

くり
栗



イガ

たね
種



くり からだ うご
栗には、体 を動かすエネルギー

たんすいかぶつ たくさんふく
となる炭水化物が沢山含まれます！



じゅうさん や
十三夜

がつようか じゅうさん や
10月8日は、「十三夜」
つきみ
といって、お月見をします。
じき と
また、この時期に採れる
くり そな
栗をお供えすることから
くりめいげつ よ
「栗名月」とも呼ばれます。

