



## はやね はやおき あさごはん!

毎朝食べているかな?



週末はたのしくすごせましたか?  
ねぶそくの<sup>ひと</sup>人や、つかれがたまっている<sup>ひと</sup>人はいませんか?

毎日<sup>まいにち</sup>はやね・はやおきをこころがけ  
ましょう。そして、かならずあさごは  
んをたべてくるようにしましょう。



## あさごはんは「げんき」のもと!