

ホームページでもしょうかいしているよ!

ちゅうでん壁新聞 で げんざく してね。

今までのテーマも見られるよ。



「電気こどもシリーズ ちゅうでん壁新聞」は、次代を担う子どもたちに、エネルギーや科学などに興味をもち、「学ぶ楽しさ」を知ってもらうことを目的に、1951年の会社創立以来発行している小学校壁新聞です。

発行 中部電力株式会社
〒461-8680 名古屋市東区東新町1番地
Tel:052-973-2132
担当:小橋

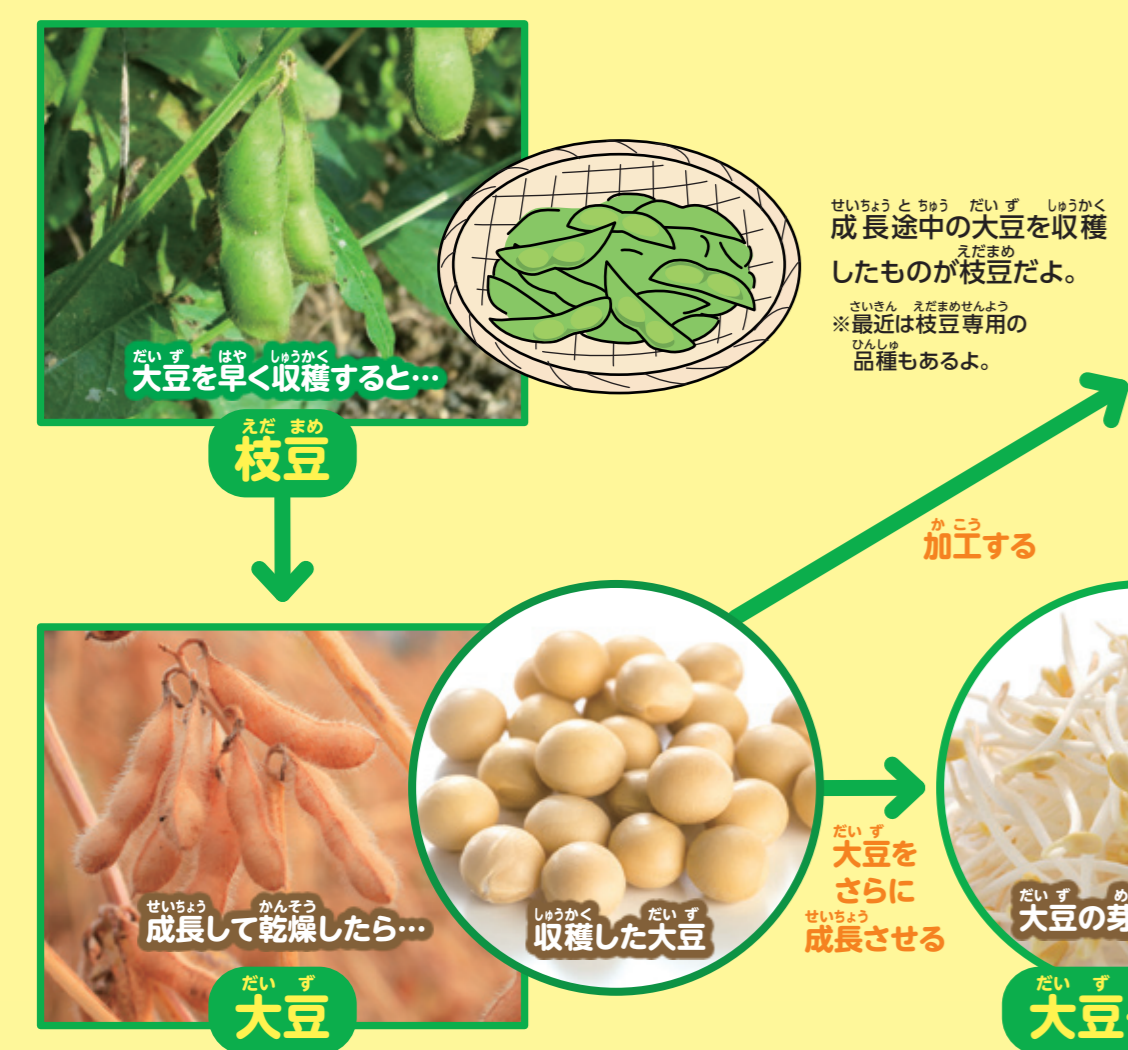


身のまわりで **大活躍!** 変身上手な大豆

大豆と聞いて、みんなは何を思いうかべるかな?
大豆は古くから日本で栽培されている歴史ある食べ物で、いろいろな形で食べられたり、使われたりしているよ。

①大豆からできている食べ物

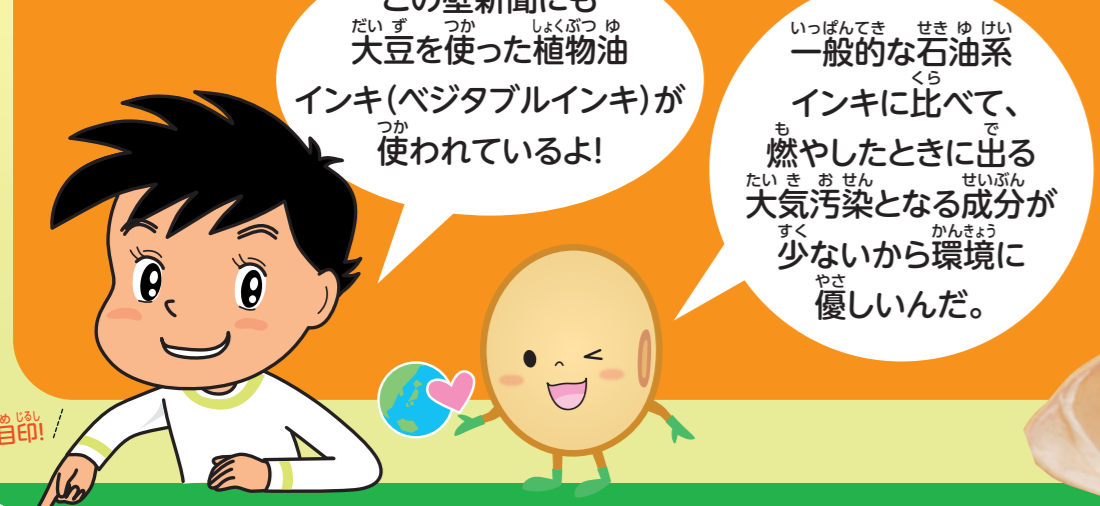
大豆はさまざまな食品や調味料に加工されることが多く、毎日の食事にいろいろな形で登場しているよ。大豆は生で食べられないから、蒸したり、揚げたり、発酵させたり、あらゆる工夫をしておいしく食べられているんだ。



大豆はこのように姿も変えているよ!

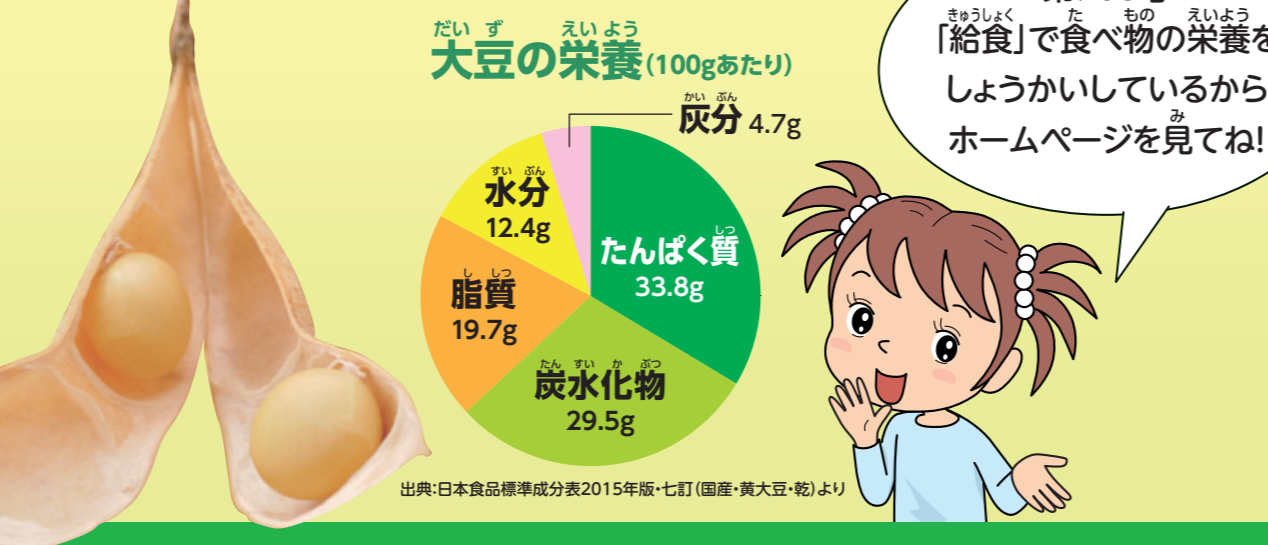
コラム 大豆を使った日用品がある!?

大豆は食べるだけでなく、クレヨンやキャンドル、洗剤、植物油インキ(インク)などの日用品にも使われているよ。例えば植物油インキは、大豆やココナッツなどの植物からとった油を原料に作られるよ。



②どんな栄養が入っているの?

大豆はマメ科という植物で、私たちが食べているのは大豆の種の部分なんだよ。大豆にはたんぱく質や脂質、炭水化物、ビタミンなどいろいろな栄養がふくまれているよ。



大豆ならではの体にいい成分

- 大豆イソフラボン**: 肌や髪をきれいに保ったり、骨を丈夫にしたりするよ。
- 大豆サポニン**: がん予防やコレステロールを下げる働きがあるよ。
- 大豆オリゴ糖**: 腸内菌の働きを高めて、おなかの調子を整えるよ。
- 大豆レシチン**: 体を動かしたり、ものを考えたりする力をサポートするよ。

③大豆がお肉や魚に変身する!?

大豆を使って、お肉の味や食感に近づけた食材を「大豆ミート」や「ソイミート」というよ。これから世界の人口がどんどん増えると、牛肉や豚肉、とり肉などの食料が足りなくなるかもしれないし、たくさんの牛や豚などを育てるためには、大量のエサが必要になって、環境をこわしてしまう心配もあるよ。そこで、お肉のかわりとなる大豆ミートが注目されているんだ。



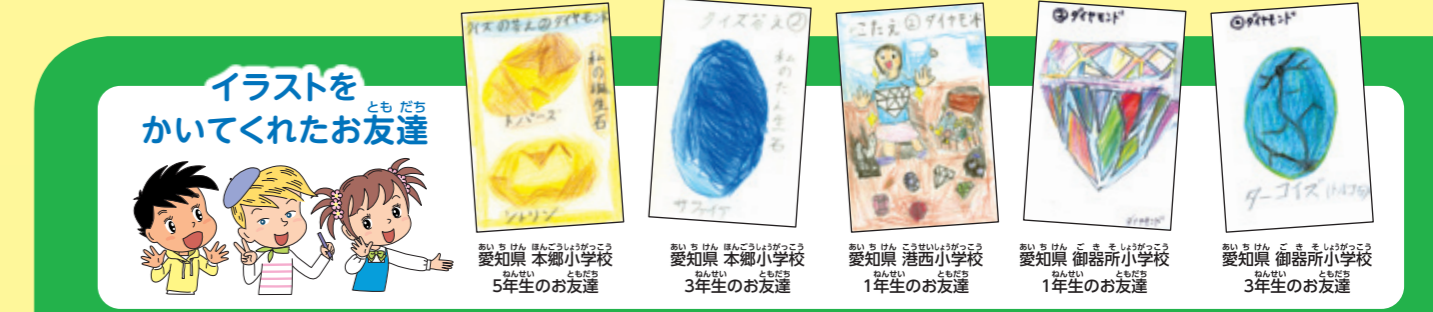
食べられるのに、たくさんの食べ物が捨てられてしまっているよ。(これを食品ロスという)

大豆ミートはお肉よりも消費期限が長く、保存がしやすいから、食品ロスを減らすことにつながるよ。

最近、白身魚やエビにそっくりの大豆を使った「シーフード」もあるよ。

ESDジェイズ SDGsの目標の達成にもつながるよ。

大豆は健康にもいいし、地球の未来のためにもとても大切な食材だね。大豆をはじめ、いろいろな食べ物をバランスよく食べて元気に過ごそう。



どっちが? 正解クイズ

クイズに答えてプレゼントを当てよう!

はがきの応募方法
次のおて先に、①～⑥を記入して送ってね。
※1の学校名は「〇〇市(町村)立〇〇小学校」と必ず書いてね。(例)名古屋市立中電小学校

6月 ¥461-8680 中部電力 ちゅうでん壁新聞編集部

ホームページからも応募できるよ。
http://www.chuden.co.jp/kids/denkipaper/

ちゅうでん壁新聞 クイズ で げんざく してね。

クイズに正しく答えた人の中から抽選で30名と、イラストをかいてくれた人で本紙やホームページの「みんなのおたよりコーナー」でしようかいされた人には、「図書カード」をプレゼントするよ。
しめ切り:2023年12月10日 図書カードは2023年12月28日までに校長先生あてに送ります。