

「食べものナビゲーター」はパルシステム東京のホームページでも公開

いつも食べている食べものの原材料は、どこで作られたものかな？  
日本産？それとも外国産？調べてみよう！



## 食べものの原材料は日本産？外国産？

いま、日本の食べものには、外国産の原材料が多く使われてるんじゃないか？

知らなかったよ！

いつも食べるものも外国産が多いのだから

日本の食べものはおいしいなあ。とまらないや

ケンちゃん 食べ過ぎよ...

3 1

4 2

おっと！いま食べてるものは、外国産かもしれないぞ！

えっ！ そうなの??

みんなのおうちに  
ある食べものも  
日本産か外国産か  
調べられるよ

よしっ！  
調べてみよう！

食べものの産地を調べたいんだけど、どうやって調べたらいいの？



ウインナーやお菓子などの加工品には、パッケージの裏に原材料が書いてあるから、確かめてごらん。



## 生産地の見方は？ ウインナーを例に見てみよう！

パルシステムのウインナーの場合

スーパーなどのウインナーの場合

裏面の原材料を見てみると...

原材料名：豚肉(国産)...

原材料名：豚肉(アメリカ産)...

(一例です)

これが原材料の産地！  
「国産(=日本産)」  
であることがわかるね

「外国産」  
であることがわかるね

「国内製造\*」という表示もあるぞ。この表示は、日本で加工しているけれど、どこの国の原材料をつかっているかはわからないんじゃない。



みんなのおうちにある食べものを調べてみよう！

調査シート  
はこちら



【保護者の皆さんへ】

\*「国内製造」表示の詳細については、左記の二次元コードからご覧ください(食べものナビゲーター vol.137)。



## おうちでの調査ではどうだったかな？

外国産のもの、  
こんなにあったよ！

日本の食べものには  
どれくらい日本産の原料が  
使われているのかしら？

日本産がどれくらいあるかは「食料自給率」でわかるんじゃないか？



## 「食料自給率」ってなあに？

学ぼう  
ポイント



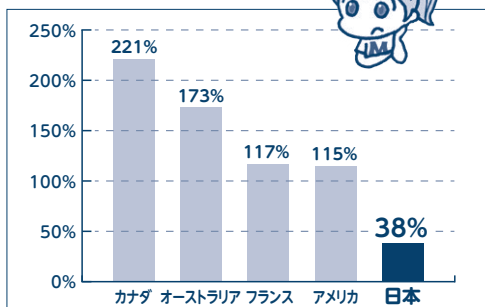
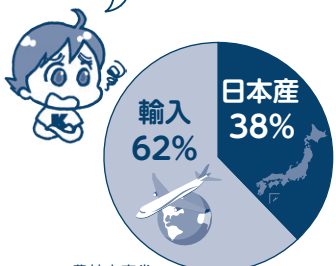
国ごとに食べている食料のうち、どのくらいがその国内で生産されているかという割合のことを「食料自給率」といいます。

食料自給率 100% ⇒ すべてが日本産  
食料自給率 0% ⇒ すべてが外国産 ということ。

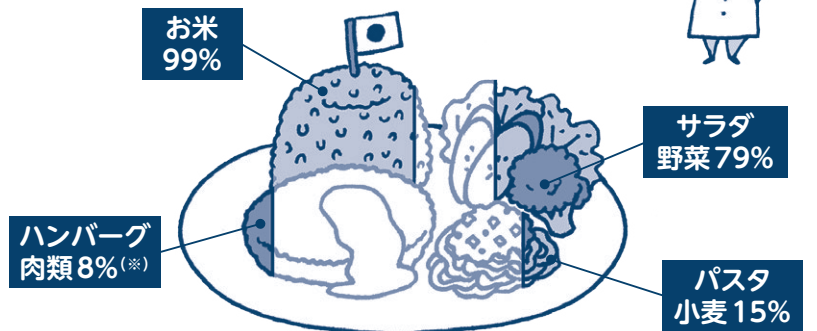
## 日本の食料自給率

日本の自給率って  
38%しかないのか

世界と比べても、  
ずいぶん低いのね



## 日本の食料自給率を、お子さまランチにあてはめるとどうなるかな？



輸入が止まったら、ハンバーグもパスタもこんなに少しか食べられなくなっちゃうってこと?!

そんなのいやだよ~



外国産のものに頼りすぎると、その国で争いが起きたり、天候不順などで作物が育たなくなったりした時、輸入が止まって日本は食料不足になってしまうかもしれないんじゃない。そうならないために、日本産の食べものを選んで食べて「食料自給率」をあげることが大切じゃ。



日本産のものを選んで食べよう！

【保護者の皆さんへ】

\*肉類のカロリーベースの自給率は53%ですが、飼料(エサ)の多くを輸入に頼っているため、飼料まで含めると自給率は8%まで下がります。パルシステムでは、「飼料米」を導入するなど、自給率の向上に力を入れています。

# 食ナビ Kids 実験教室

クッキング編



発行 / 2024年7月22日

今月のテーマ

## ゼリーが固まらない 果物はどれだ?

果物が入ったゼリーって  
おいしいよね。でも、  
入れるとゼリーが固まらない  
果物もあるよ。調べてみよう!

## ゼリーが固まらない 果物があるのはなぜ?



### ゼラチン

動物の骨や皮に含まれるコラーゲンからつくられます

コラーゲンはお肉と同じように、たんぱく質でできているんじゃないか?

たんぱく質? それがなぜキウイに関係するの?



### 用意するもの

ほかにも好きな果物を、つかってもいいよ

ゼリーのつくり方は、つかうゼラチンの説明書にあわせてね



お湯は80℃くらい

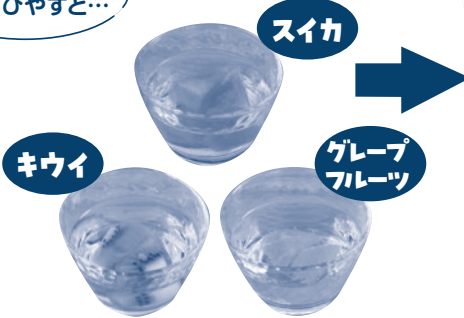


## ゼリーをつくらう!

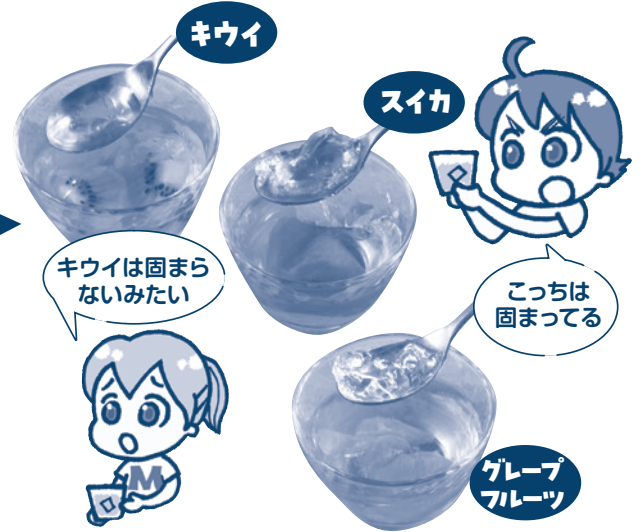
- 1 粉ゼラチン5gをボウルに入れ、水大さじ1をいれて4分ほどおいてふやかす。
- 2 1にお湯1カップを入れてよくまぜ、さとう大さじ2を入れて、とけるまでまぜる。
- 3 ボウルの底に氷水をあてて、さます。
- 4 3のゼラチン液をカップにわけ、果物を入れる。



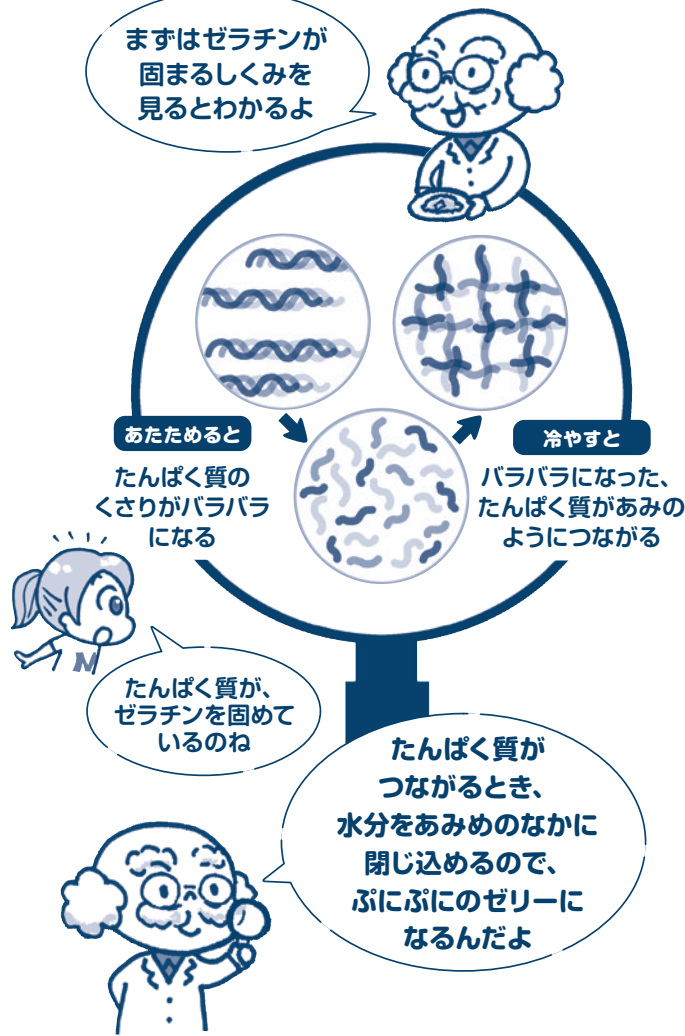
冷蔵庫で1時間ひやすと...



\*果物は1種類ずつ入れる



まずはゼラチンが固まるしくみを見るとわかるよ



ゼラチンが固まるしくみはわかったけどなぜキウイが入ると固まらないの?

キウイにはたんぱく質をとく、はたらきがある酵素が入っているから、ゼリーが固まらないんじゃないか!



ほかにも固まらない果物があるかな?



いろいろ調べて、自由研究にしよう!

### 自由研究にるときは

- 実験をした理由
- 実験の方法
- 結果(どれが固まり、どれが固まらなかったのかなど)
- わかったことなどをまとめよう!

学習シートはこちらから→



## 自由研究のテーマにも! 食ナビKIDSの感想をお送りください。

### 今月の「食べものナビゲーター」は、いかがでしたか?

夏休み中の子どもたちが楽しめるよう、わかりやすい内容にしています。ご感想をぜひ、送ってください。送られた方にはかわいいごせんくんグッズを、抽選で100名様にプレゼント!(プレゼントは9月中旬ごろパルシステムの商品と一緒にお届け予定です。当選はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。)

しめきり: 8月31日(土)

ご感想はこちらから

