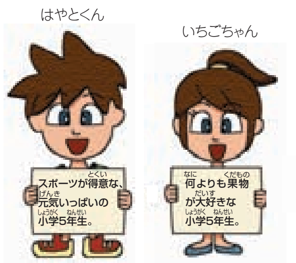
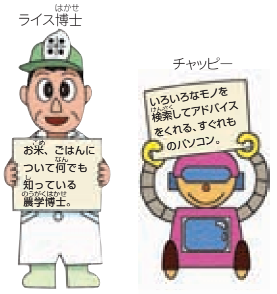
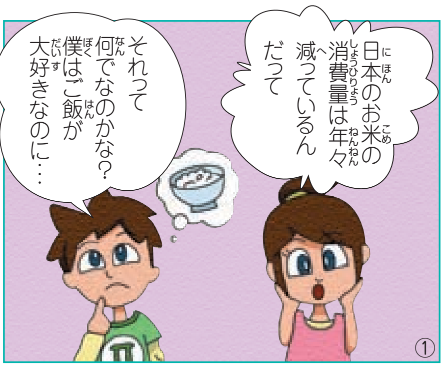

はやとくん
スポーツが得意な、元気いっぱいの小学5年生。
いちごちゃん
何よりも果物が大好きな小学5年生。

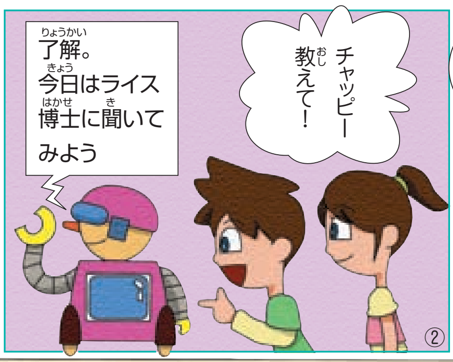
はやと・いちごの突撃取材

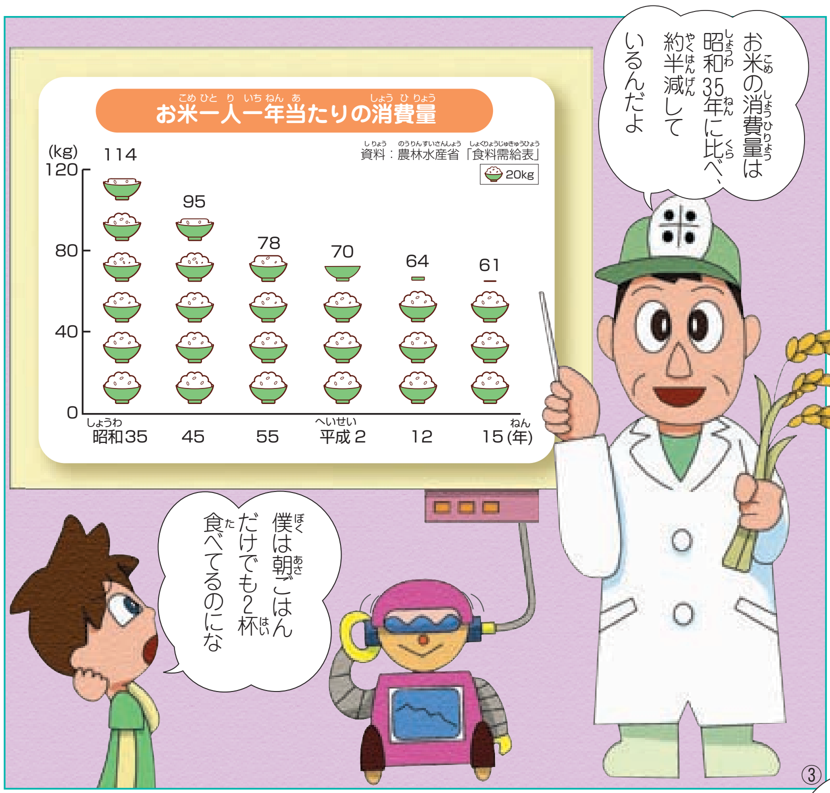
取材ノート ②

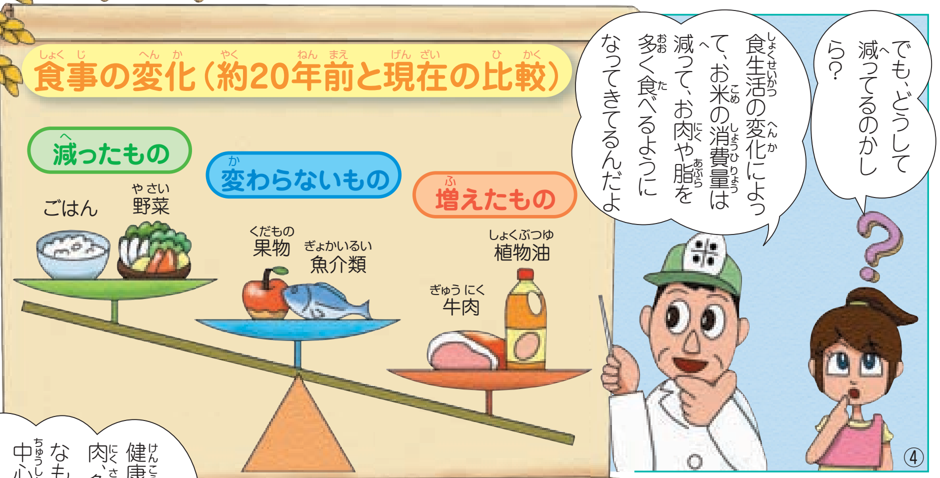
～お米の魅力ってなんだろう？～

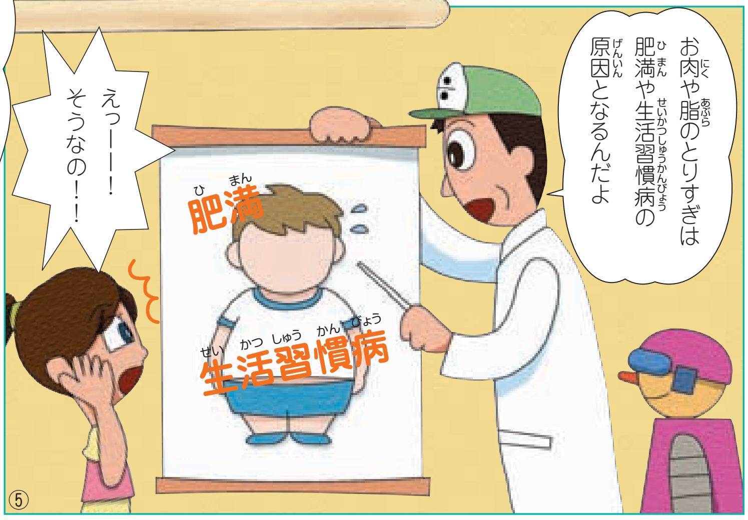

ライス博士
お米、ごはんについて何でも知っている農学博士。
チャッピー
いろいろなモノを検索してアドバイスをくれる、すぐれものパソコン。

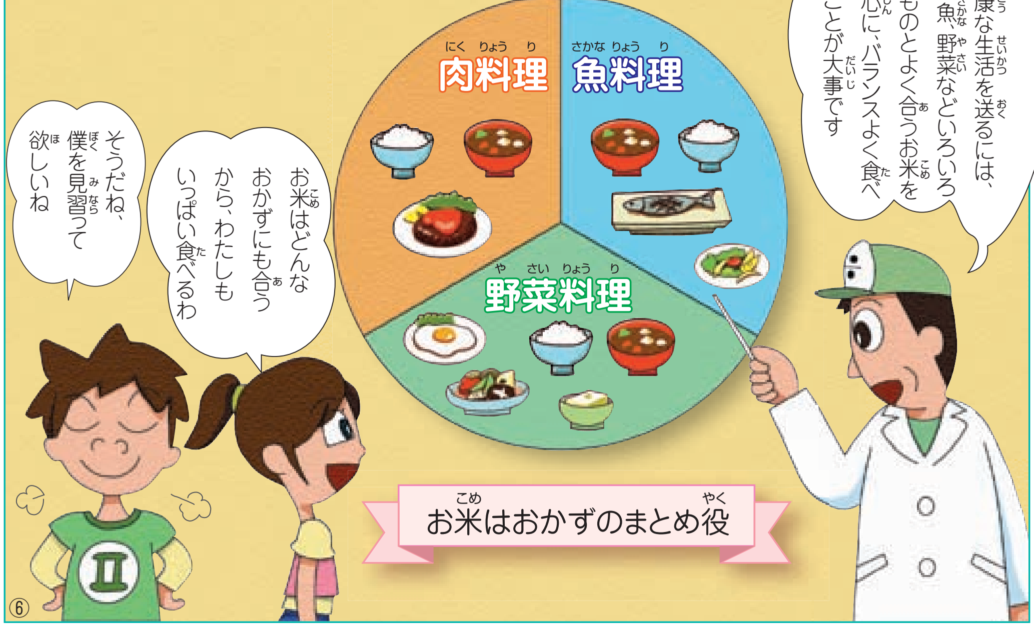

日本のお米の消費量は年々減っているんだって
それって何でなのかな？僕はご飯が大好きなのに…
①

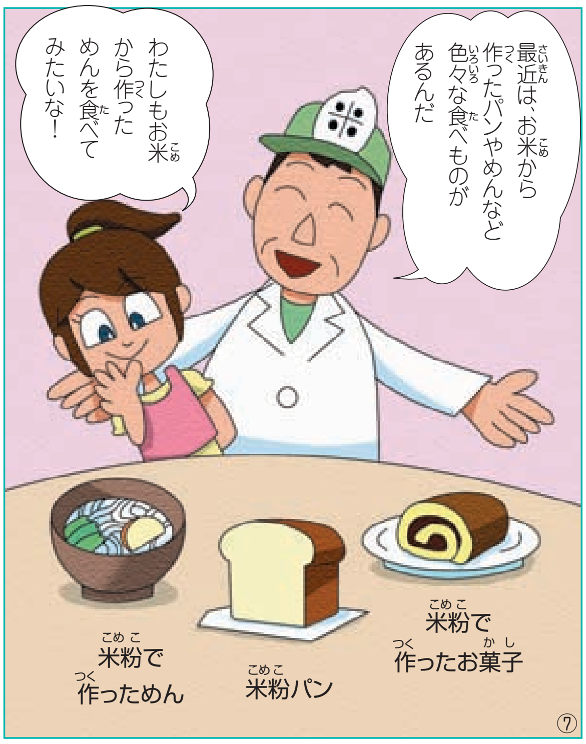

チャッピー教えて！
了解。今日はライス博士に聞いてみよう
②




でも、どうして減ってるのかしら？
食生活の変化によって、お米の消費量は減って、お肉や脂を多く食べるようになってきてるんだよ
食事の変化（約20年前と現在の比較）
減ったもの
ごはん
野菜
変わらないもの
果物
魚介類
増えたもの
植物油
牛肉
④


お肉や脂のとりすぎは肥満や生活習慣病の原因となるんだよ
えっー！！そうなの！！
肥満
生活習慣病
⑤

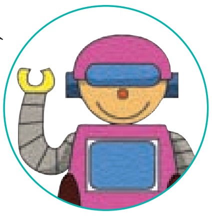

健康な生活を送るには、肉、魚、野菜などいろいろなものとよく合うお米を中心に、バランスよく食べることが大事です
肉料理
魚料理
野菜料理
お米はおかずのまとめ役
お米はどんなおかずにも合うから、わたしもいっぱい食べるわ
そうだね、僕を見習って欲しいね
⑥

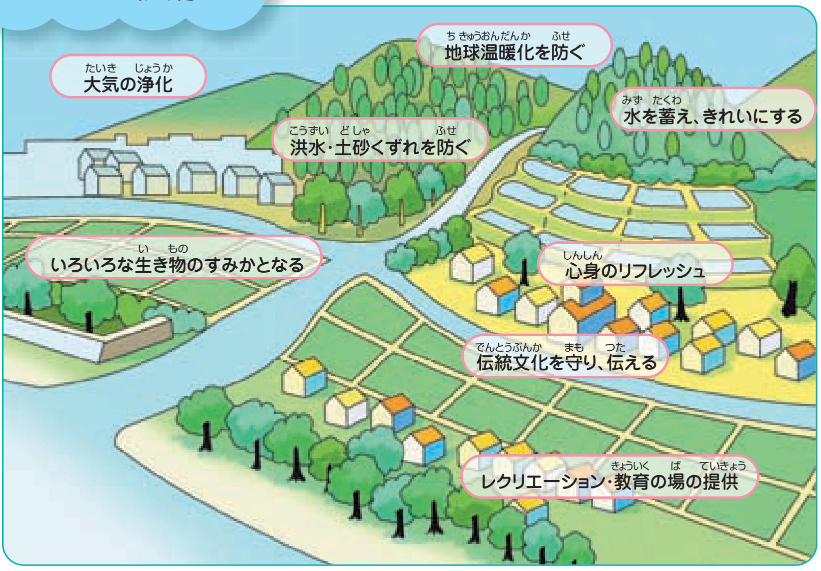

最近は、お米から作ったパンやめんなど色々な食べものがあるんだ
わたしもお米から作っためんを食べてみたいな！
米粉で作っためん
米粉パン
米粉で作ったお菓子
⑦

ミニ知識

水田のたくさんの機能

水田はお米を作る他にも、水を蓄えて下流の都市の洪水を防止するなどたくさんの機能（多面的機能）を持っているのデス




大気の浄化
地球温暖化を防ぐ
水を蓄え、きれいにする
洪水・土砂くずれを防ぐ
いろいろな生き物のすみかとなる
心身のリフレッシュ
伝統文化を守り、伝える
レクリエーション・教育の場の提供

農林水産省　http://www.maff.go.jp/　電話 03-3502-8111(代)