



た もの しゅん
食べ物の旬、
あ
合っているものはどれ？

① サンマ（夏）
なつ

② えだまめ（秋）
あき

③ 白菜（冬）
はくさい ふゆ

こた
答えはうら面で！
めん



こたえ はくさい ふゆ しゅん た もの いちばん
答：③白菜（冬）です。旬はその食べ物が一番おいしく
なる時期です。①サンマは秋、②えだまめは夏です。

しら
調べてみよう！

わしよく
『和食のえほん（たのしいちしきえほん）』

えはらあやこ かんしゅう けんきゅうしょ 2017.9 J383/128N)
(江原絢子/監修 PHP研究所

わしよく きほん しょくざい ちょうりほう わ
和食の基本、食材や調理法、和のおもてなしなどについて、わかり
やすく書かれています。（低学年～）

しら にほん しょくにんでんとう しょく しょくにん
『調べてみよう!日本の職人伝統のワザ 1 「食」の職人

: すし わがし しょうゆ かつお節』

がっけんきょういっくしゅつぱん 2011.2 J502/11N/1)
(学研教育出版

むかし つた つづ でんとうぶんか たいせつ にん しょくにん
昔から伝え続けられてきた伝統文化を大切にする 4人の職人が
とうじょう でんとうぶんか はじ しょくにん じっさい
登場します。伝統文化の始まり、なぜその職人になったのか、実際に
つく ようす つく せいひん の ちゅうがくねん
作っている様子や作った製品が載っています。（中学年～）

わ しょくぶんか なが つた せかい ひろ
『和の食文化：長く伝えよう!世界に広めよう! 1～4』

えはらあやこ かんしゅう こどもくらぶ へん いわさきしょてん 2015.2～3
(江原絢子/監修 こどもくらぶ編 岩崎書店

にほん しょくぶんか はばひろ し がいこく ひと しょうかい とぎ
日本の食文化を幅広く知ることができます。外国の人に紹介する時
やくだ えいごしゅう の かん きょうどりょうり ちさんちしょう かん
に役立つ、英語集も載っています。1巻は郷土料理や地産地消、2巻は
ほそんほうほう ほそんしょく かん わしよく ちょうりきほんごほう かん
保存方法と保存食など。3巻は和食のもてなしや調理基本五法、4巻は
わしよく あじ きて ぜん かん こうがくねん
和食の味の決め手である「だし」について。全4巻。（高学年～）

み
見てみよう！

まな にほん せかい た もの のうりんすいさんしょう
「学ぼう!日本と世界の食べ物」(農林水産省)

https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/learn/index.html

しゅん た もの とくべつ ひ た きょうじしょく し
旬の食べ物や特別な日に食べる行事食について知ろう！