

① ^か家族^{ぞく}や^{とも}友だちと
^{いっ}一緒^{しょ}に^{りょう}料理^りや^{しょく}食事^じ
^{たの}を楽しんで[！]いる



(農林水産省作成)

まい にち あさ
②毎日、朝ごはんを
しっかりと食べて
いる！



③ ^{こめ}お米 ^{にく}や ^{さかな}お肉、魚
^や野菜 ^{さい}など ^たバランス
よく食べている！



(農林水産省作成)

④ ^たしっかい食^{からだ}べて 身体をうごかして いる！



⑤ ^{しょく}食事はよく^じかんで
^た食べている！



⑥ ^{しょく}食事の^じ前^{まえ}や
^{そと}外から^{かえ}帰ったら
^て手を^{あら}洗っている！



さい がい
⑦災害にそなえて
しよく りょう ひん
おうちに食料品や
ペットボトルがある！



⑧ ^た食べ物^{もの}を^{のこ}残したい
^す捨てたいしないう
にしている！



(農林水産省作成)

⑨ ^じ ^{もと}地元でとれる ^{のう} ^{りん} ^{すい} ^{さん} ^{ぶつ} ^し農林水産物を知って ^たいる！ 食べている！



(農林水産省作成)

⑩お^{こめ}米^や野^{やさい}菜^{つく}作^いい な^{のう}ど^{りん}農^{ぎよ}林^{ぎよう}漁^{たい}業^{けん}体^験験 を^して^いる^る！



(農林水産省作成)

⑪地域の郷土料理 や伝統料理など を知っている！



(農林水産省作成)

①2 ^{こころ}心も ^{からだ}身体も ^{けんこう}健康
に ^{しょくいく} **食育**
^{とりく}に取り組んでいる！



(農林水産省作成)