

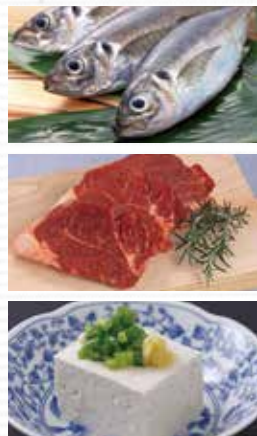
食べものを食べるってどういうこと？

すべての生き物は、食べものを食べなければ生きていけません。私たちは食べものから、生きていくために必要なエネルギーや栄養素を得ています。

エネルギーになる食べもの



体をつくる食べもの



体の調子を整える食べもの



食べものは、好き嫌いしないで、バランスよく食べることが大切よ!!

