



こめ いね はな  
・ 米（稲と花）

しゅうかく じ き あきごろ がつ がつ ごろ  
・ 収穫時期： 秋頃（9月～10月頃）

おも さん ち  
・ 主な産地

にいがたけん ほっかいどう あきたけん やまがたけん  
新潟県、北海道、秋田県、山形県

えいよう  
・ 栄養

からだ うご  
体 を動かすエネルギーのもとになります。

こめ かた  
お米は、固いもみがらにおおわれていま

す。せいまい げんまい  
す。精米するにしたがって、「玄米」→

「はいがまい」→「はくまい」になります。

