



ベジフルクイズ レベル1

つな
線で繋いでみよう！

問1

野菜といってもいろいろな形があります。

いろいろな形の野菜があるのは、野菜全体を食べているのではなく、一部分を食べているからです。

次の野菜はどの部分を食べているのでしょうか。

- | | | | |
|-----------------|---|---|---------|
| ①キャベツ、レタス、たまねぎ | ● | ● | くき |
| ②きゅうり、トマト、かぼちゃ | ● | ● | 根や地下のくき |
| ③だいこん、にんじん、しょうが | ● | ● | 実 |
| ④ブロッコリー、みょうが | ● | ● | 葉 |
| ⑤アスパラガス、たけのこ | ● | ● | 花のつぼみ |

問2

食べておいしい見て楽しい、香り華やかなくだものの花のこと、どれだけ知っていますか？ 次のうち、ももの花はどれでしょう。

①



②



③



④



ベジフルクイズ レベル2

問3

野菜の中でも消費量が多く重要なものは、皆さんがいつでも食べることができるように、国が品目を指定をして、産地で生産や出荷が安定的に行われるようにしています。

それらは「**指定野菜**」といって、だいこんやキャベツ、トマトなど、現在14品目が指定されていますが、もうすぐ新しい品目が追加される予定です。さて、それは次のうちどれでしょう。



①アスパラガス



②ブロッコリー



③ちんげんさい

問4

「桃栗三年柿八年」は、芽が出てから実がなるまでに桃と栗は3年、柿は8年かかることを意味することわざです。

おいしい
美味しいかきを食べたあなたは、「このかきもっとたくさん食べたい」と思い、種を取り出し、育てることで、かきの木を育てはじめました。同じ味のかきを作ることはできる？○か×か！





ベジフルクイズ レベル3

問5

皆さんは、野菜の花を見たことはありますか？

葉や根を食べる野菜は、花が咲く前に収穫し、実を食べる野菜は、花が咲き終わってから収穫しますので、野菜の花を見る機会は少ないですが、とてもきれいな花を咲かせます。

さて、それでは、次の4つの花は、何の野菜の花でしょうか。

①



②



③



④

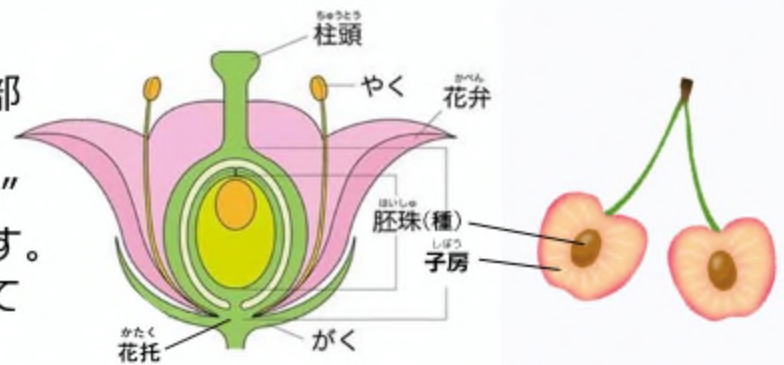


問6

実はくだものによって、食べている部分が違って知っていましたか？

さくらんぼは、花の造りのうち“子房”が大きくなった部分が食べられています。

次のうち、子房ではない部分を食べているくだものはどれでしょう？



①かき



②もも



③りんご



④みかん

くだもの一日の摂取目安

200 グラムとは (各果物で)

このくらいです



国産果物の消費拡大に関するポスターデザイン
農産局長賞 NORD

昨日350g

食

べ

ま

じ

た



健康のために、野菜を1日350g以上食べましょう。



「野菜を食べようプロジェクト」ポスターデザイン/農産局長賞 佐野 紅葉

「野菜を食べようプロジェクト」
農林水産省



「野菜を食べようプロジェクト」
ロゴマーク

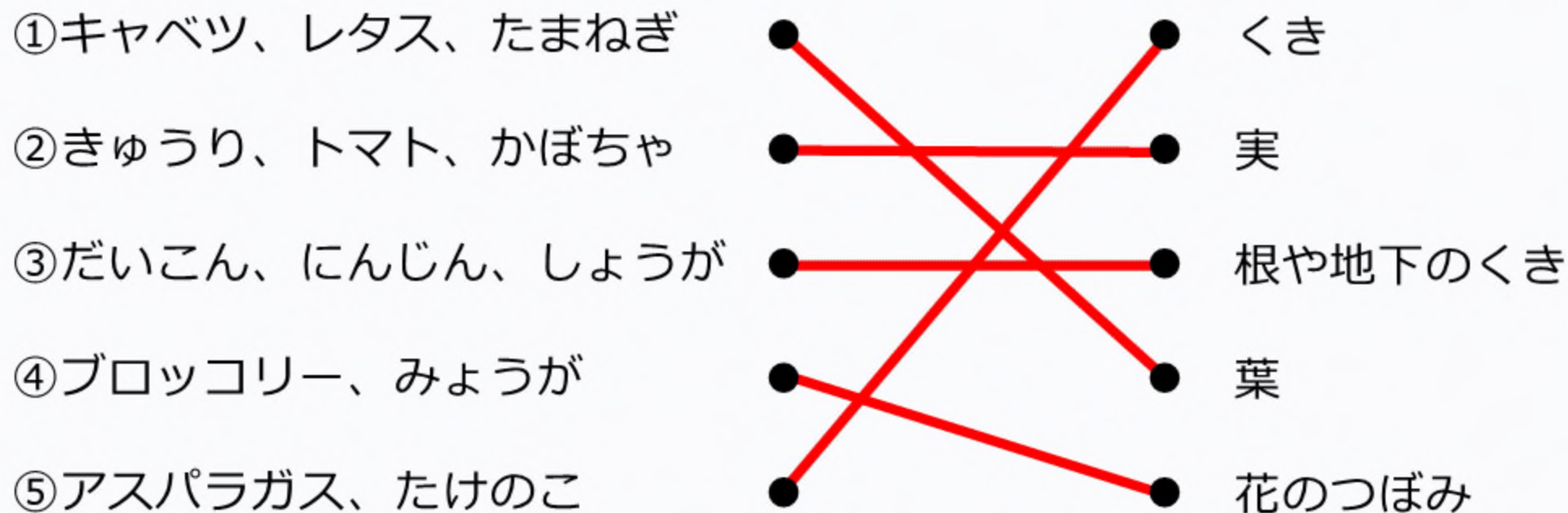
野菜サポーター募集中



「野菜を食べようプロジェクト」
Webページ



問 1 答え



野菜は主に、実を食べる野菜、葉を食べる野菜、くきを食べる野菜、花のつぼみを食べる野菜、地下のくきや根を食べる野菜の、5つのグループに分けられます。

いちご、メロン、すいかは果物のように食べていますが、果实的野菜と言って実を食べる野菜になります。

皆さんはどの野菜が好きですか？



1



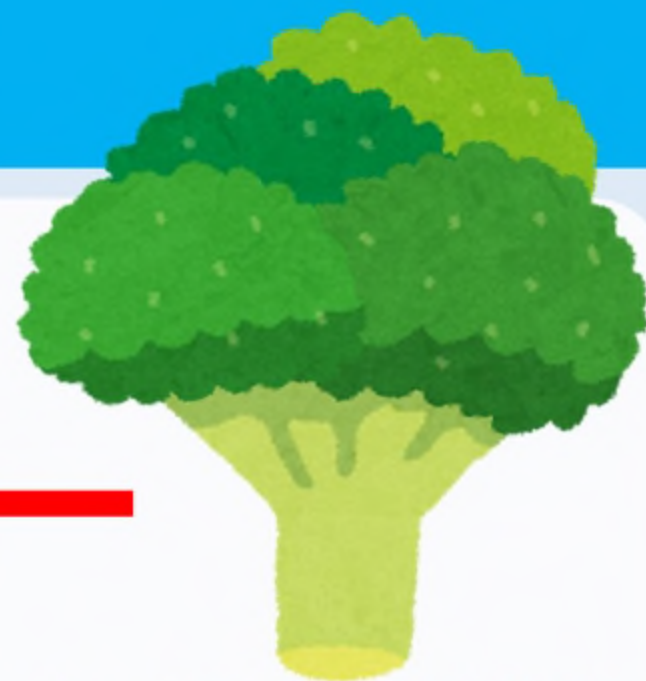
①がもも、②はレモン、③はりんご、④はキウイフルーツ

ももの花はピンク、赤、白色。花言葉は「私はあなたのとりこ」、「天下無敵」などで、開花期のもも園の景色に、あなたも虜になること間違いなしっ！

名前の由来には、たくさんの実をつけることから「百（もも）」と名付けられたという説があります。



問3 答え



② ブロッコリー

「指定野菜」は、現在、だいこん、にんじん、はくさい、キャベツ、ほうれんそう、ねぎ、レタス、きゅうり、なす、トマト、ピーマン、ばれいしょ（じゃがいも）、さといも、たまねぎの14品目です。

ブロッコリーは、年々出荷量が増えていて、今ではこれらの指定野菜に負けないくらい出荷され、輸入量も増えています。日本の食生活にとって重要な野菜になっているので、安定的な供給が行われるように、指定野菜に追加されることになりました。

ちなみに、ブロッコリーは「栄養素の宝庫」と呼ばれるくらい、ビタミンやミネラル、食物繊維といった栄養素が豊富で、特にビタミンCはレモン果汁の2倍以上も含まれています。

問4 答え



果物の場合、種をまいて育ててみても、残念ながらほとんどの場合で同じ品種の果実はできません。同じ形や味の果実を実らせるためには、枝を使って苗木を増やす「接ぎ木」や「挿し木」を行う必要があります。

また、果物は多くの実がなるまでに長い時間がかかるため、植付け前に苗を大きく育てたり、樹と樹を結合させるジョイント栽培などの取組が進んでいます。



慣行栽培のなしの木



ジョイント栽培のなしの木



問5 答え

①



②



③



④



オクラ

じゃがいも

レタス

ダイコン

①は、オクラの花です。オクラはアオイ科の植物ですので、葵の花によく似た花が咲きます。野菜の中で一番きれいな花と言う人もいます。

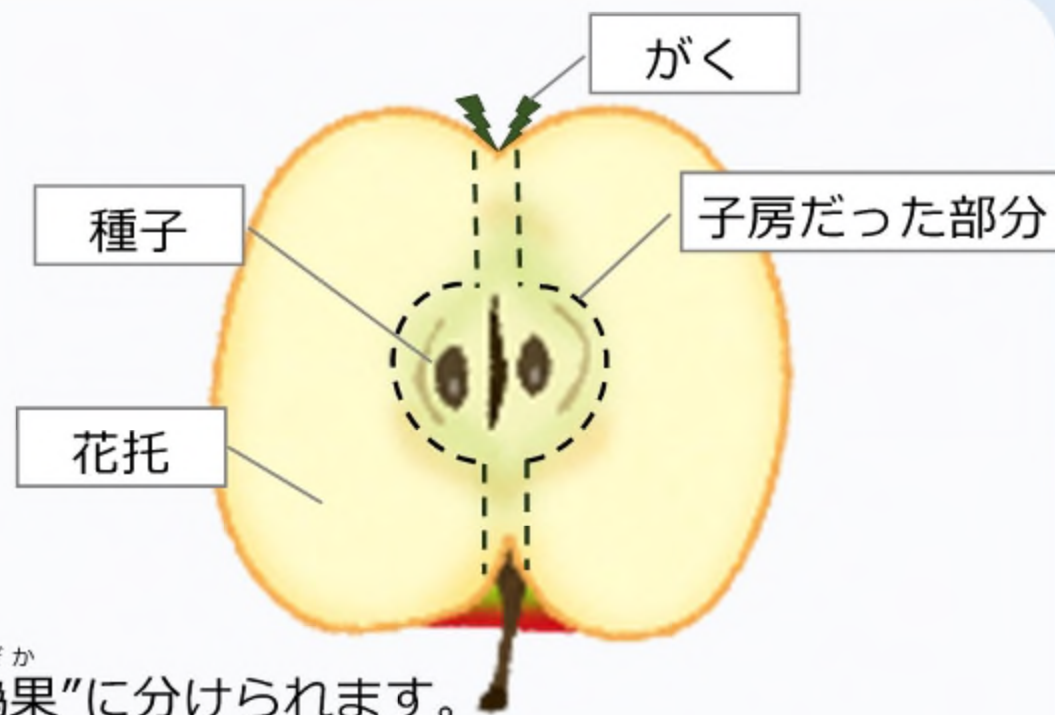
②は、じゃがいもの花です。じゃがいもはナス科の植物です、トマトやナスによく似た花が咲きます。種を採るのは難しいので、種いもを使って栽培します。

③は、レタスの花です。レタスはキク科の植物ですので、菊やタンポポによく似た花が咲きます。種子にはタンポポのように綿毛が付きます。

④は、ダイコンの花です。ダイコンはアブラナ科の植物ですので、菜の花によく似た花が咲きます。アブラナ科の植物の花は十文字状に4枚の花弁があることから、十文字花とも呼ばれていますが、ダイコンの花にもその特徴が見られます。

問6 答え

③ りんご



果物は食べる部分によって“^{しんか}真果”と“^{ぎか}偽果”に分けられます。

子房（子房壁）が発達した部分を食べるのが真果、子房以外が発達した部分を食べるのが偽果です。

りんごは“花托(かたく)”が発達した部分を食べる偽果。ほかの選択肢は真果です。他にも、真果にはぶどう、さくらんぼ、キウイフルーツ等、偽果にはなし（花托）、いちじく（花）、くり（子葉）、パインアップル（花）等が該当します。

やさい
推しの831料理

[illegible]

ホームページで魅力を発信！

