

# 隙間時間にどうぞ! 食べ物クイズ



今回は、食べ物クイズをご用意しました。名前の由来や、実がなるための花、野菜の選び方、栄養素クイズなど様々です。お薬を待っている時間や、ちょっとした隙間時間に、ぜひご覧ください。

## C1 私はだあれ?



- 私は「海のミルク」と言われるほど、カルシウムなどのミネラルたっぷり。新鮮なものは生で食べるが美味しいけど、傷みやすいので、殻ごと焼いたり、フライにしたり、お鍋に入れても美味しいわよ。



私は低脂肪だけどたんぱく質はしっかり摂れるわよ。「タウリン」という成分が多くて、疲れをとったり、コレステロールを下げる働きがあるんだ。お刺身、天ぷら、シーフードパスタなど、たくさんの料理に使われるよ。そして足は10本もあるのよ。



私は太平洋で泳いでいることが多いわ。春に暖流に乗って宮城県沖まで北上して、えさをたくさん食べて、太った夏頃、南の方へ帰るの。泳ぐのは得意で、時速60km出でわよ。私の身の表面を焼いて葉味たっぷりで食べる「タタキ」が大人気みたい。

## C2 名前の由来 正しいのはどれ?



- ①庵治(あじ)という地域の海で初めて取れたから  
②味(あじ)が美味しいから  
③アジアを代表する魚だから



- ①発芽させた芽のことだから(萌やし)  
②ヤシの木に生えていたから  
③草を燃やした後の形に似ていたから



- ①グレープ(ぶどう)の仲間だから  
②1つの枝に、ぶどうの房のように実をつけるから  
③ブドウ糖が多く含まれるから

## C3 これは何の花?!

(この中から選んで下さい) ねぎ・きゅうり・じゃがいも・ごぼう・なす



一つの株に雌花と雄花があり、雌花には、根元に小さい膨らみがある。開花して7日程で、20cm位の長さの実に育つ。



花の中心に黄色い雌しべがあるのが特徴。花が下に向いて咲く。「花が咲けば必ず実をつける」といわれるほど実がつきやすい。



花茎を伸ばした頂部に、6つの花弁を持つ小さな花が集まり、球状に咲く。この姿から坊主頭を連想して〇〇(答え)坊主とも言われる。



薄紫やピンク、白など、品種により色が違い、かわいらしい花を咲かせる。マリー・アントワネットが愛した花と言われている。

## C4 食材の選び方、どれが正解?

### よいれんこんの選び方は?

- ①穴が小さいものを選ぶ  
②穴が大きいものを選ぶ  
③穴の大きさが同じものを選ぶ



### おいしいレタスの選び方は?

- ①淡い緑色のものを選ぶ  
②濃い緑色のものを選ぶ  
③黄色の強い緑色のものを選ぶ



## C5 これらの収穫量が多いのは、どこの県?



果物情報サイト「果物ナビ」都道府県ランキングより(全国の収穫量ランキングで各県上位の果物)

- 1 ぶどう  
もも  
すもも  
かりん



- 2 日本なし  
すいか  
びわ



- 3 すいか  
温州みかん  
テコボン



- 4 西洋なし  
さくらんぼ  
あけび

