



本の森 だより

No.122 6月号

野菜たべてますか？



健康のために野菜を!!

とか

野菜不足なのよネ

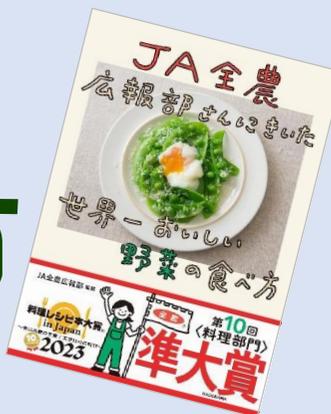
なんていいますが

旬の野菜の時期や選び方のポイントを教えてくれるのがこの一冊

JA全農広報部さんに聞いた

世界一おいしい野菜の食べ方

おまけに気楽に野菜を食べるための知恵やコツも紹介してくれます



他にも

「はじめてのドライフード」

「農家が教える野菜の

収穫・保存・料理」

「最強の野菜スープ」などなど

参考にしてみても

いかがでしょう

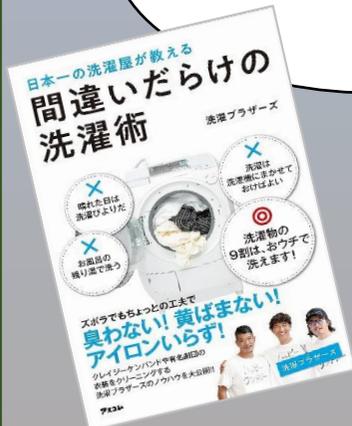


梅雨時ですが

衣替えの季節です！



この時期のお洗濯、
においが気になるのよね



衣替えの習慣は、平安時代の
宮中行事から始まった。
当時は旧暦の4月1日と
10月1日だったが
現在は6月1日と
10月1日。

