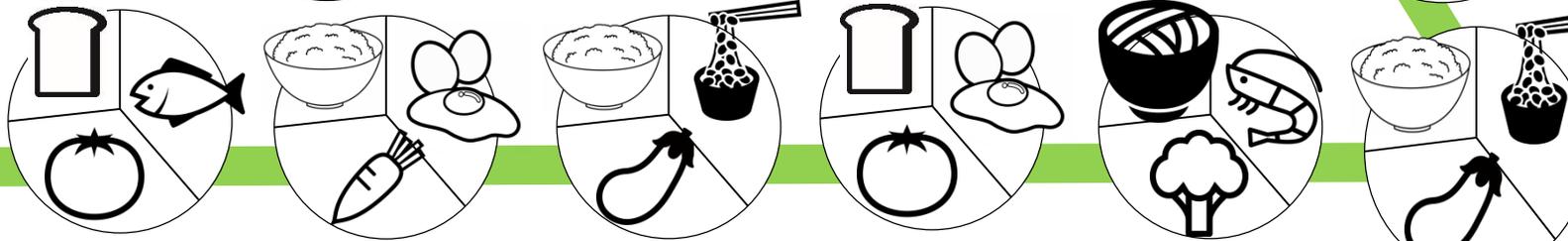
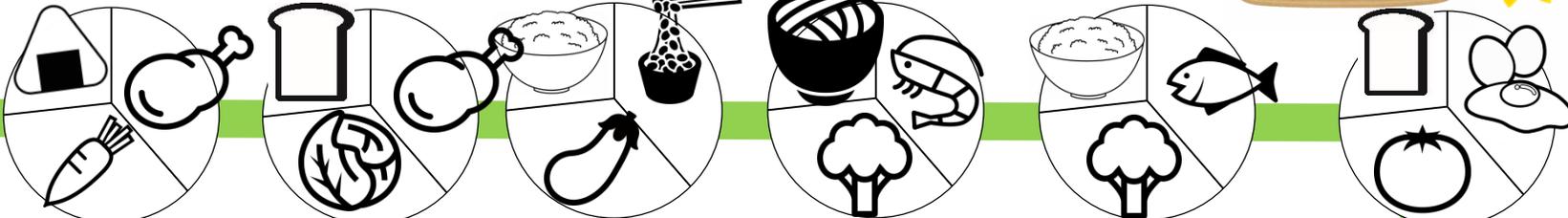
たべたら いろをぬってみよう



エネルギー源 たんぱく質



ビタミン・ミネラル・食物繊維



ゴール

あさごはんをたべると..

- げんきにあそべる
- あたまがよくなる
- よいうんちがでる



大仙市健康増進センター