

～cielの食卓～

「元気ごはん」通信

No.4

ごはんを食べるとどうなるの？

みんなは毎日ごはんを食べているとおもいます。

ごはんをきちんと食べるとどんな良いことがあるとおもいますか？

一人一人、色々な考えがあると思います。

下に色々な考えをあげますので、自分のイメージに近いものに丸をしてみてください

- おなかがいっぱいになる。
- 大きくなる
- 筋肉がつく
- 背がのびる
- 体調がよくなる
- 元気が出る
- 走るのが速くなる
- バレーボールが上手になる
- 頭がよくなる
- 風邪をひきにくくなる
- 怪我をしにくくなる
- やる気がでる
- 試合でレギュラーになれる
- 学級委員になれる
- チームのリーダーになれる
- 綺麗になれるになる
- 勉強ができるようになる
- 運動神経がよくなる
- その他（ ）

こちら

