



# かしわざきの食育 5かじょうのうた

か・し・わ・ざ・き しょくいく5かじょう

**か** かねで かしこく ひまんよぼう  
よくかねで そざいのあじを たのしもう  
ひまを よぼうしよう

**し** しょくたくに しゅんのしょくざい じもとのやさい  
やさいは まいしょく こざら1・2はい  
かしわざきの うみ やま さとのさちをたべよう  
つたえていこう うけつごう  
きょうどのしょく さいこう！  
いろどりをかながえて しょくじをしよう おかわり！

**わ** わしょくで えいようバランス◎ まるまるはなまる  
ごはんを たべましょう いただきます  
しゅしょく・しゅさい・ふくさいを そろえよう  
えんぶんは ひかえめにね

**ざ** さかな さいきん いつたべた？  
さかなを せっきよくてきに たべよう  
さかなを のこさずきれいに たべよう

**き** きょうも いっしょに いただきます  
かぞく なかまと しょくじを たのしもう  
あさごはんを たべよう  
かんしゃして たべるよ  
しょくじのマナーを みにつけよう

