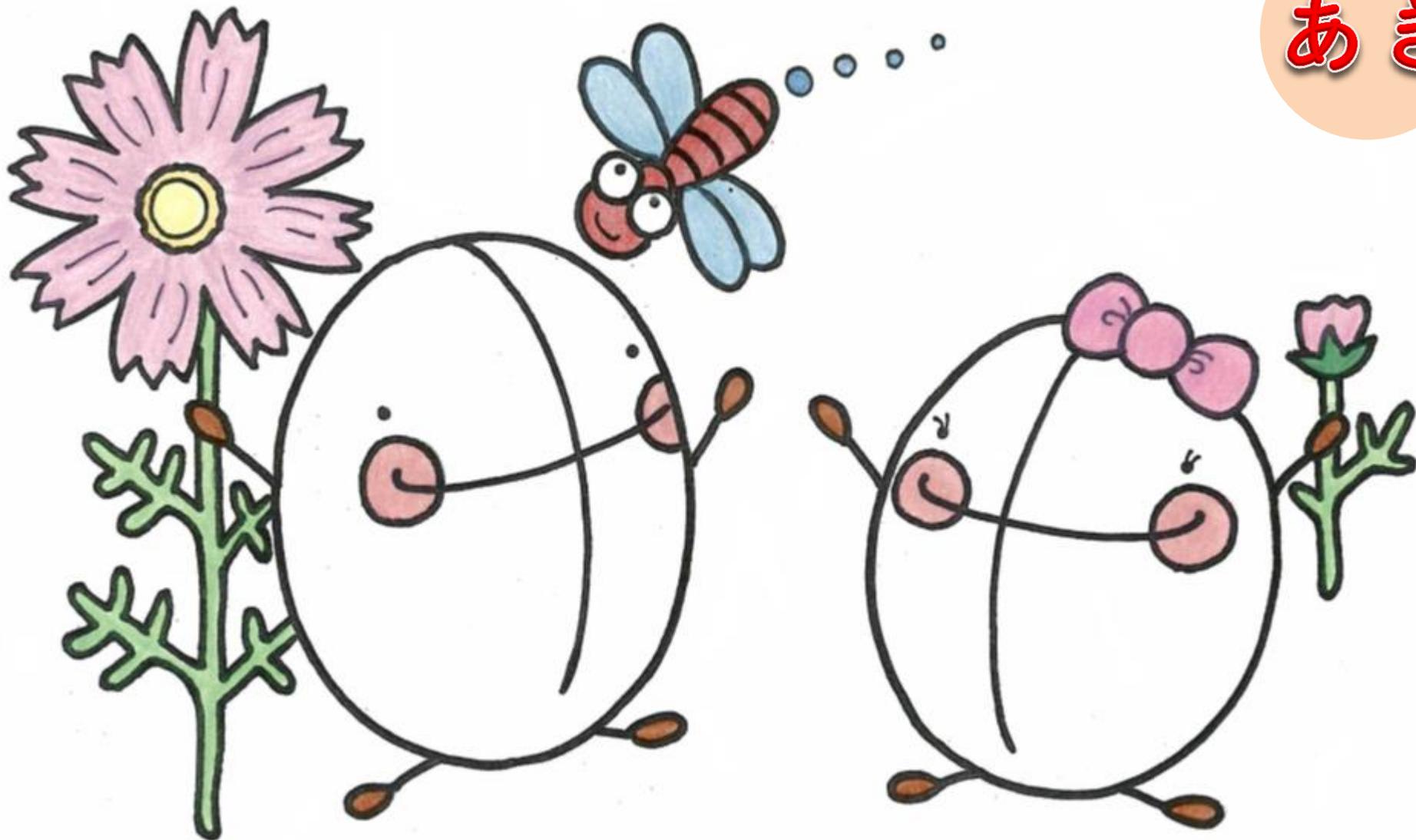
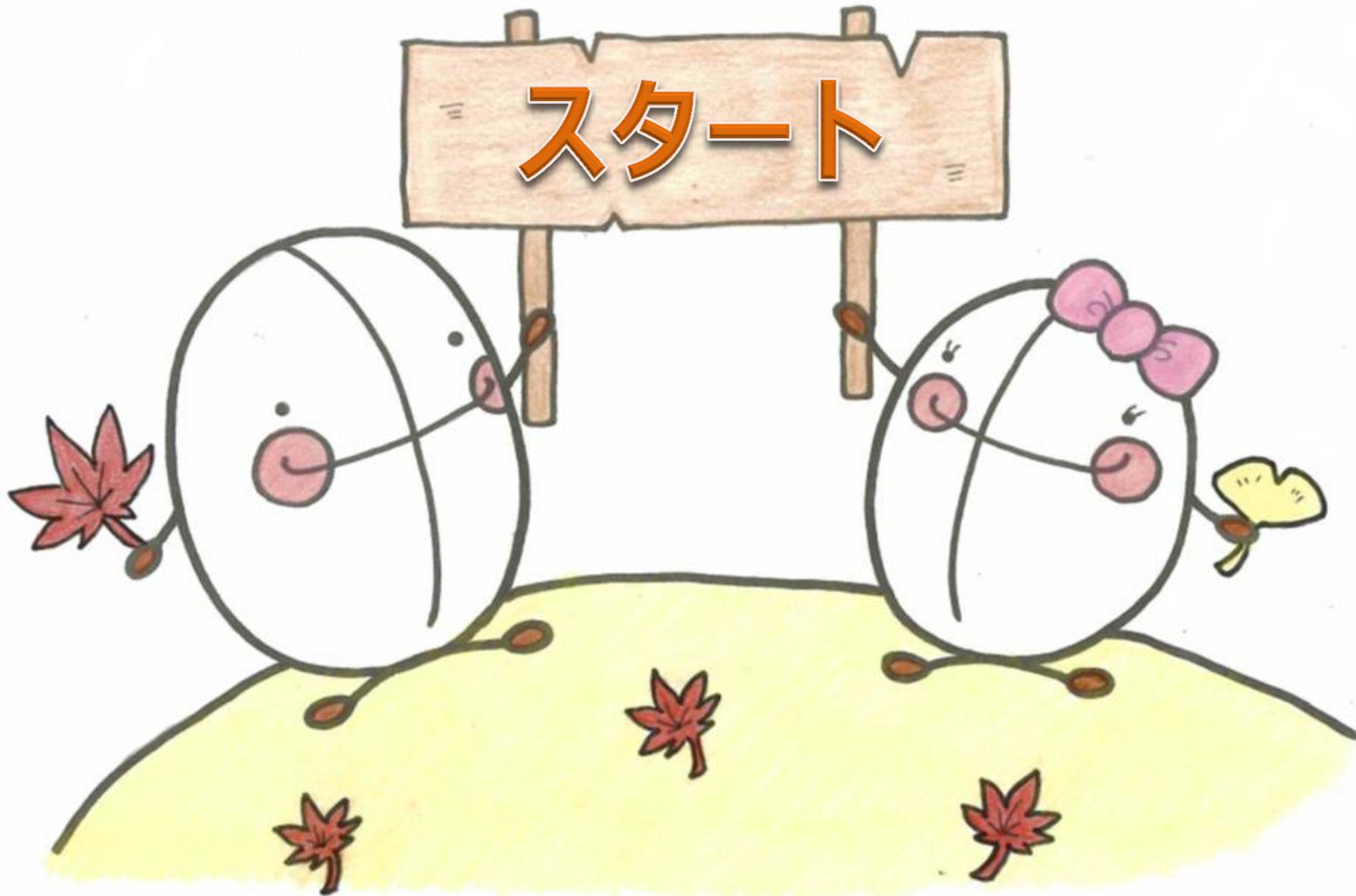


もちむぎくんのぼうけん

あき



スタート



あきになりました。

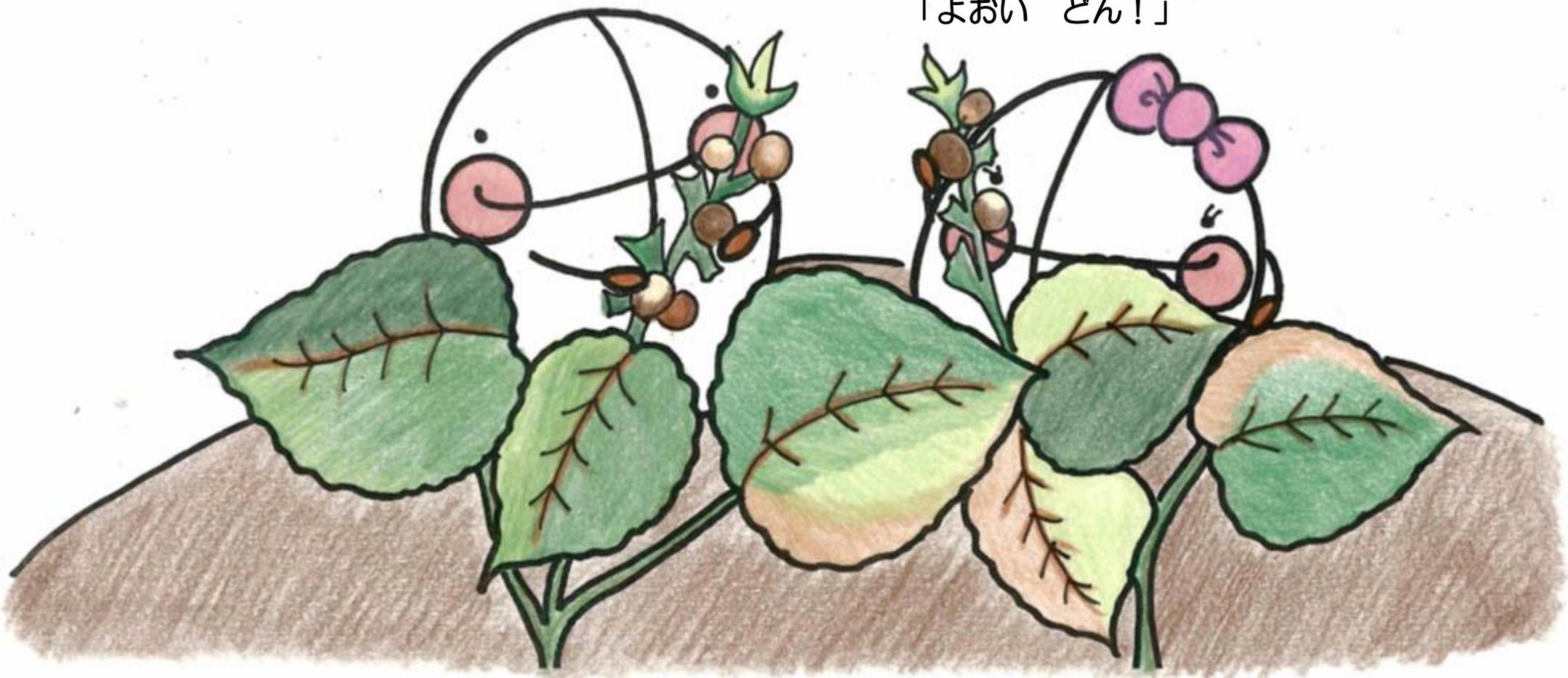
もちむぎくんたちは ^{かつた} 勝田に きています。

“えごまのたね” の しゅうかくを てつだっています。

えごまのたねを しぼった “えごまあぶら” も からだにいいんですよ。

だれが いちばん おおく とれるかな？

「よおい どん！」



えごまのたねは こんなに ちいさいけど けんこうパワーが いっぱい!

さて なんこ とれたかな?

もちむぎくんが 50こ きらりが 30こ

もちむぎくんの 勝ちです。

「つづいての きょうぎは…」



あれあれ？ いつのまにか うんどうかいに なっていますね。

「よおい どん！」

かけっこが はじまりました。



もちむぎくんが ころびました。
きらりの 勝ちです。

「やったあ」



たくさん からだを うごかしたので

おなかが すきました。

^{あいだ}
「英田に すんでいる おともだちが ぶどうを おくってくれて
ちょうど きょう とどいたんだよ。」

といって みずみずしい ぶどうを おばあさんが もってきて くれました。



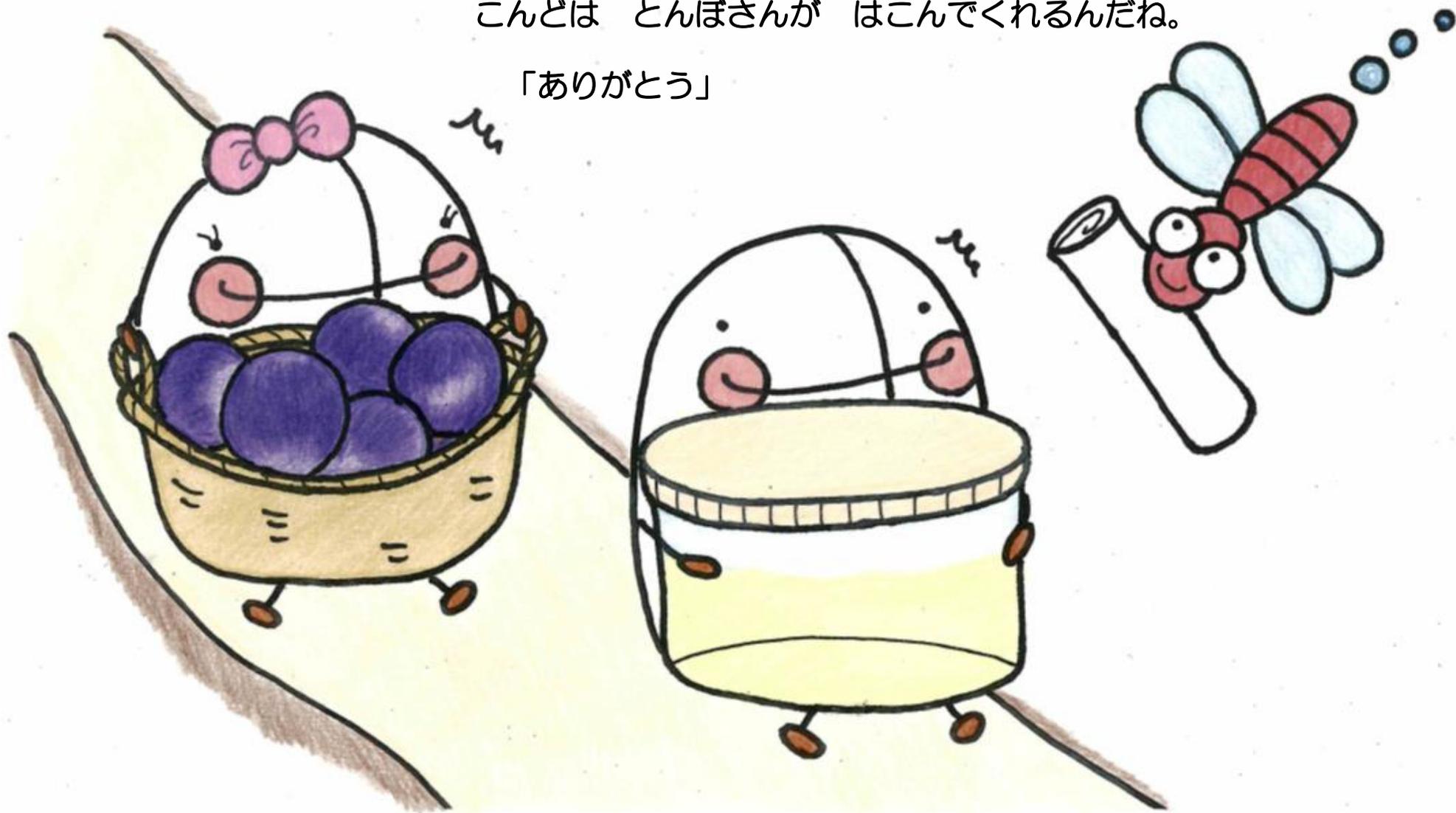
がんばった ごほうびに えごまあぶらも くれました。

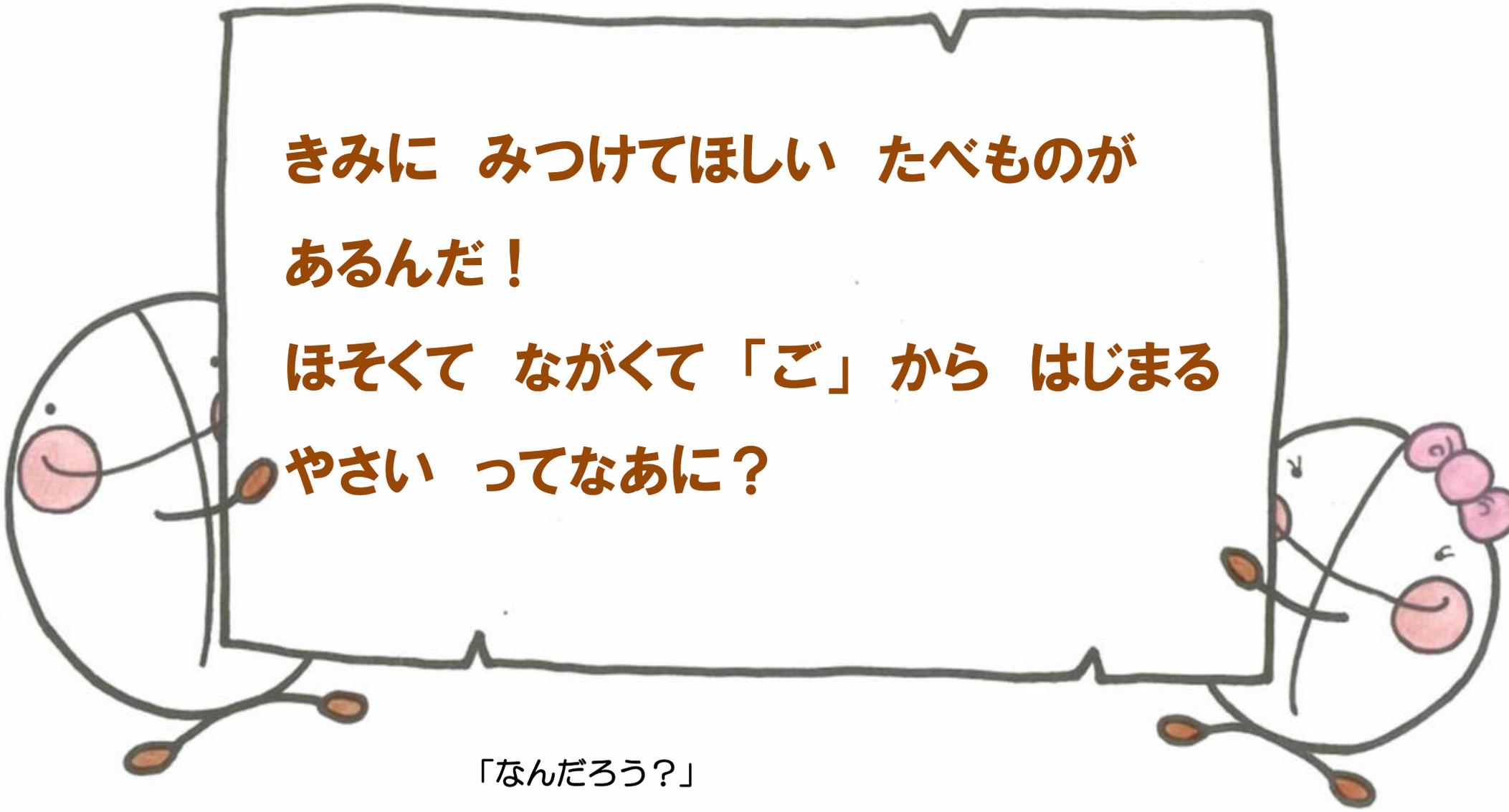
もちむぎくんと きらりが よろこんで もってかえっていると

とんぼさんから てがみが とどきました。

こんどは とんぼさんが はこんでくれるんだね。

「ありがとう」





きみに みつけてほしい たべものがあるんだ！

ほそくて ながくて「ご」からはじまる
やさい ってなあに？

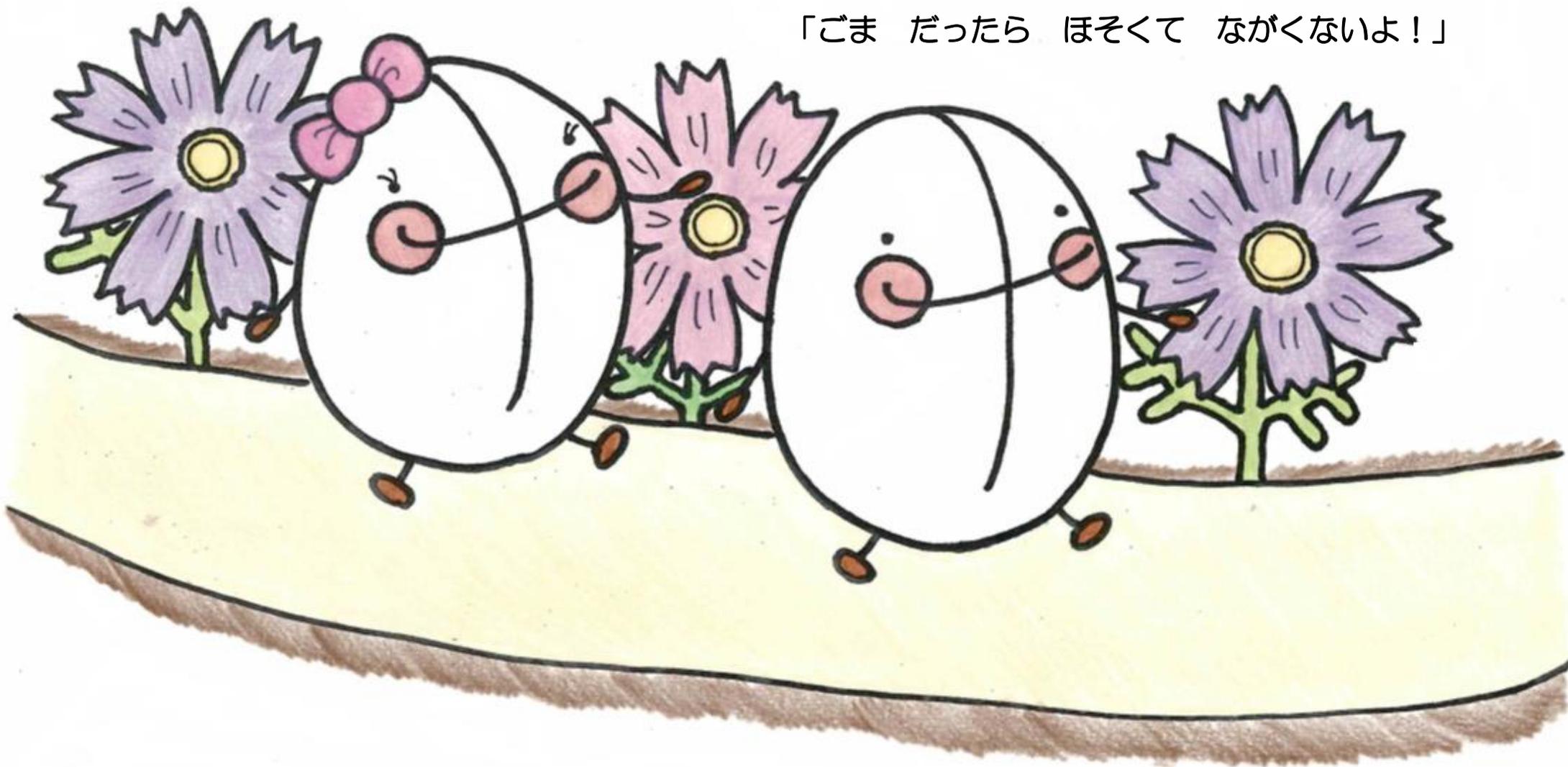
「なんだろう？」

「みんなも いっしょに かんがえてね！」

もちむぎくんと きらりは おばあさんから もらった えごまあぶらと ぶどうを
おうちに もってかえたあと ほそくて ながくて 「ご」からはじまる やさいを
さがしに きました。 みちには きれいな コスモスが さいています。

「わかった ごま じゃない？」

「ごま だったら ほそくて ながくないよ！」

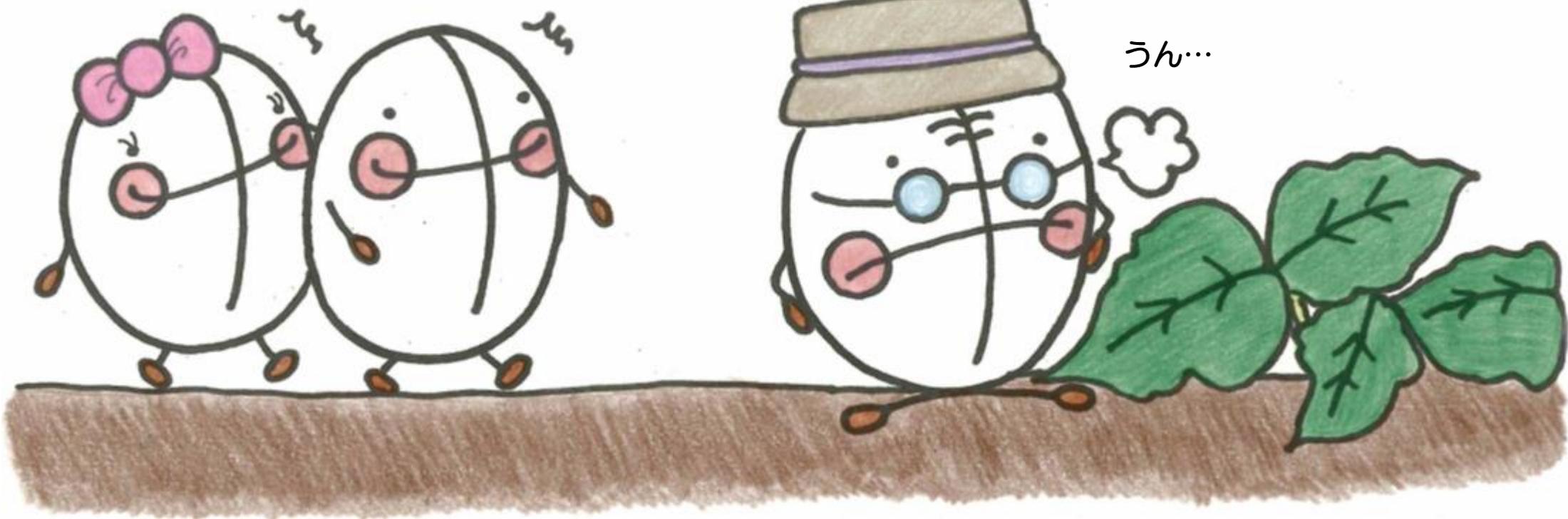


しばらく あるいは いると おじいさんが こまっていました。

そこは ^{さくとう} 作東の ^{ひさしちく} 日指地区 でした。

「おじいさん どうしたの？」

「ごぼうが ぬけなくて こまっているんだ」



「ぼくたち てつだうよ」

もちむぎくんと きらりも いっしょに

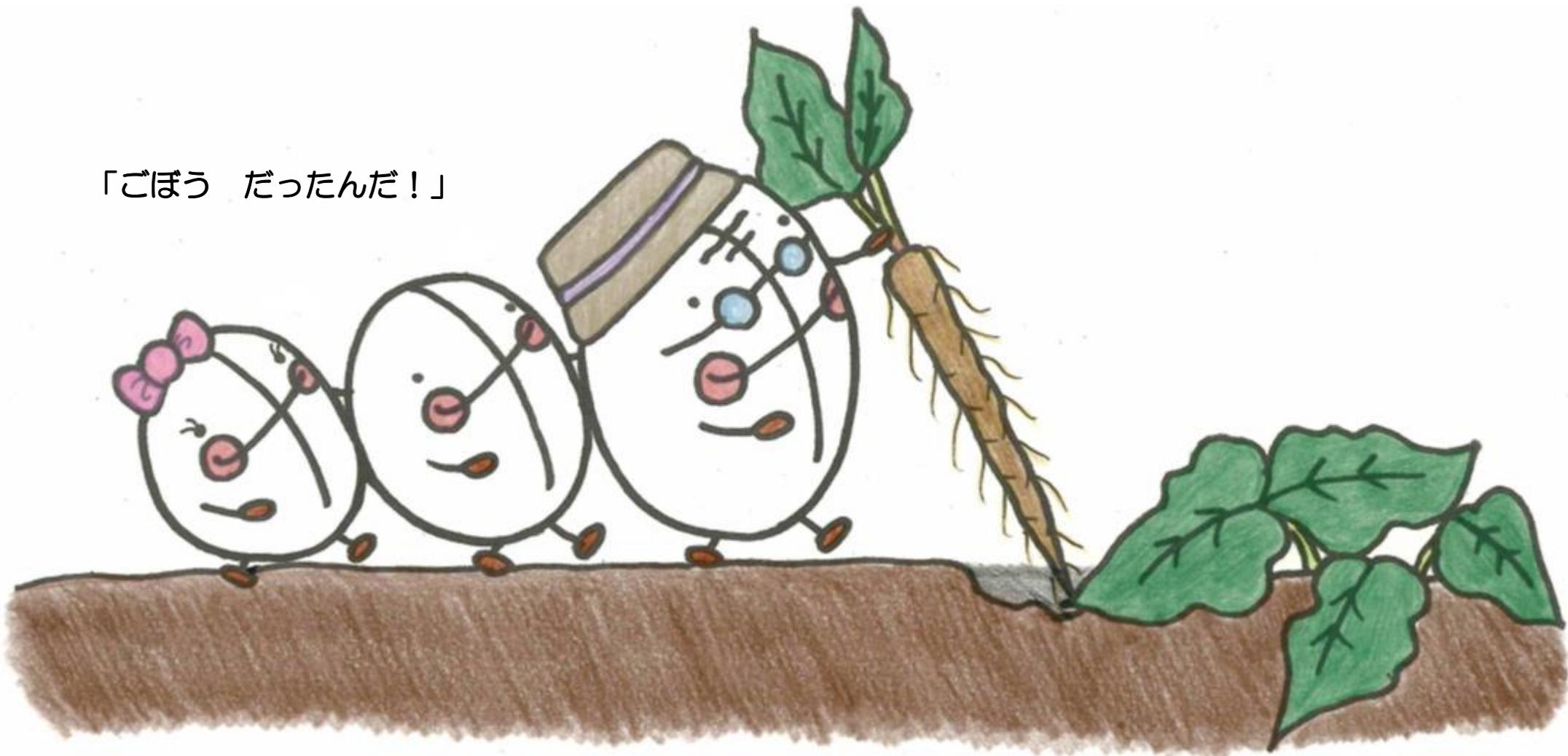
「うんとこしょ どっこいしょ」

ごぼうが ぬけました。

ちょっと まって。

ほそくて ながくて 「ご」 から はじまる やさい…。

「ごぼう だったんだ！」



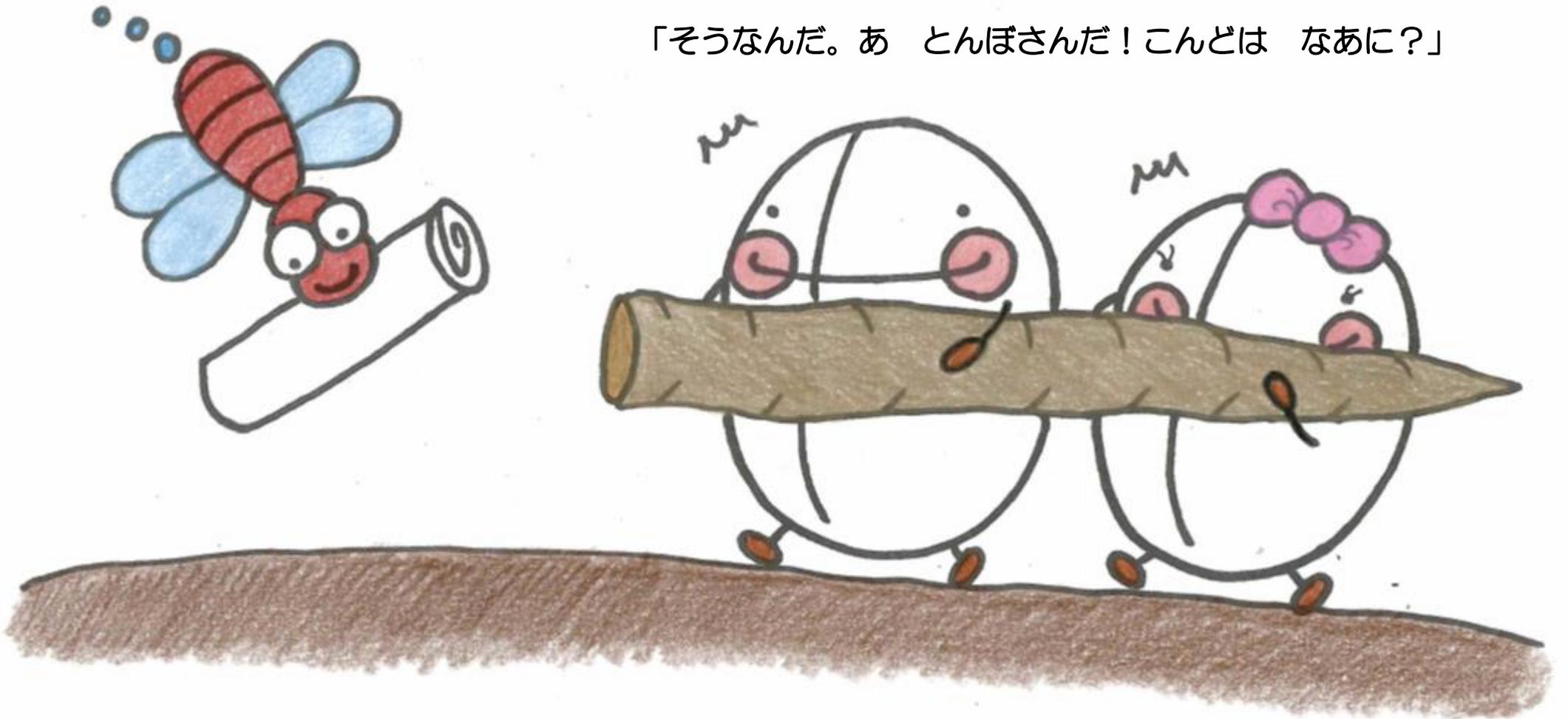
てつだってくれた おれいにと おじいさんが ごぼうを くれました。

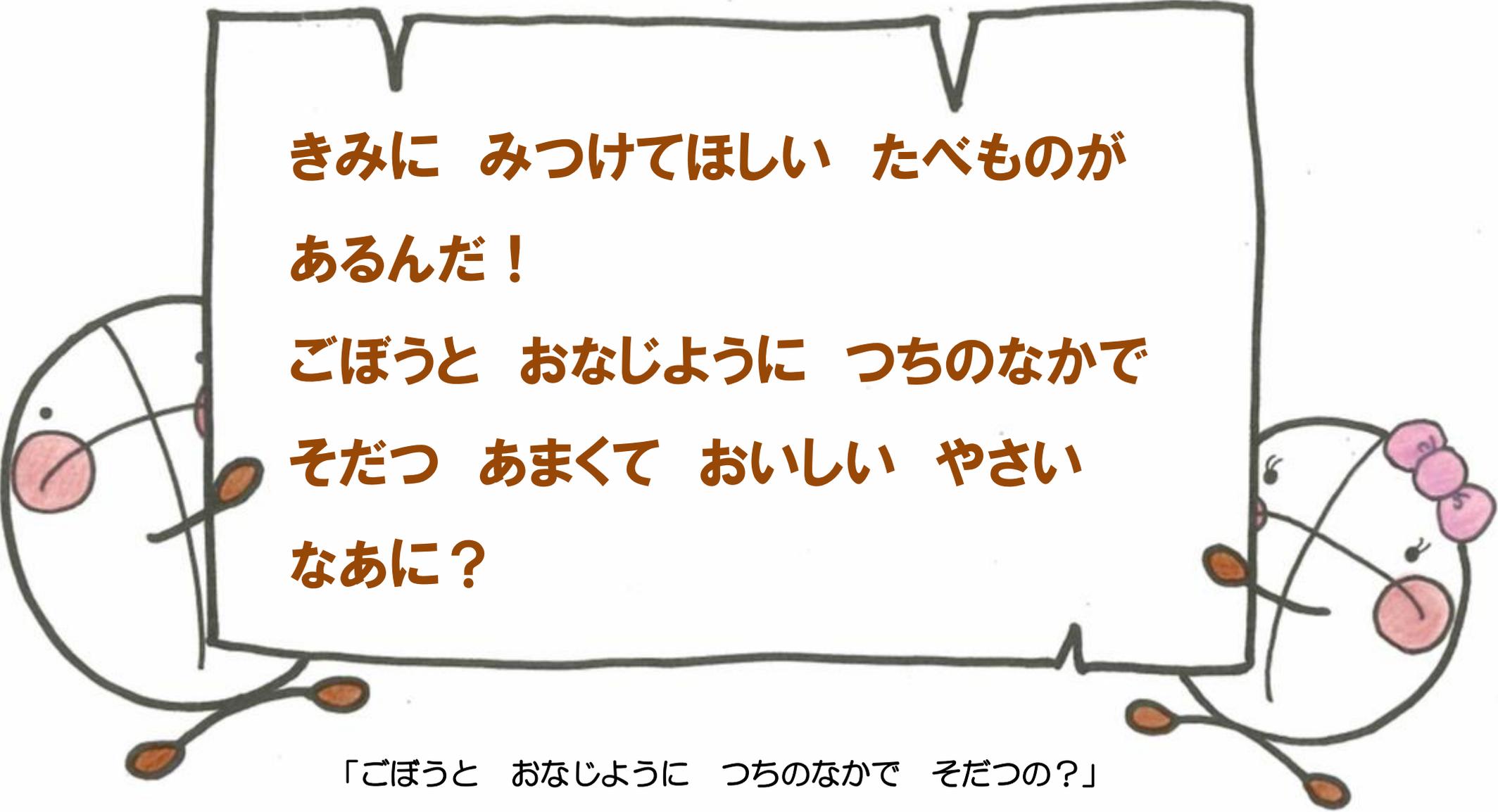
“ひさしごぼう” といって ふとくて りっぱな ごぼうです。

もちむぎくんと きらりは おおよろこびです。

「ごぼうを たべると うんこが たくさん できるんだって！」

「そうなんだ。あ とんぼさんだ！こんどは なあに？」





きみに みつけてほしい たべものがあるんだ！

ごぼうと おなじように つちのなかで
そだつ あまくて おいしい やさい
なあに？

「ごぼうと おなじように つちのなかで そだつの？」

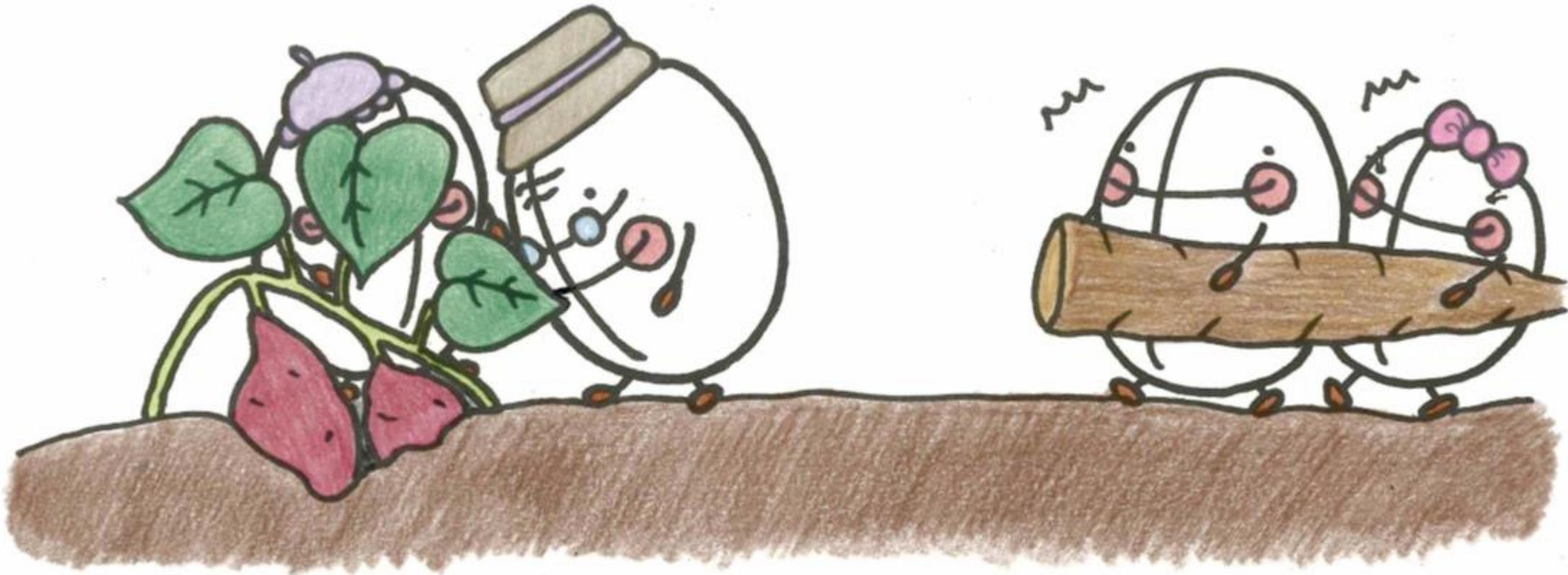
「なんだろう？」

ごぼうと おなじように つちのなかで そだつ あまい たべもの なんだろう？

もちむぎくんと きらりが あるいていると いつのまにか ^{みまさか} 美作 に きていました。
すると…。

おじいさんと おばあさんが なにかを ほっているのが みえました。

「なにを しているの〜？」



「さつまいもを ほっているんだよ。きみたち みたことあるかい？」

とって つるに たくさん ついている さつまいもを みせてくれました。

もちむぎくんと きらりは はじめて さつまいもをみて びっくりしました。

「もしかして さつまいもって あまい？」

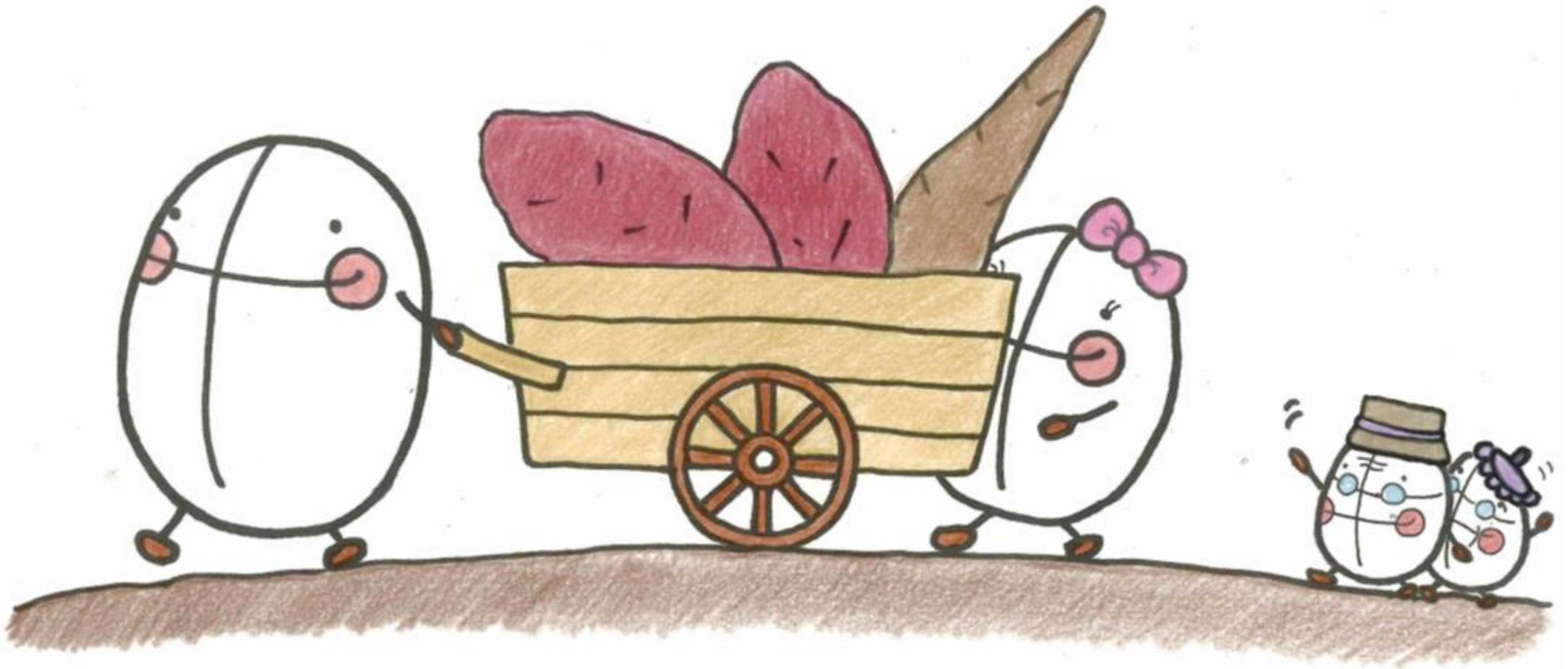
「そりゃあ あまくて おいしいよ」



つちのなかで そだつ あまくて おいしい やさい。それは さつまいも だったんだね。

たくさんほったから といって おじいさんと おばあさんが さつまいもを くれました。

そして にぐるまも かしてくれました。

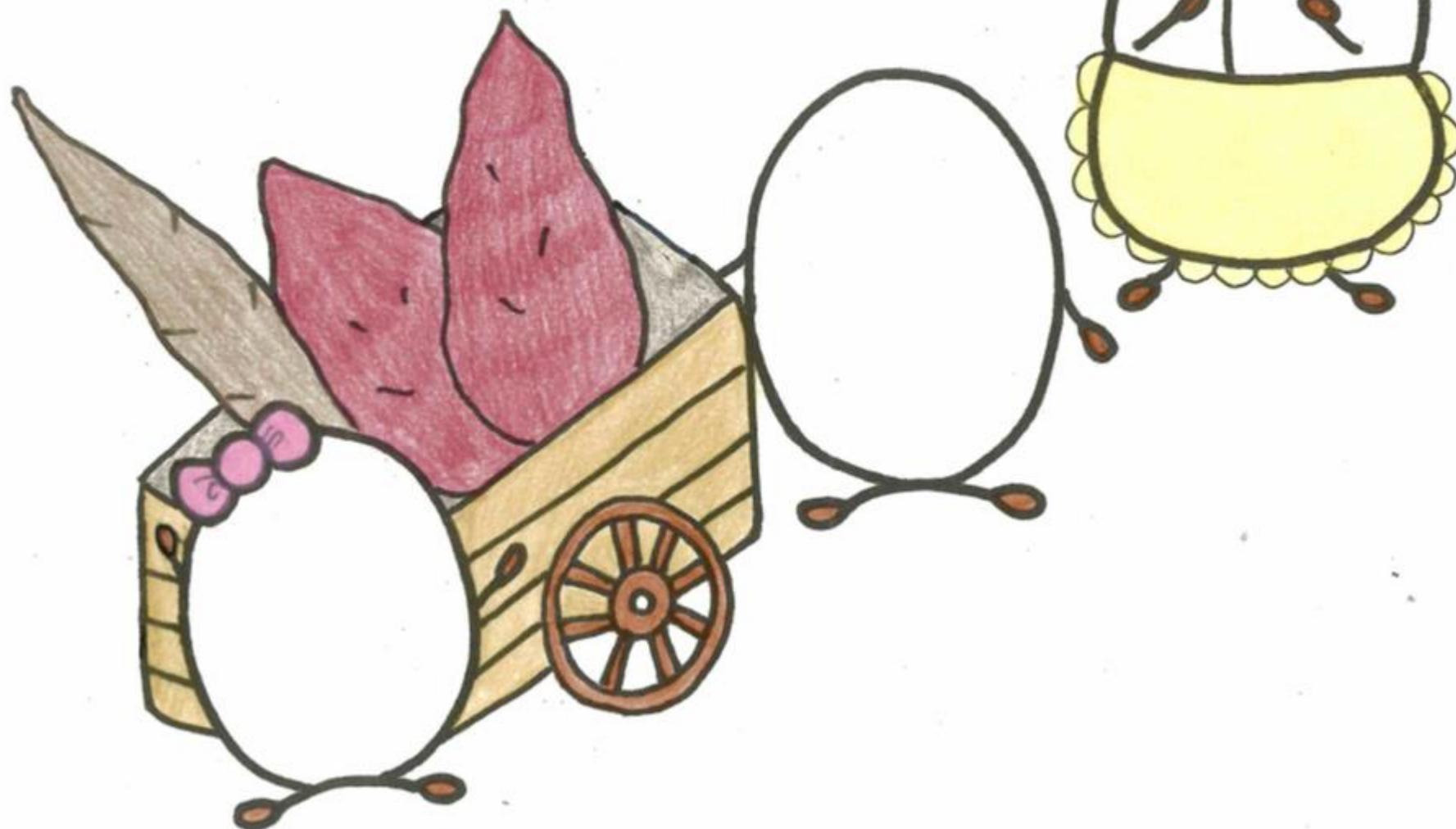


もちむぎくんと きらりが にぐるま いっぱいに やさいを

もってかえてきたので おかあさんは びっくり！

「ごぼうと さつまいもが あるから とんじるに しましょう。

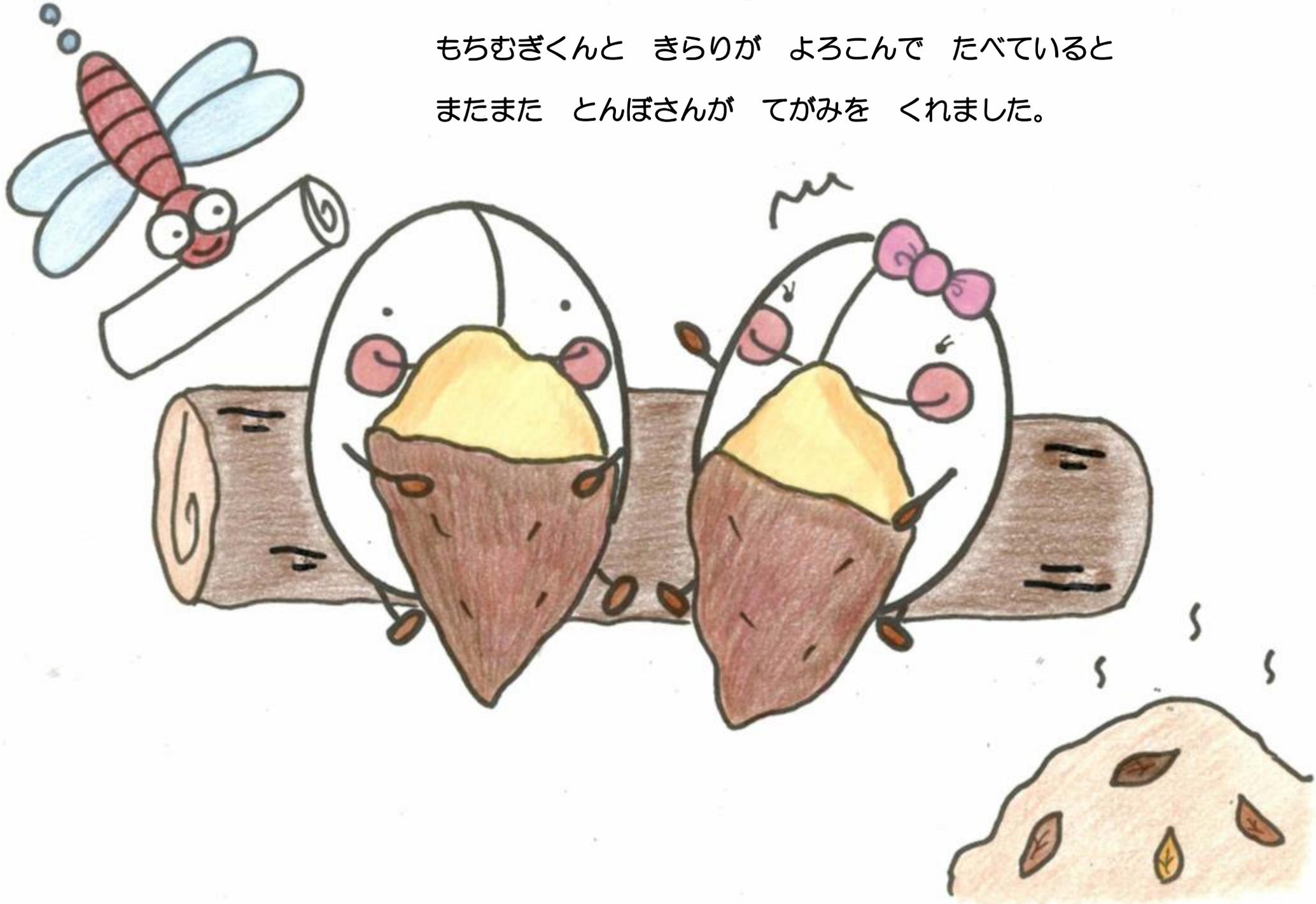
そのまえに やきいもに しましょうね。」



ほくほく おいしい やきいも。

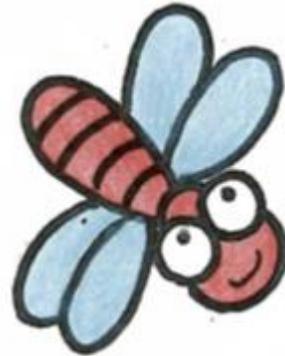
もちむぎくんと きらりが よろこんで たべていると

またまた とんぼさんが てがみを くれました。



こんどは また ふゆに あおうね

ぼくは ひとやすみ するよ

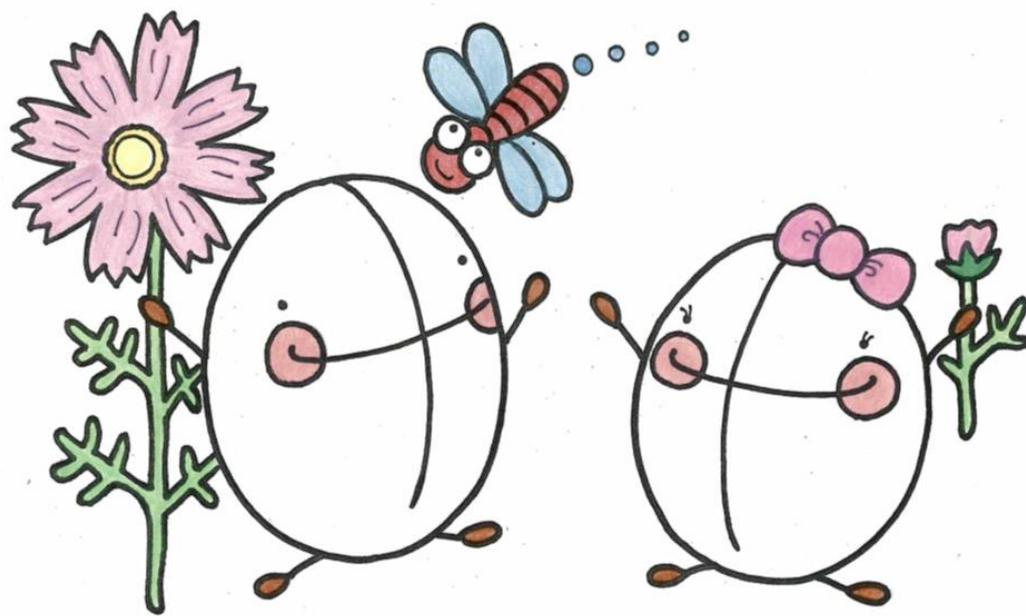


とんぼより

てがみを とどけて くれた とんぼさん

ひとやすみ するんだって!

こんどは だれが とどけて くれるんだろうね♪





健康 なカラダづくりには食事が大切

カラダにいいこと

おいしいこと

美作市が
応援します!



2018年10月発行

美作市

企画制作：保健福祉部 健康づくり推進課

無断で転載・複製することを禁止します。