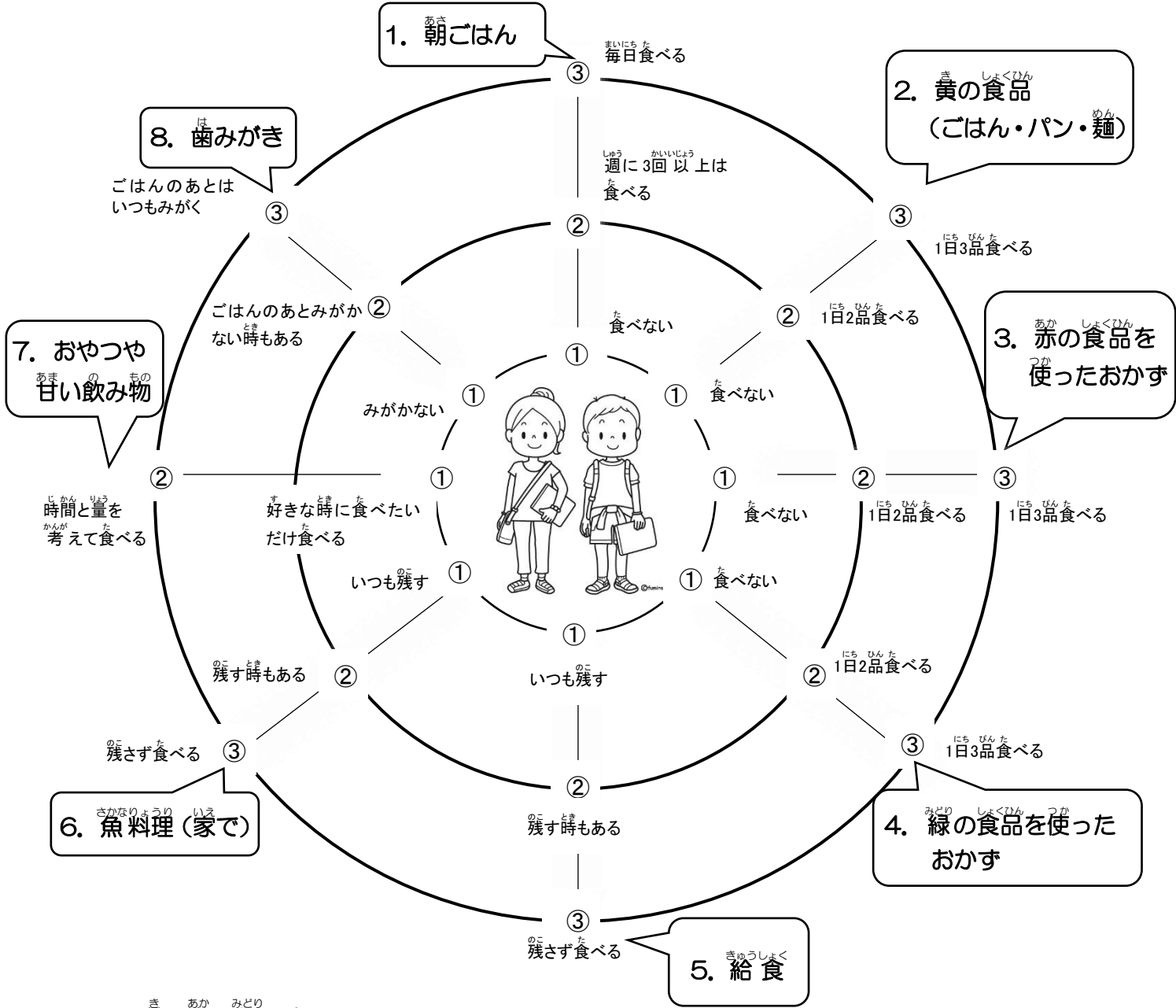




氏名 \_\_\_\_\_ ( 年 組 ) 実施日 年 月 日

当てはまる番号に丸をつけましょう。つけたら隣どうしを線でつないでみましょう。  
一番外側の円に近いほど、よい生活習慣です。へこんだところを見なおしてみましょう。



## 黄・赤・緑の食品って？

色	食べ物	働き
黄	ごはん、パン、麺など	体のエネルギーのもとになる栄養素がたくさん入っているよ。
赤	肉、魚、卵、大豆を使った食べ物 (豆腐や納豆) など	血や筋肉、骨、歯を作る栄養素がたくさん入っているよ。
緑	野菜、くだもの、きのこ など	体の調子をととのえてくれる栄養素がたくさん入っているよ。

感想