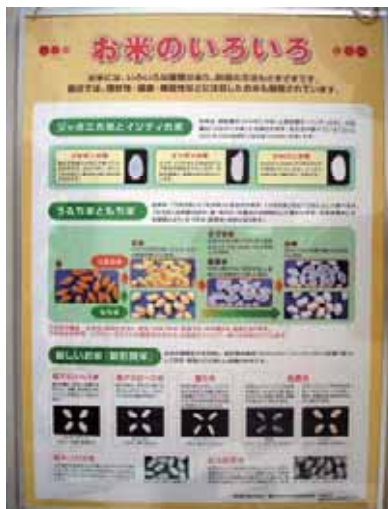


2 日本のファーストフード”おにぎり”のパワーと魅力



おにぎりの歴史から豆知識までを解説しています

3 お米のいろいろ



ジャポニカ米とインディカ米の違いやうるち米ともち米の違いがわかります

4 お米の加工品いろいろ



伝統的なお米の加工品と現代のお米の加工品がわかります

5 ごはんのおいしい炊き方



炊飯器と土鍋でのお米のおいしい炊き方がわかります

6 ごはん食のマナー



箸の持ち方やごはんの正しい食べ方がわかります

7 世界のごはん



私たちに身近なお米が世界でどのように食されているかがわかります

8 田んぼの構造と役割



田んぼの構造と役割が一目でわかります

9 有機栽培農産物とは？



有機栽培農産物・特別栽培農産物の表示基準をくわしく説明しています

10 お茶碗一杯分の栄養



ごはんの栄養素について、ほかの食べ物と比較して説明しています