

なんで朝ごはん食べなあかんの？

あさ 朝ごはんには5つのパワーがあるんやで！ あさ 朝ごはんのパワーで元気をつくろう！ げんき

1

べんきよう
勉強パワー

のう
脳のエネルギーになって

あたま
頭のはたらきを
かっぱつ
活発に
するんやで！



5

うんちパワー

あさ しゅうかん
朝のうんち習慣を

たすけるんやで！



2

からだパワー

ほね きんにく
じょうぶな骨や筋肉を
つくって動かすんやで！



3

げんきパワー

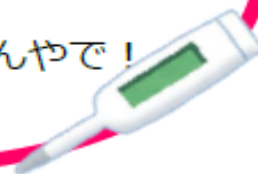
げんき うご
元気よく動くための
エネルギーになるん
やで！



4

たいおん
体温パワー

のう
脳やからだをめざめさせる
スイッチを入れるんやで！



おおさかし



食育の推進



離乳食のすすめ