

# 朝ご飯は、子どもの将来を左右します！



で、三つの目覚ましスイッチ ON

**脳**

**脳の目覚ましスイッチ ON**  
脳にエネルギーが届き、頭も  
はっきりとめざめます。

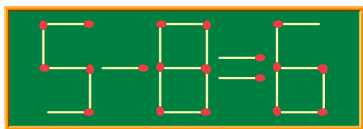
**体**

**体の目覚ましスイッチ ON**  
睡眠中に下がった体温が上がっ  
て、体が元気に目覚めます。

**お腹**

**体の調子スイッチ ON**  
お腹が刺激を受けて、  
排便が促されます。

マッチ棒クイズ



1本だけ うごかして、ただしいしきをつくりましょう。わかったら、校長先生におしえてください。おうちの人と いっしょに かんがえてもいいですよ。