

どれも ぶかしから
はまた ひと
浜田の人たちが
た
食べとったんよ!

金城なる
は 干し大根の 煮物だね
にその
やさしい味に
たも 雑も
いやされるよ!

みずの
三隅のわかめようかんは
えいよう
栄養 たっぷりで
おいしいよ!

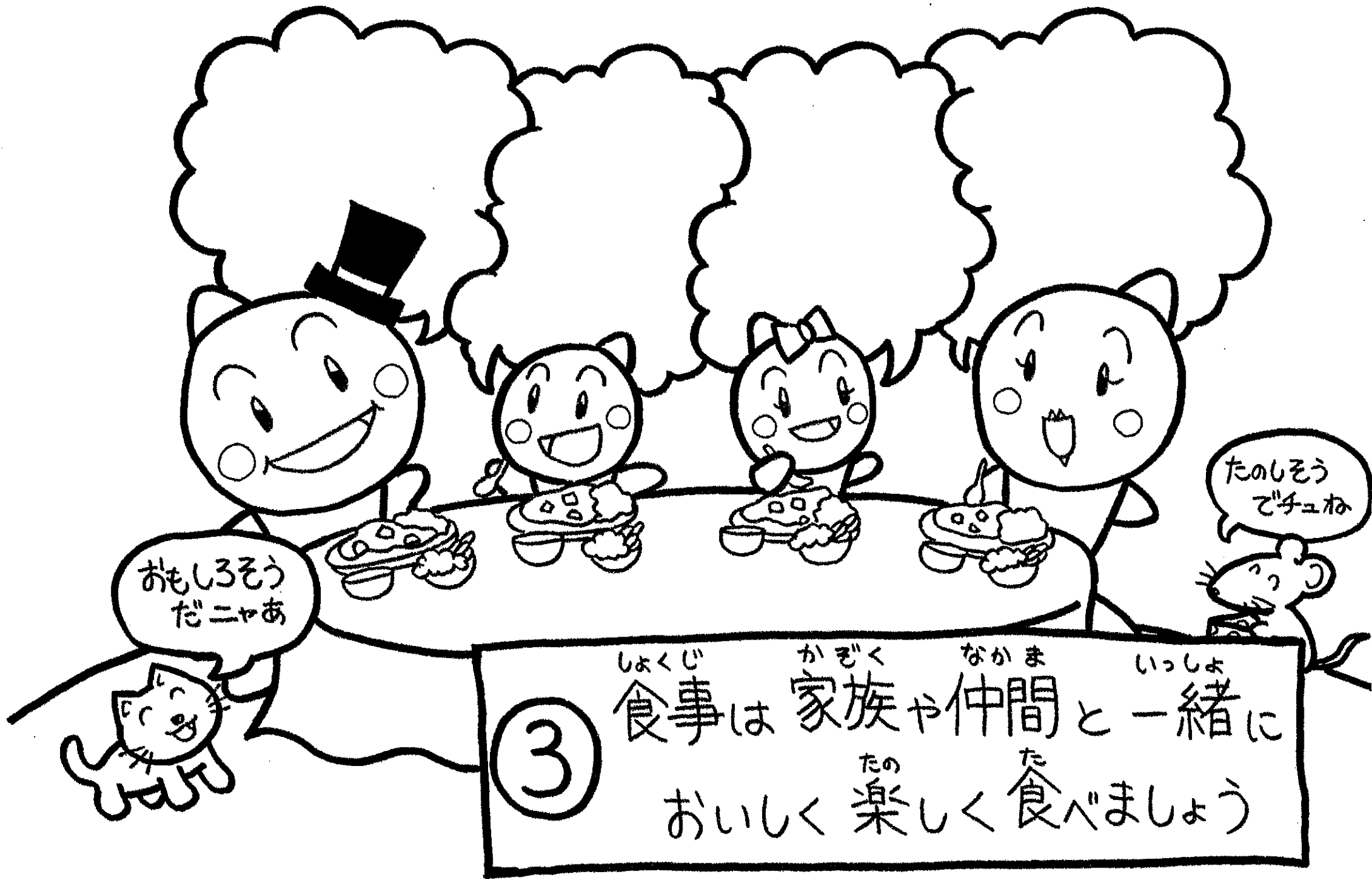
しろ
白いごはんの
下に 具がある
きんぎょ
錦糸の うすめ飯は
めい
おもしろくておいしいよ!

はまた
浜田のいか飯は
あま
蒲野 ならどほの
おいしいだよね!

あま
旭の名産も
たっぷり使っている
しいたけの旨和えは
とっもおいしいよ!

ほかにも
いろいろあるよね!
もっとたくさんの人に
た
食べてもらいたいな!

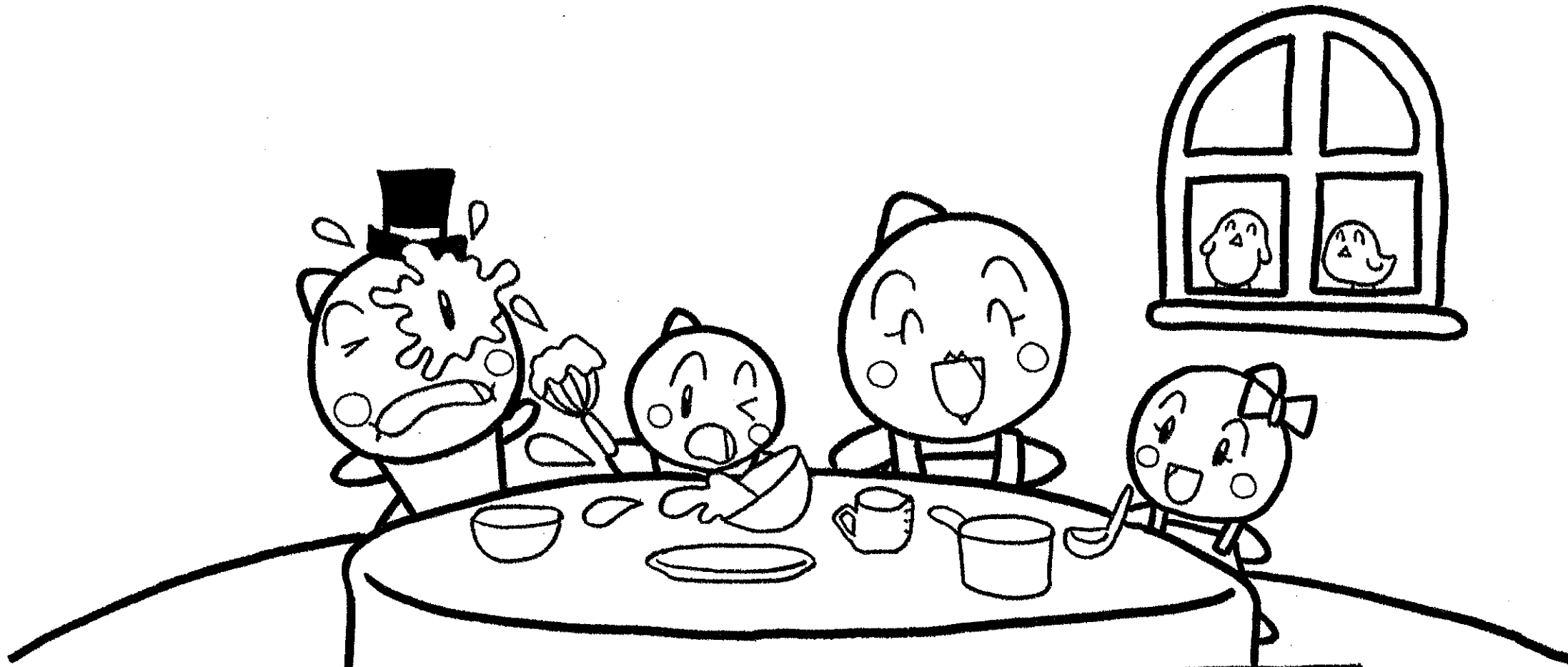
② はまた しょくぶん か った
浜田の食文化を伝えましょう



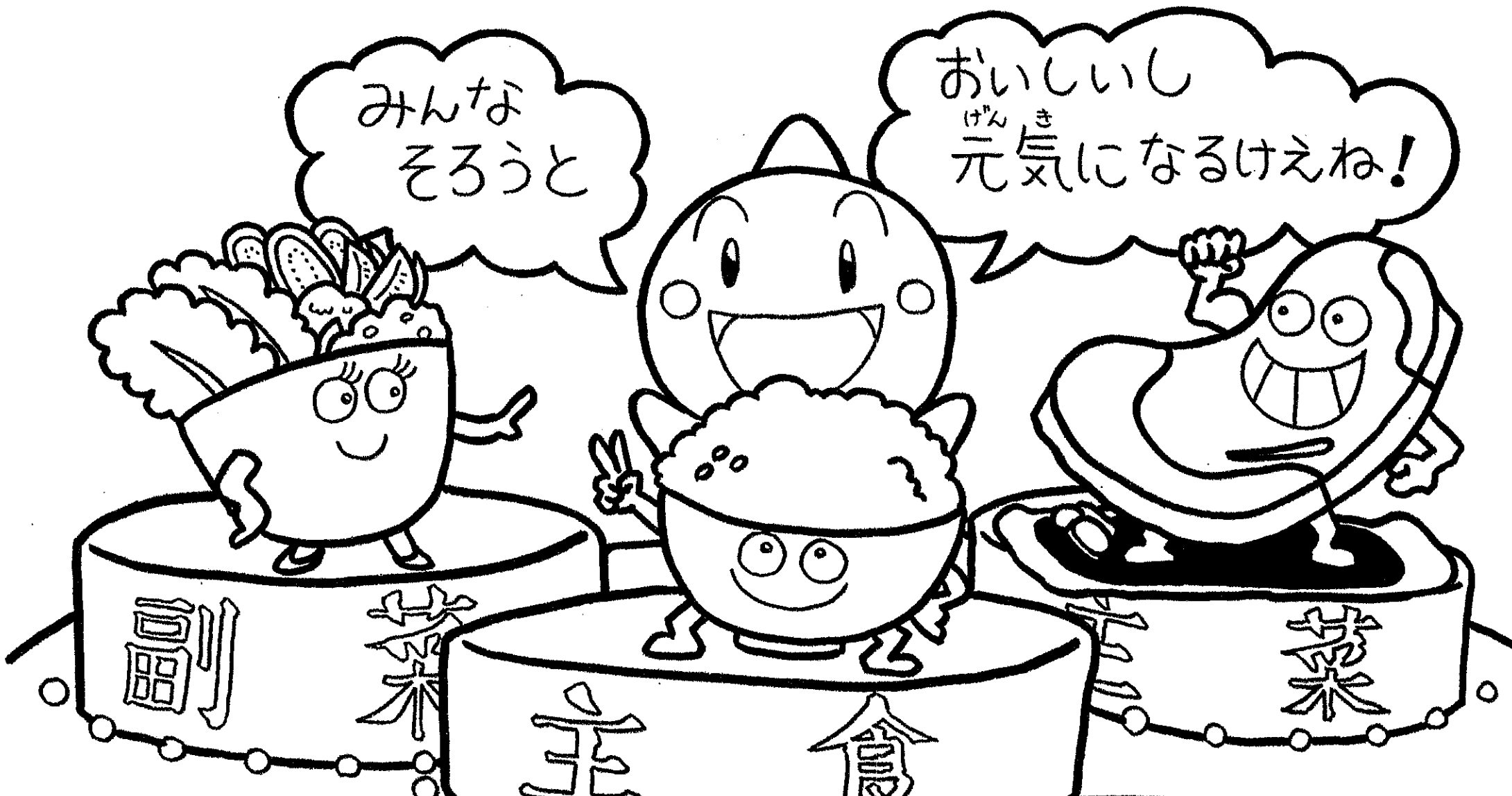
おもしろそう
だニャあ

たのしそう
でチュわ

3 ^{しょくじ}食事は ^{かぞく}家族や ^{なかま}仲間と ^{いっしょ}一緒に
おいしく ^{たの}楽しく ^た食べましょう



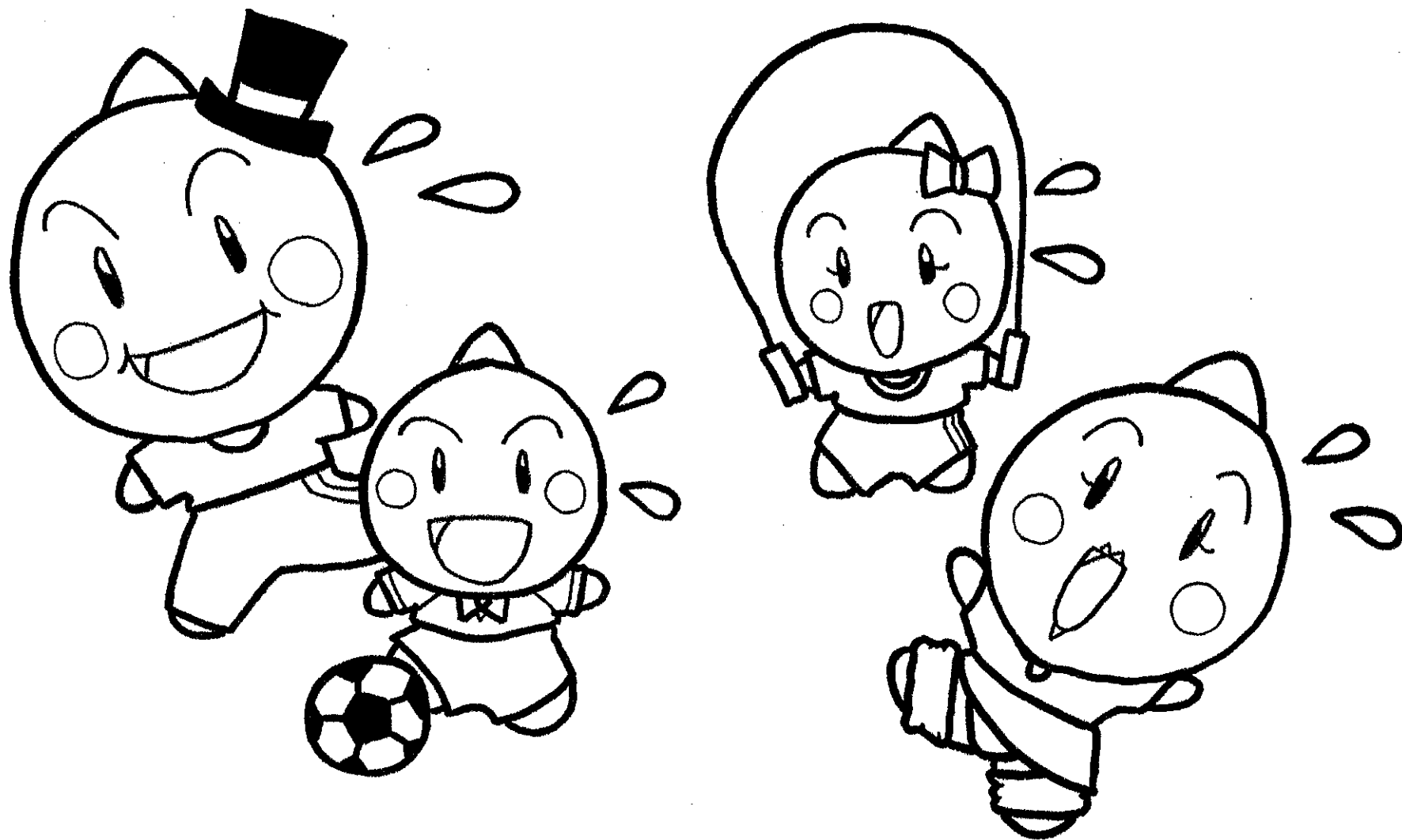
④ しょくじづく 食事作りに
せっきょくてき さんか 積極的に参加しましょう



みんな
そろうと

おいしいし
けんき
元気になるけえね!

⑤ しゅ しゆく ふくさい しゅせい 主食・副菜・主菜を
たそろえて食べましょう



しっかりからだを
動かしましょう