

6月の食育月間もあと少し

みんな元気？もぐもぐジョッピーだよ！

6月も残りあとちょっとだね。毎年6月は「食育月間」！

みんなは、毎朝少しでも朝ごはんを食べているかな？赤（体をつくるもとにな

る肉、魚、卵など）・黄（エネルギーのもとになる米、パン、麺類など）・緑（体

の調子を整えるもとになる野菜、果物、きのこ類など）の

食べ物をバランスよく食べているかな？今月は、いつもみ

んなが食べている「食」について、見つめ直してみよう！



★おまけ★

6月3日に笹ヶ峰放牧場に行って、放牧作業のお手伝いをしてきたよ！

