

ルールをまもって ぶんべつしよう!

こんかいは たべたり、のんだりした あとにでる ようきの すてかたについて まなぼう。みのまわりにある いろいろなものに ぶんべつにやくだつマークが ついているのを しってるかな?

 ペットボトル PET	 アルミ缶 かん	 スチール缶 かん
 プラスチック製 容器包装 せい	 紙容器包装 いんりょうようきようさ ようきようさ	 紙製容器包装 かみせいようきようさ ようきようさ

このマークは しげんを しゆるいごとに ぶんべつしゅうしゅうする めじるしとして つけられたんだよ。いくつ みつけられるか さがしてみよう!

かんきょうに やさしくらして どんなことだろう?

たべたり、のんだりしたあとは、ルールをまもって きちんとぶんべつするなど、みんながすこすくくふうをして「かんきょうにやさしくらし」にとりくむことが ひつようだよ。そうすれば きちようなしげん として なんかいも たいせつに つかうことが できるんだ。

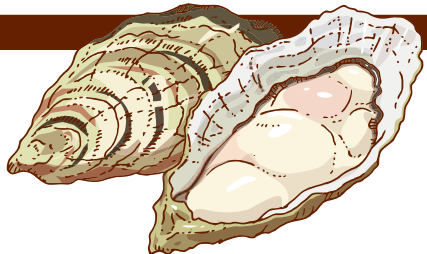
<参考文献>環境省「3R まなびあいブック」



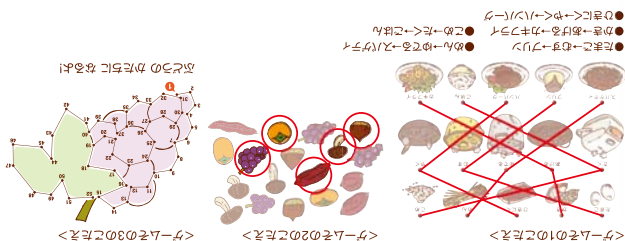
カキのおはなし

海のミルク

あき〜ふゆにかけて、いちばんおいしい「カキ」。からだのせいかように かかせない「銅」や「鉄」、「亜鉛」、「マンガン」、「カルシウム」などのミネラル、ビタミンを おおくふくんでおり、「海のミルク」ともいわれているんだ。
カキのからを ふんまつにした「牡蠣(ぼれい)」っていう くすりもあるんだって。からつきのカキは、かたく くちをとしているもの。むき身は、身にまるみがあり、みどりのヒダが くるく あざやかなものをえらぶと しんせんだよ。レモンやたまねぎ といっしょにたべると、カキにふくまれる「鉄」の 吸収率をあげてくれるよ。なまて たべたり フライ・おなべのぐざいとして、これからのきせつ たのしんでみてね!



<参考文献> からだによく効く食べもの大事典 三浦理代 監修 池田書店



新しい今日がある

14-09

セブン&アイ Food Systems

協力:株式会社ノース・スターズ・ビクチャーズ
NTTレゾナント株式会社

親と子をつなぐ
コミュニケーションマガジン

セブン銀行協賛の「森の戦士 ボノロン」は、偶数月の15日に数量限定で以下のお店で無料配布しています。

- デニーズ
- セブン-イレブン
- ファミリー
- セブン銀行出張所
- ヨークベニマル

「たべものボノロン」バックナンバー公開中!

キッズ goo

ホームページ ▶ <http://kids.goo.ne.jp/bonolon/>



ゲームその1

しょくよくのあき! おりょうりなにができるかな?

もんだい おいしいたべものがたくさん! あきがやってきたよ。きょうは いろいろな おりょうりに ちょうせんしてみよう! 「れい」のように、①ざいりょう→②ちょうりほうほう→③できあがり のたのしいくみあわせを かんがえて、せんで むすんでみよう!

れい

① たまご
② やく
③ たまごやき

1 ざいりょうはなに?

たまご かき ひきにく めん こめ

2 ちょうりほうほうはなに?

たく あげる ゆでる むす やく

3 できあがり はなに?

スパゲティ プリン ハンバーグ ごはん カキフライ

ゲームその2

あきの たべものさがし

もんだい このなかに、にているけど「かたち」が ちがうたべものがたくさん! こたえと おなじ「かたち」のたべものが さがせるかな?

こたえ

しいたけ くり ぶどう さつまいも かき

ゲームその3

たべものすうじむすび

もんだい ひだりのえには あるたべものが かくれているんだけど、どんな たべものが かくれているかわかるかな? 「てん」を1~52まで すうじの じゅんに むすんで いくと こたえがわかるよ!

※こたえは うらに かいてあるよ。