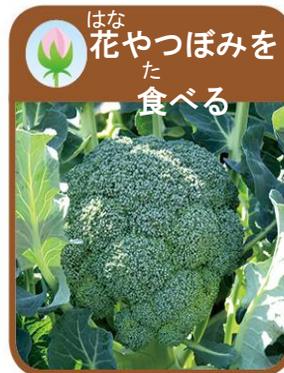


野菜は 葉・茎・花・実・根 どこを食べるのかな？



はな
花がさいた
あと
後には
み
できる実を
た
食べるよ



野菜は主に、実・葉・くき・花のつぼみ・地下のくきや根を食べる野菜の5つのグループに分けられます。

さつまいもとじゃがいも、どちらも「いも」なのに食べている部分がちがう？

 さつまいもをほると、太めの根が見つかります。それが大きくなって「いも」になります。

さつまいもは、根が太くなったものです。  ジャがいもをほると、太くて白いくきの先にもがついています。じゃがいもは、地下のくきを食べます。いつも私たちの身近にある野菜・くだものですが、いろいろなものを楽しみながら食べてみましょう！

かぞくみんなで
よんでください！

えいようワンポイント！

たくさんのしゅるいの食べものを食べよう！

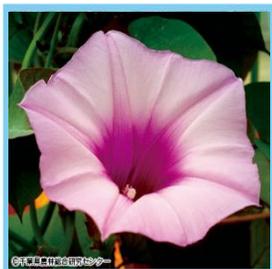
食べている食品のしゅるいが多いほど、勉強ががんばれるとも言われます。いくら体にとって大切なえいようがあるものでも、毎日毎食同じものばかり食べるのはかえってよくありません。できるだけたくさんのしゅるいのものを食べることが大切です。

たべものクイズ

なかいまち
中井町でつくられている野さいやくだもの
どんなふうになっているか、どんな花がさくのか知っていますか？

どんな花がさくのかな？

★野さい・くだものと花を線でむすんでみよう



★ ほかにも

にんじん

さといも



キウイ・はくさいなどもつくられています。近くの畑で見つけてみてね！