

\\ だいすき! \\

まめエイト

さく / もぎあきこ · いしやまさつき



だいすき!まめエイト

さく / もぎあきこ・いしやまさつき



ここは こどもたちが げんきに かよう
おひさまえんです。

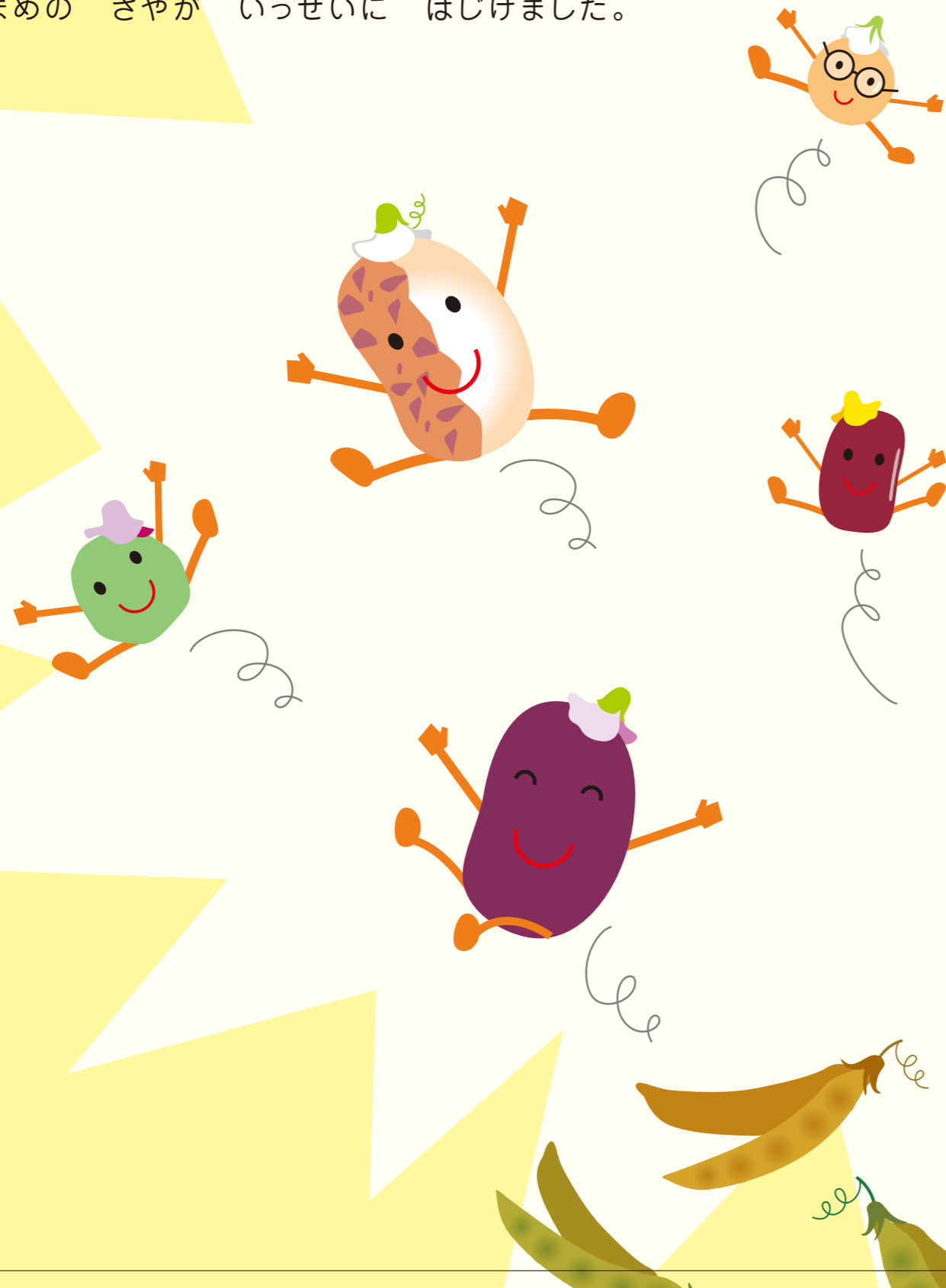
えんの まえに ある はたけには、
かわいい おはなが たくさん さいて います。

この はたけは ふしぎな はたけです。
こどもたちが おみずを あげると いつも きまって
かわいい うたごえが きこえて くるのです。
みみを すますと、きこえます きこえます

「ぼくたち げんきな まめエイト。
おいしい おまめの 8にん きょうだい。
はやく おおしく なりたいな。」

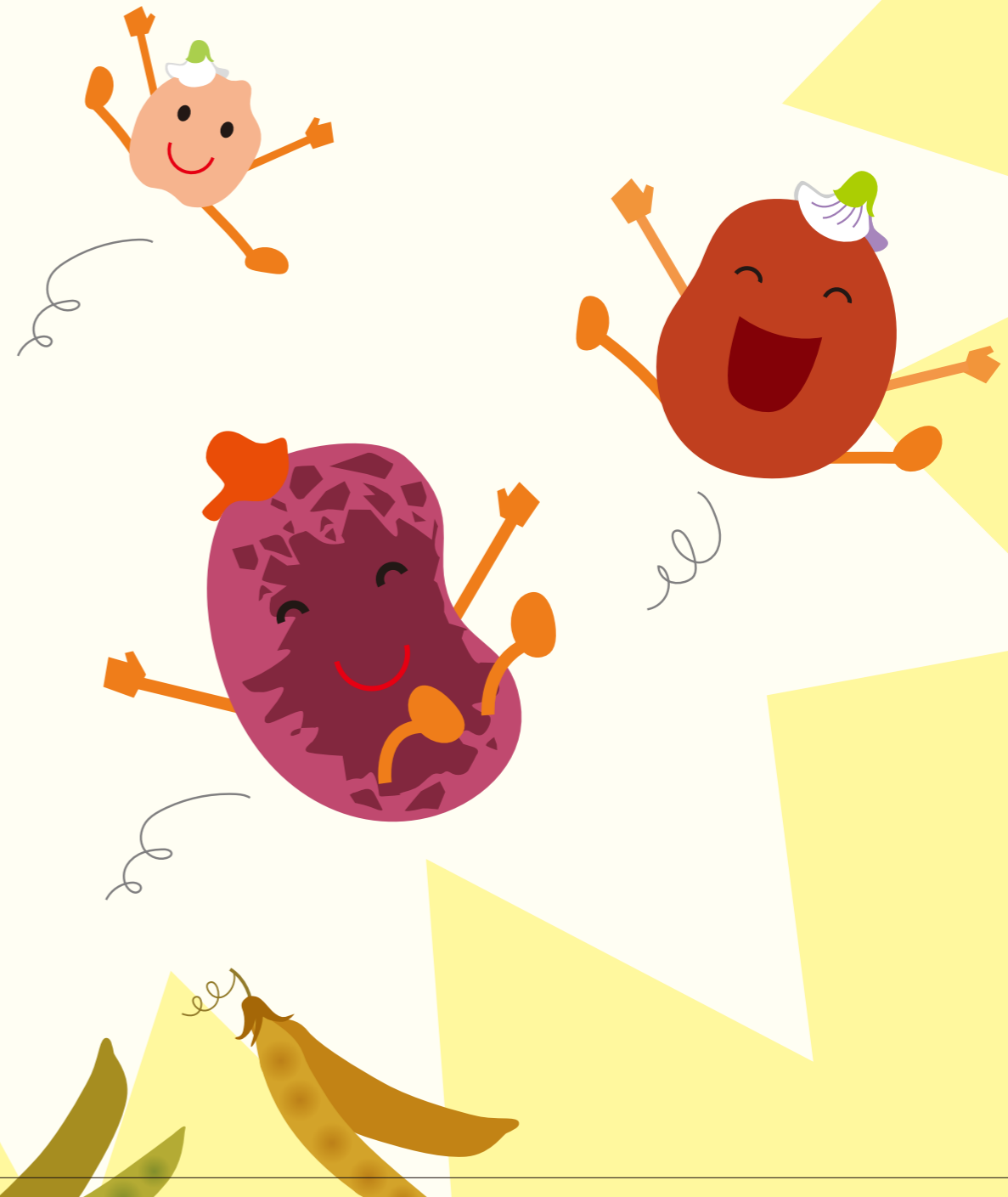


あつい なつが おわった あるひのことです。
ぽんっ! ぽぽぽぽん! ぽんっぽん!
まめの さやが いっせいに はじけました。

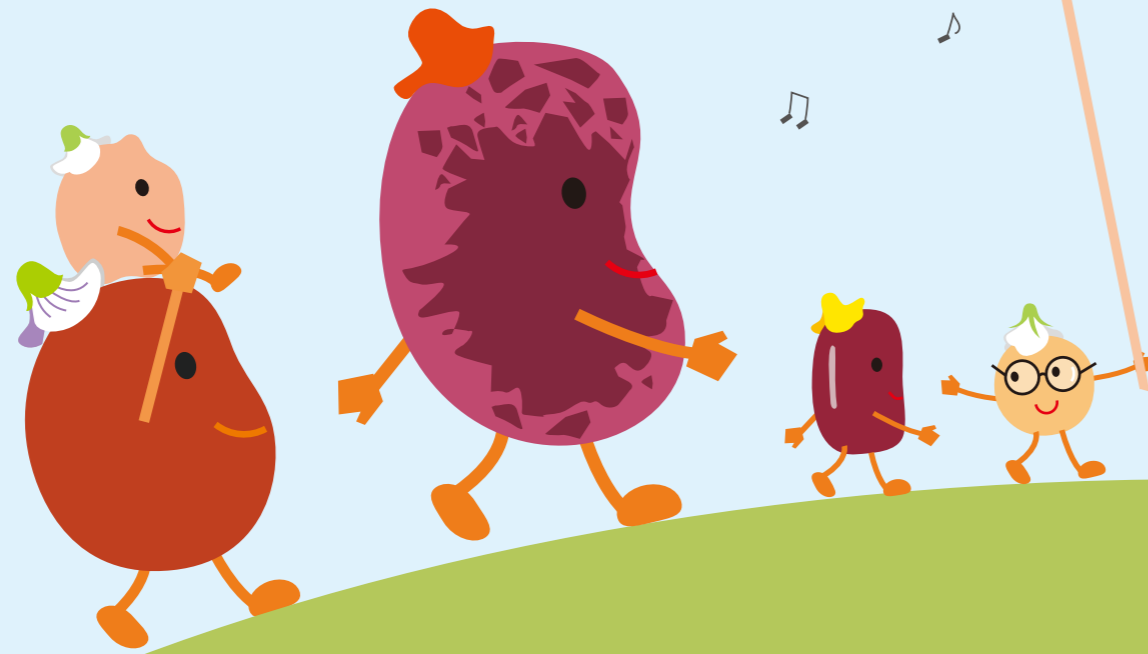


「ぼくたち げんきな まめエイト!
おいしい おまめの 8にん きょうだい。
ぼくらを たべれば しあわせ いっぱい!」

はたけから きこえた うたごえの しょうたいは、
げんきな まめの きょうだい だったのです。



「ようし、みんな そろったね！
さっそく おひさまえんの みんなに あいに いこうよ。」



おひさまえんは やすみじかん。
こどもたちは にぎやかに あそんで います。

「こんにちは! ぼくたち げんきな まめエイト。
おいしい おまめの 8にん きょうだい。
ぼくらを たべれば しあわせ いっぱい」

「あれ・・・?」

まめエイトたちは ちいさすぎて だれも きがつきません。

もういちど・・・

「ぼくたち げんきな まめエイト・・・!」

やっぱり、だれも きがつきません。



「くすん くすん・・・」
かなしくなった えんどうまめが
とうとう なきはじめて しまいました。

「えーん えーん!」

あっというまに まめエイトの まわりに、
なみだの みずたまりが できて しまいました。

すると・・・



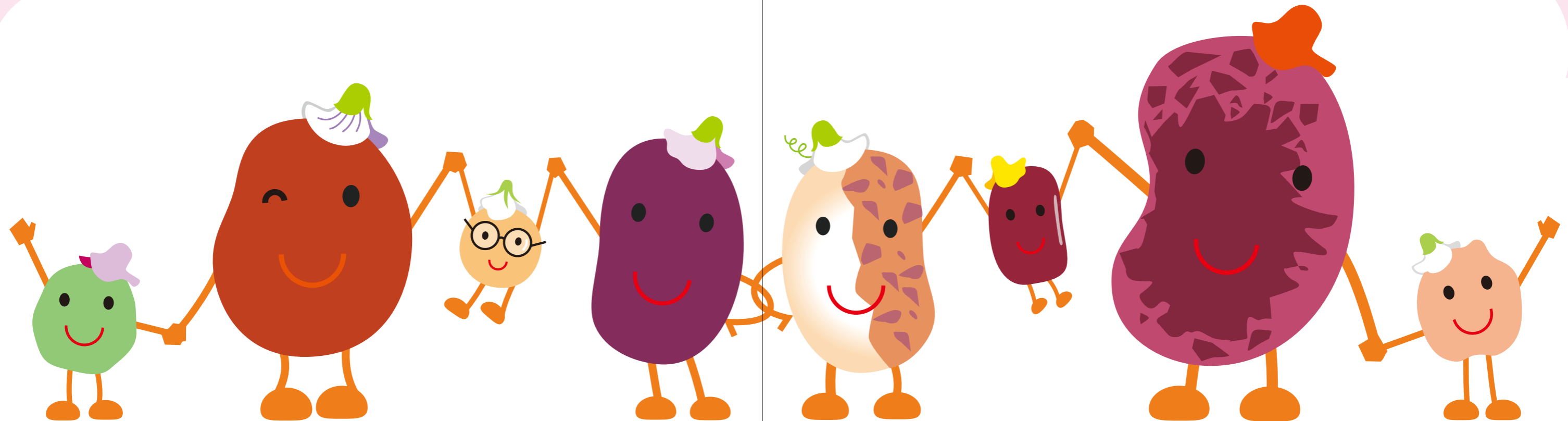
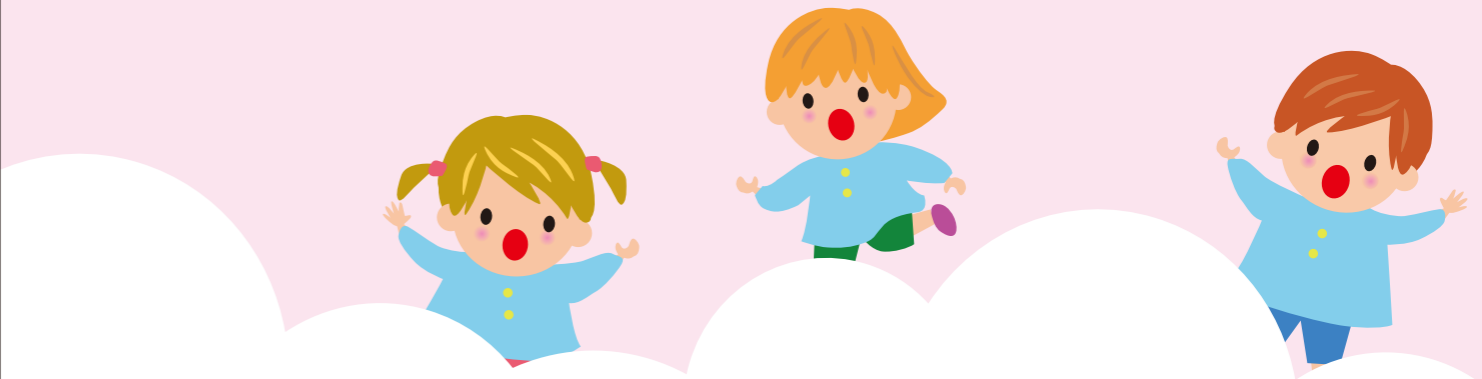
「わわわわわ」

まめエイトの からだが、
みずを すって どんどん おおきく なりはじめたのです。
これには こどもたちも びっくり!

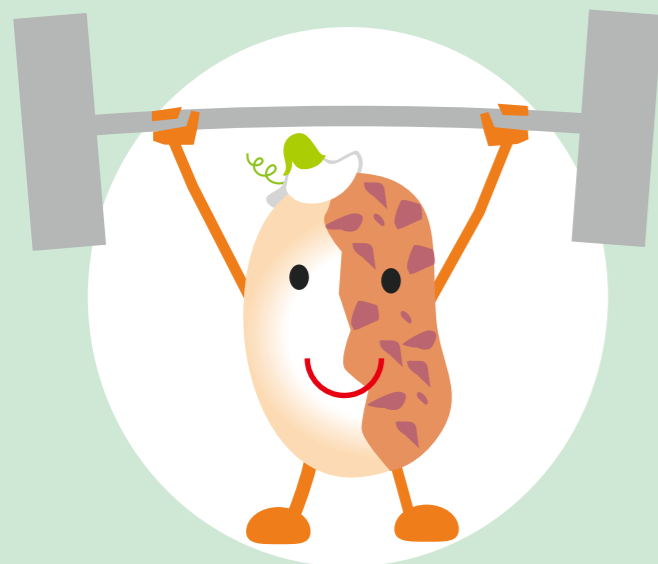


「やあ、みんな! ぼくたち げんきな まめエイト。
おいしい おまめの 8にん きょうだい。
ぼくらを たべれば しあわせ いっぱい!」

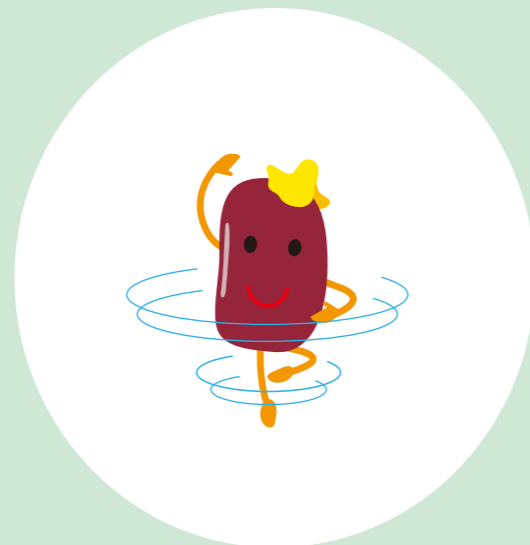
「まめエイト!？」
みんなは、めを まめのように まるくしました。



ぼくたち まめエイトを しょうかいするよ!



まめエイトの リーダー
とらまめの とらくん!



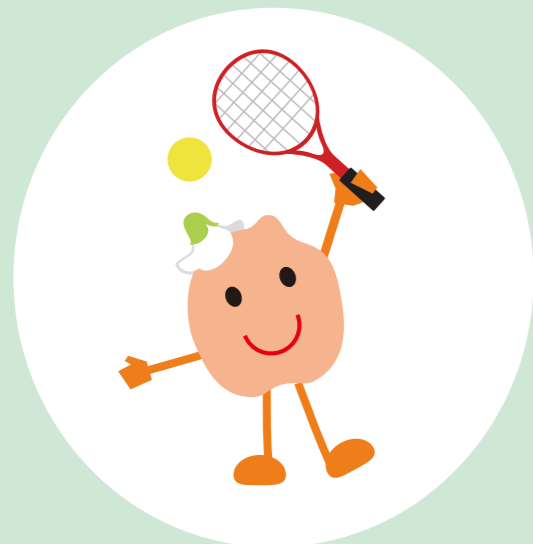
おどるのが だ~いすき♪
あずきの あずちゃん!



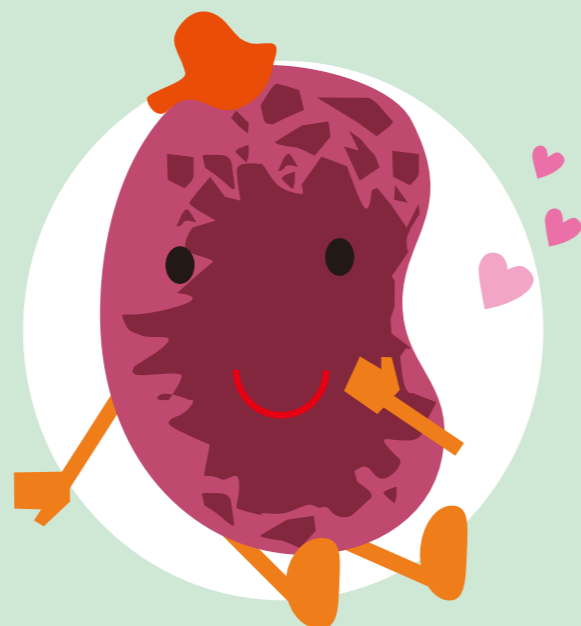
なきむしだけど とっても やさしい
えんどうまめの えんくん!



ゆめは おんがくか
きんときまめの きんさん!



げんきで パワフル
ひよこまめの ひよりん!



いつでも とびきり おしゃれ
むらさきはなまめの はなちゃん!



いちばんの ものしりはかせ
レンズまめの レンくん!



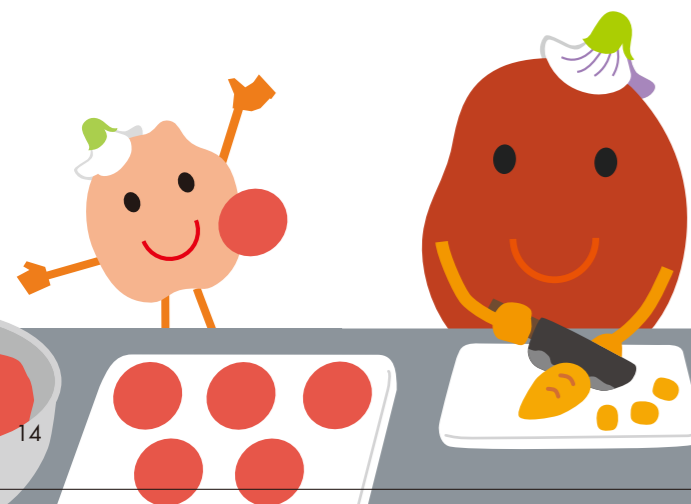
つくることも たべることも だいすき
そらまめの そららん!

「ぼくたちは みんなに おいしい おまめを たべてもらうために
となりの はたけから やってきたんだ！
いまから おまめパーティを ひらくよ！
まめエイトの みんな、じゅんびは いいかな？」
リーダーの とらくんが いいました。



とらくんは
まめや おやさいなどの
しょくざいを はこびます。
こどもたちも いっしょに
おてつだい。

レンくんは おまめを
あらって ゆでます。



ひよりんは おにくを
こねて まるめます。
そららんは おやさいを
トントントン

あずちゃんは
こどもたちと いっしょに
おへやを かざりつけ。



えんくんは
デザートづくり。



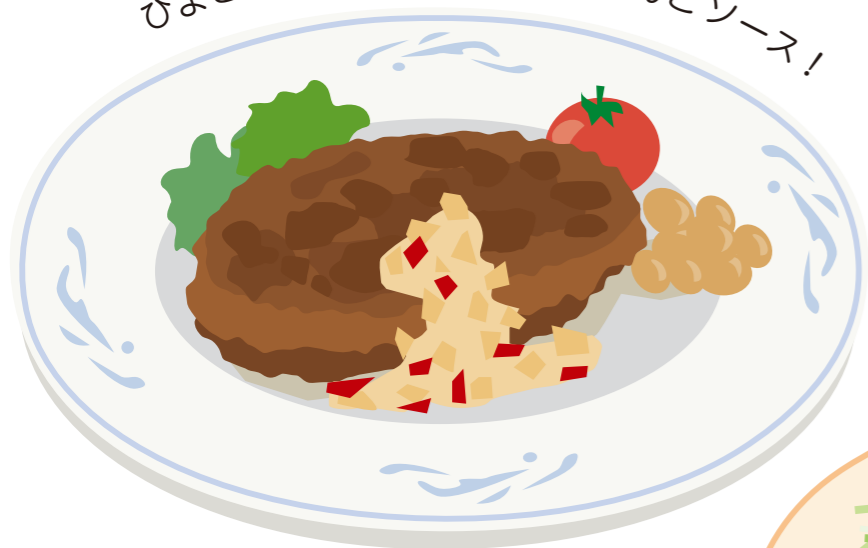
こむぎこと ミルクを
かわりばんこに いれて
せんせいが おあじみ・・・

おいしい！

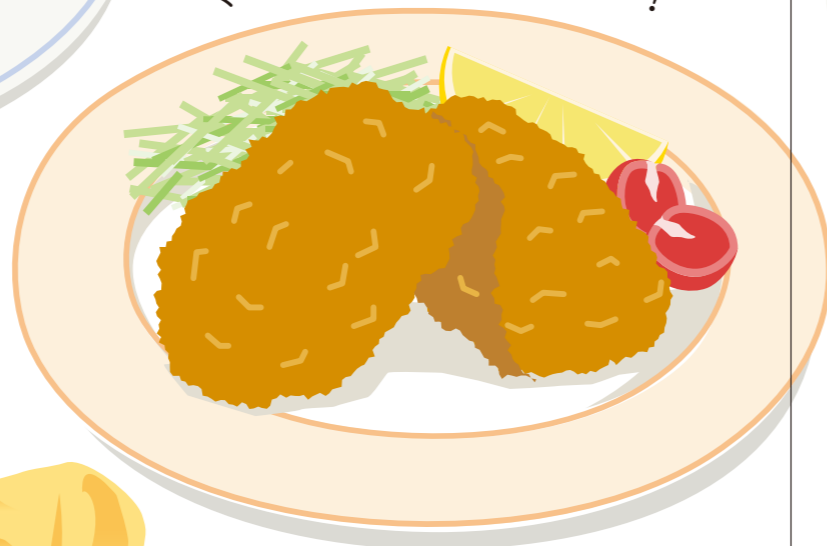


いろいろな 豆の おりょうりが つぎつぎと できあがりました。

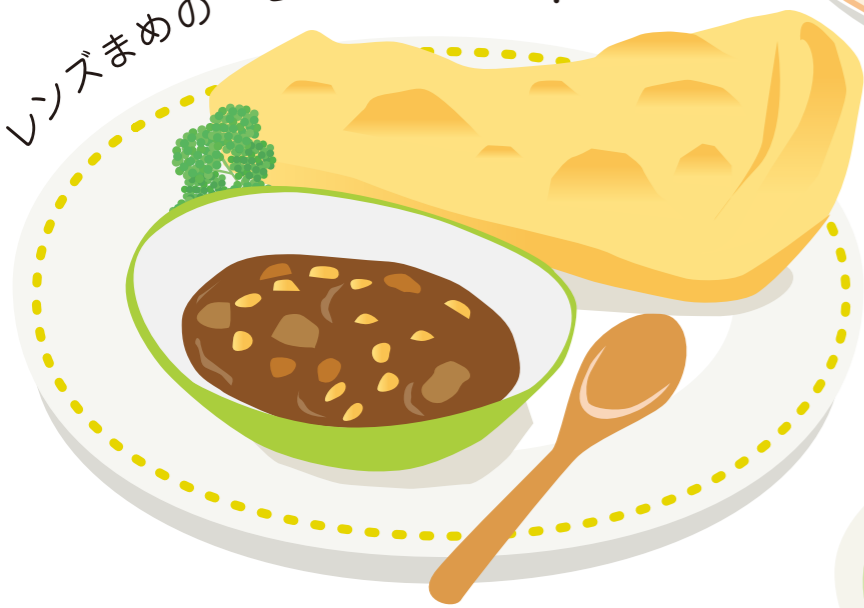
ひよこ豆の ハンバーグ りんごソース!



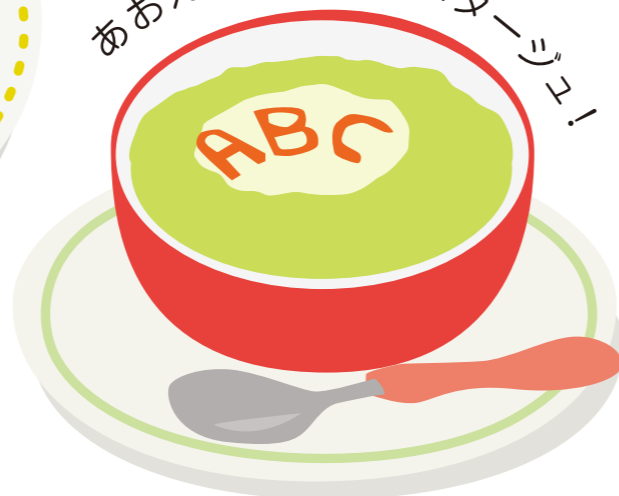
マッシュビーンコロッセ!



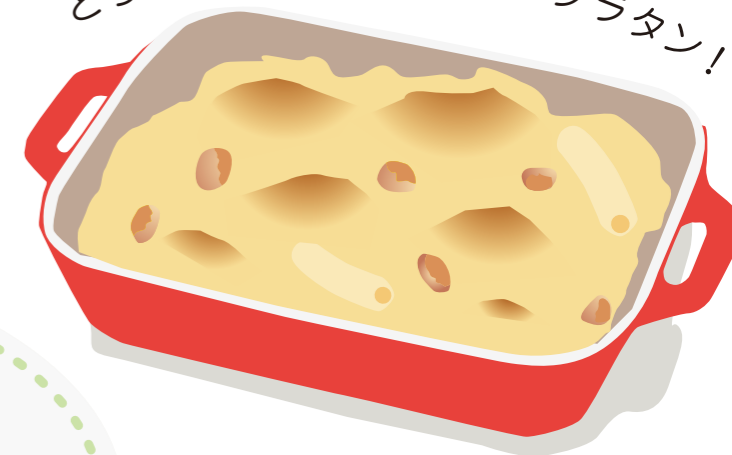
レンズ豆の ビーンズカレー!



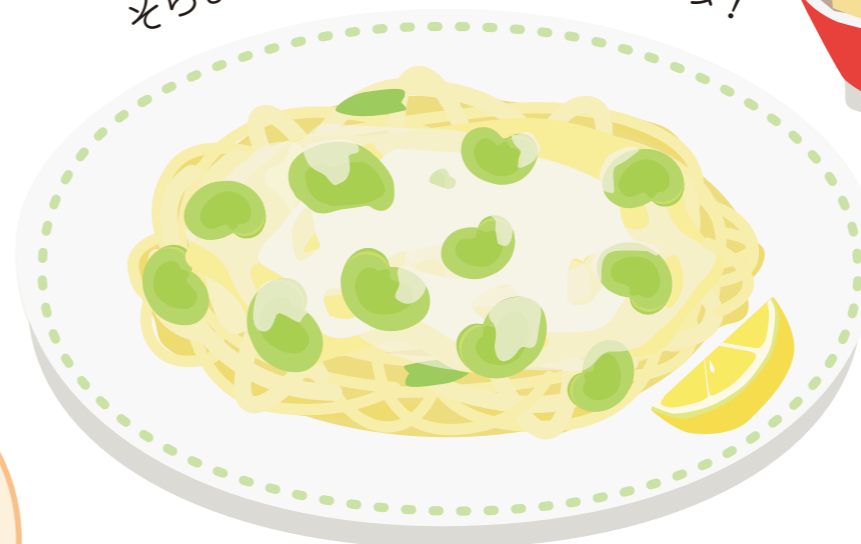
あおえんどうの ポタージュ!



とら豆と とりにくの グラタン!



そら豆の レモンクリームパスタ!



あずきの ホットケーキ!



むらさきはな豆の クリームシチュー!



「わあ、おいしそう!」



「いただきますーす！！」

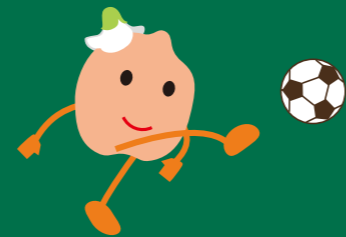
いいかおりと たのしい わらいごえが
おひさまえん いっぱいに ひろがりました。
いつのまにか おにわの リスや ことりたちまで
あつまって せいだいな おまめパーティに になりました。



「エッヘン
みんな、ちょっといいかな」

レンくんが まえに できて
いました。

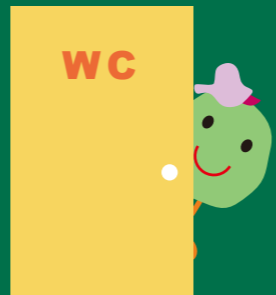
「ぼくたち まめエイトが
どうして みんなに まめを たべて
ほしかったのかを せつめいするよ。」



まめには ほねや はを つよくする
カルシウムや てつが いっぱい

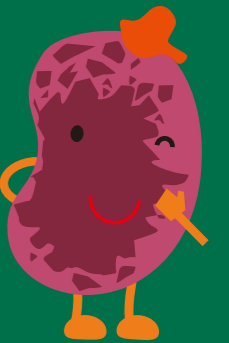


ちからを つくる タンパクしつや
ビタミン、たんすいかぶつも
たくさん ふくまれている



いい うんちを しっかり だすための
しょくもつせんいも いっぱい!

おはだや かみのけを ツヤツヤにする
えいようも たくさん はいっている



まめ は えいようまんてん

「つまり まめは おいしい だけじゃ ない。 とっても からだに いいんだ！」

「ぼくは まめを たくさん たべて
おおきく なったら つよい サッカーせんしゅに なるんだ」

「わたしも まめを たくさん たべて
キラキラした アイドルに なるの♪」



「みんなが まめを すきに なって くれて うれしいなあ！」
これからも まめを たくさん たべてね！」

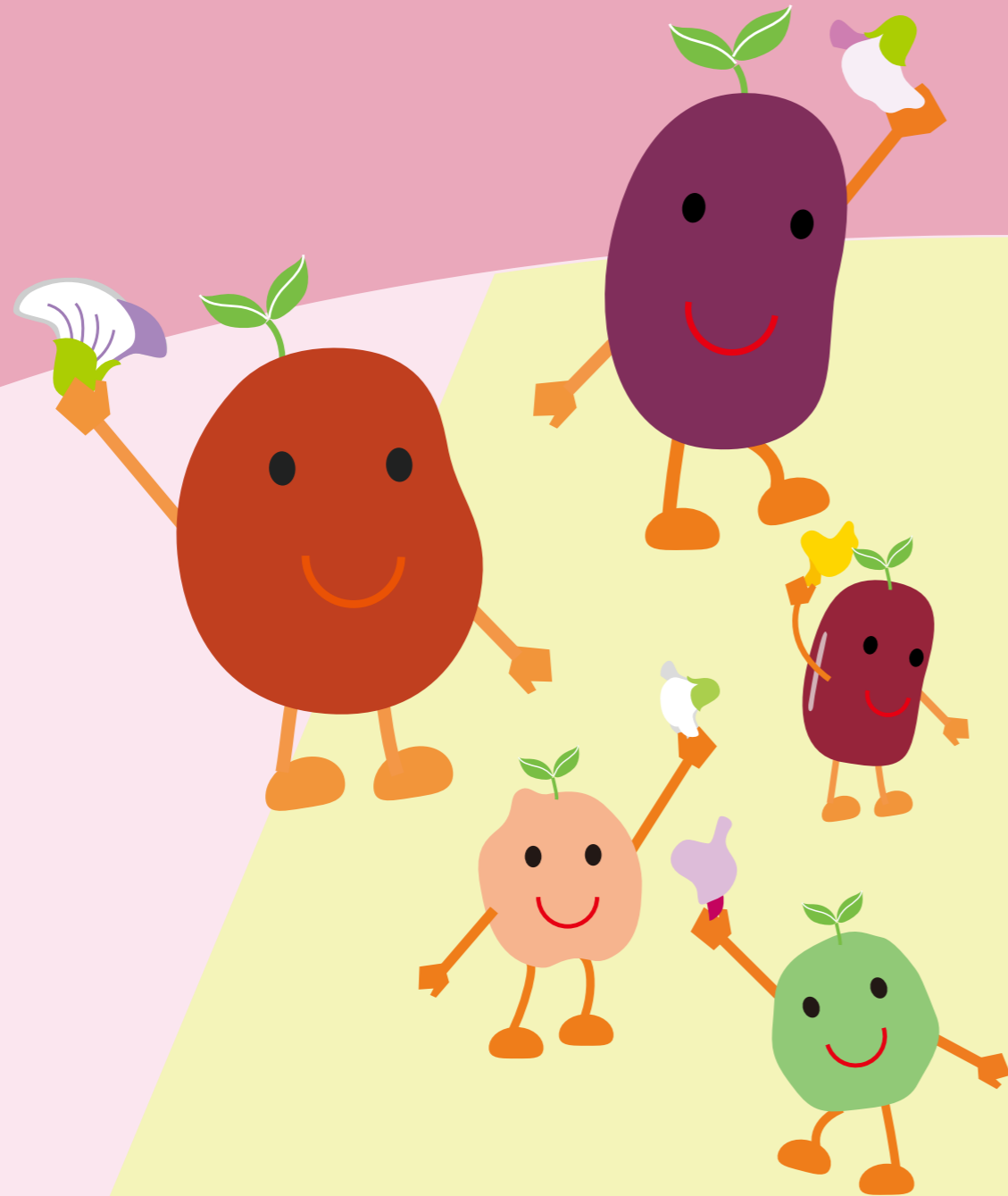
まめイトと こどもたちは てを とりあって よろこびました。



ぴよこん

あれれ・・・？
まめイトの
あたまから、あたらしい
めが でて きました。
「そろそろ ぼくたち、
はたけに かえらなくちゃ。」

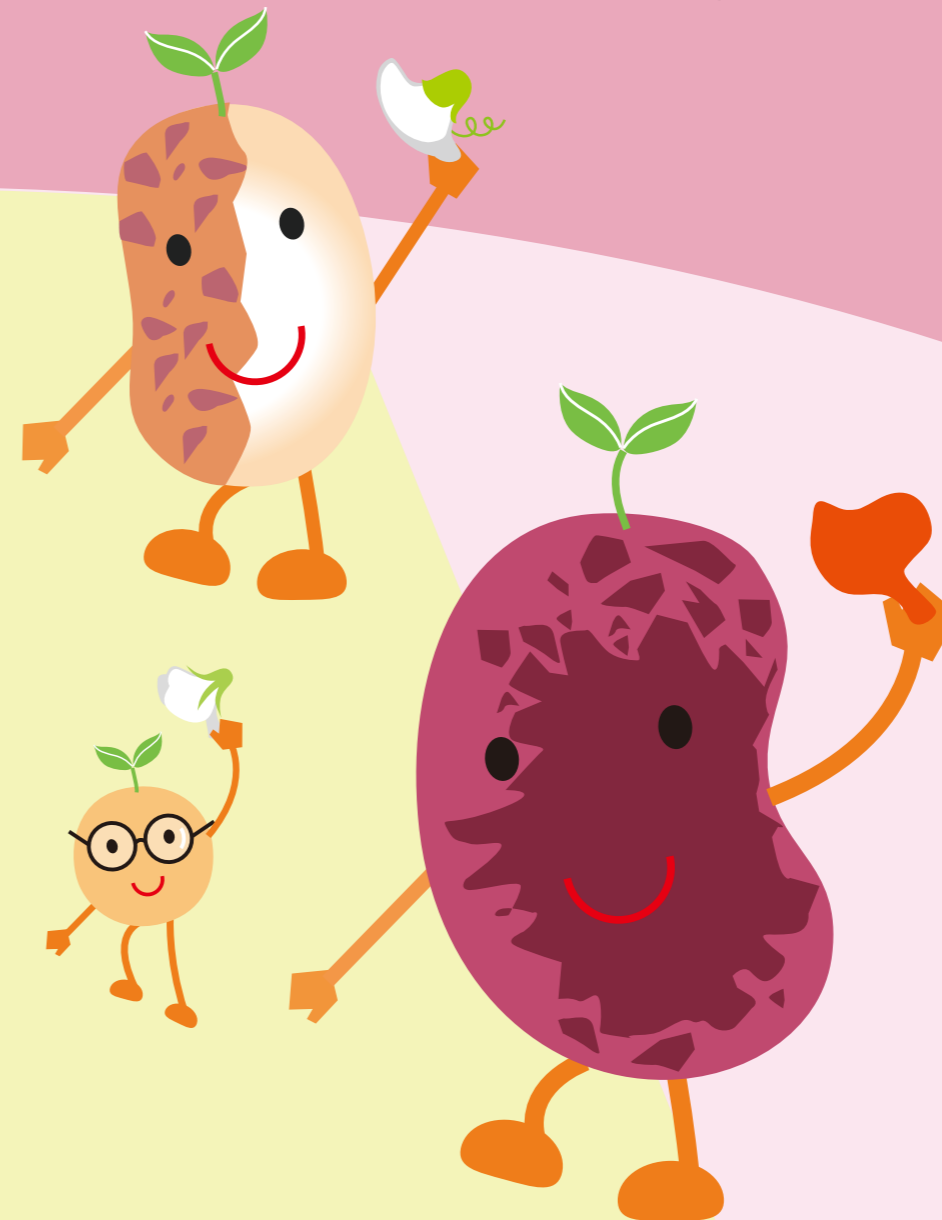
「まめエイト、きてくれて ありがとう!」
「また、あそびに きてね。」



みんなの ちかくの はたけにも、
もしかしたら まめエイトが いるかもしれません。

まめエイトが やってくる ところには、
かならず しあわせが おとずれます。

さて、つぎは どこに あらわれるのかな。



おうちのひとといっしょに
まめりょうり
つくってみよう!



まめりょうりのつくりかたは次の URL をごらんください。

豆類協会ホームページ <https://www.mame.or.jp>

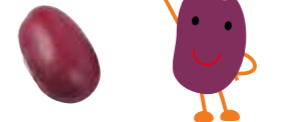
豆類協会レシピ動画 [mame.or.jp/tabid322.html](https://www.mame.or.jp/tabid322.html)

あずき



あずきのホットケーキ

きんときまめ
金時豆



マッシュピーンコロケ

むらさきはなまめ
紫花豆



むらさきはなまめの
クリームシチュー

とらまめ

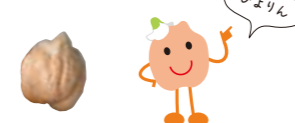
虎豆



とらまめと とりにくの
グラタン

まめ

ひよこ豆



ひよこまめのハンバーグ
りんごソース

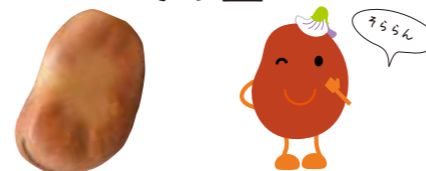
まめ

レンズ豆



レンズまめのビーンズカレー

まめ
そら豆



そらまめの
レモンクリームパスタ

あお

青えんどう



あおえんどうのポタージュ



発行／2019年2月28日 第1版第1刷発行

作／もぎ あきこ・いしやま さつき
編集／佐藤学(サード・プランニング)
料理イラスト／池田真弥

発行所／公益財団法人 日本豆類協会
〒107-0052 東京都港区赤坂 1-9-13(三会堂ビル4階)
Tel. 03-5570-0071

印刷／株式会社プリテックス
製本所／大村製本株式会社

〈先生・おうちの方へ〉

この絵本の安全には十分配慮していますが、扱いによっては本の紙で手を切ることがありますのでご注意ください。

本書を無断で複写複製(コピー)することは、著作権法上の例外を除き、禁じられています。

