

# さあ! チェックしてみよう

日 <small>にち</small>	/	/	/	/	/	/	/
曜日 <small>ようび</small>							
朝ごはんをしっかり 食べたかな?							
野菜をたっぷり 食べたかな?							
食べる前にせっけん で手を洗ったかな?							
「いただきます」「ご ちそうさま」のあい さつはできたかな?							
食事を残さず 食べたかな?							
大阪でとれた 野菜や果物などを 食べたかな?							
朝・昼・夕 バランスよく 食べたかな?							