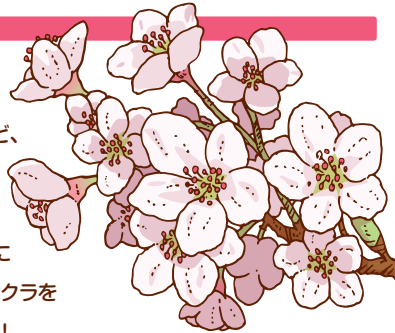


サクラのおはなし

春といえばきれいなピンクいろの サクラ。サクラが たべられるって
 してる? 「ソメイヨシノ」や「カスミザクラ」が ゆめいなるサクラだけど、
 なかでも「八重桜」のひとつの「関山」は しょうよう としても さいばい
 されているんだ! 「関山」の はなびらから とれたエキスは、「美肌」や
 「美白効果」、「老化の原因となる糖化を防ぐ効果」、「動脈硬化の予防」に
 よいとされているんだ。桜湯や 和菓子、桜ごはん、お吸い物などで サクラを
 たべるしゅうかんがあるから、これからの きせつに ぜひたべてみてね!



<参考文献> 株式会社わかさ生活「わかさの秘密」

美肌や老化防止にいいえいようそをまなぼう!

コラーゲン

美肌効果のほかに、ほねをじょうぶに
 する効果もあるんだ! ねんれいとともに
 げんしょうしていくけど、サプリメント
 でも 摂取できるよ。



とんそく・
 とりかわ
 などに
 ふくまれているよ!

たんぱく質

「糖質」・「脂質」とならぶ 三大要素の
 1つ。にんげんの からだの基礎をつくる
 せいふんだよ。



にくるい・
 たまご・
 きゅうにゅう
 などに
 ふくまれているよ!

「しょくじのマナー」☆ひとくちメモ

「いただきます」という ことばには、
 2つのいみがあると いわれているよ!

①ひとへの かんしゃ
 しょくじをつくられたひと・ やさいを
 つくられたひと・ さかなをとってくれた
 ひとへ きもちをこめて。

②しょくざいへの かんしゃ
 「やさい・ どうぶつ・ さかなの いのちを
 わたしのいのちに させていただきます」
 という きもちをこめて。



新しい今日がある

セブン&アイ Food Systems

協力:株式会社ノース・スターズ・ピクチャーズ
 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
- ファミール
- 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!

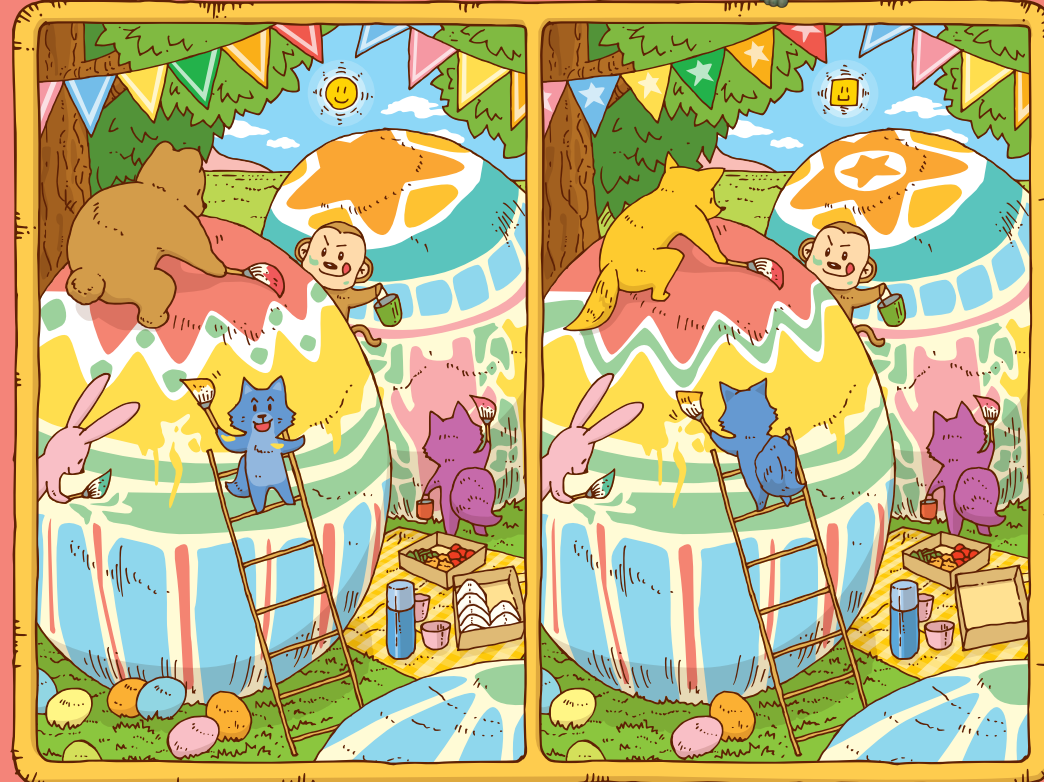
キッズ goo

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



ゲームその1 イースターエッグまがいさがし

ひだりのえと みぎのえで ちがうところを さがそう！
こたえは ぜんぶで 8かしょ だよ。ぜんぶ みつけられるかな？



いろんなもようの
たまごがあって
たのしそうだロン！



ゲームその2 たべもの しりとり

スタート！



もんだい

たべものの なまえで しりとりを
しよう！「？」にはいる たべものが
わかるかな？ こたえの なかから
えらんでね。



こたえ



なめこ



スイカ



はくさい



とんかつ



ぶどう



ツナ



なす



スイートポテト

ゲームその3 たべもの なにが

できるかな？



①ぎゅうにゅう



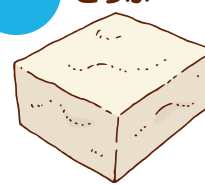
②しろみざかな



③だいた

こたえ

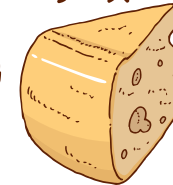
とうふ



かまぼこ



チーズ



もんだい

みんながよくたべる
「とうふ」「かまぼこ」「チーズ」は、
なにからできているか
知っているかな？
①②③とこたえを
せんで むすんでね！

※こたえは うちに かいてあるよ。