

がっこうきゅうしょくに、まいにち  
ぎゅうにゅうがでるのはなぜかな？



からだのちょうしをととのえる



からだのしょうじょうをいじょうする

からだのしょうじょうをいじょうする



ボクはじょうぶな「からだ」を  
つくる千カラがあるんだよ



# ぎゅうにゅうにはげんきなおおきくなるための パワーがたくさんあるんだ

## つよい「は」や「ホネ」をつくる

ぎゅうにゅうにはつよい「は」や「ホネ」をつくるためのえいようが、いっぱい、はいってるんだ。まいにちぎゅうにゅうをのんで、こうていでうんどうすると、もっとつよくなれるよ。



## げんきなからだをつくる

ぎゅうにゅうには、かみのけやひふ、からだをうごかすきんにく、しんぞうやちょうなどをつくるためのえいようが、たくさんはいっているんだよ。しっかりぎゅうにゅうをのんで、げんきなからだをつくらう！

