



ふゆのやさい

これは ほうさい。
ふゆに おいしい やさいだよ。
みた ことは あるかな？

ほそながいね。



指導 ● 麻生健洲 師岡章
料理 ● 中村陽子
撮影 ● 山本明義
写真 ● アフロ
アマナイメーجز
絵 ● 鈴木アツコ



なっぺんさやさい

はくさいの なかが
どうなっているか
みてみよう！

ぼくが
はくさいの ことを
おしえてあげるね。



ことばかけのポイント

● 白菜を食べたことはあるかな？