

がっ  
10月の  
和(なごみ)こんだて



かずくん



なごみちゃん

きょう  
今日のこんだて

しばづけちりめん



ぎゅうにくと  
れんこんのにつけ



ごはん



ごしきのみそしる

しばづけちりめん



ぎゅうにくと  
れんこんのにつけ



ごはん



ごしきのみそしる

「しばづけちりめん」には、<sup>きょうと</sup> 京都で作られた  
<sup>づけ</sup> しば漬<sup>つか</sup>を使っているよ。





ぎけ  
しば漬ってなあに？



あか

しお

きょうと

おおはら

なすと赤じそを塩でつけた，京都の大原で  
う  
生まれた「つけもの」なんだよ。



ごしき なまえ  
どうして、「五色のみそしる」という名前なの？



くろ  
黒

あか  
赤

しろ  
白

き  
黄



いつ いろ た もの はい  
五つの色の食べ物が入っているんだよ。

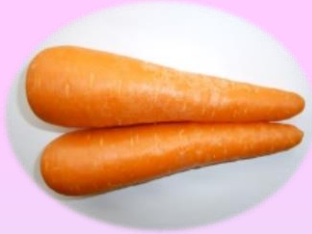
あか  
**赤**

き  
**黄**

みどり  
**緑**

しろ  
**白**

くろ  
**黒**



いろいろが  
うつく  
**美しい**



えいよう  
**栄養の  
バランスが  
よい**

わしょく いろいろ たいせつ  
**和食では五つの色を大切にしているんだね。**



しゅん た もの  
旬の食べ物

れんこん



えのきたけ





あじ  
おいしく 味わって  
た  
食べてね！

