

## 野菜

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

ハクサイ

キャベツ

大根

トマト

青トウガラシ

アスパラ

ヤーコン

原木シイタケ

ナメコ

ワラビ

## 果物

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

柿

イチジク

ブルーベリー

栗

マタタビ

アケビ