

自由研究はおまかせ! 生き物調査をしよう!



「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

8月号の「食べものナビゲーター」は自由研究にも役立つ「夏休みの生き物調査編」! 生き物と米・野菜作りにはどんな関係があるのかな?



田んぼや畑にはどんな生き物がいるのかな?



あつ! 野菜に虫が食べた穴があいてるよ~



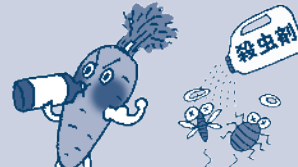
せっかく育てたお米や野菜を食べてしまう虫を「害虫」というんじゃない。だからふつうは、きれいな作物をたくさん作るために、農薬をまいて害虫を退治しているんだ。



のうやく 農薬って?



のうやく 農薬とは、野菜や米が害虫に食べられたり、病気になったりしないように使う薬のことじゃ。



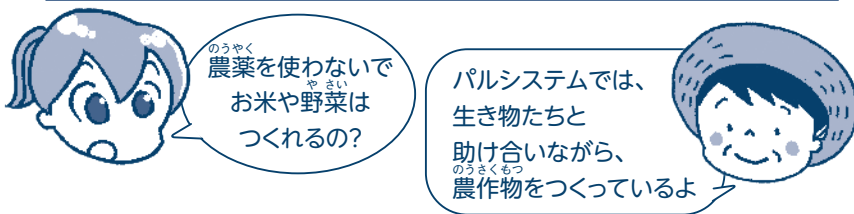
のうやく 農薬が人の健康や環境に悪さをしないように、国が使っている農薬の種類や量、期間を決めているんじゃない。

でも 農薬を使いすぎると、農薬が作物の中に残ってしまったり、害虫を退治してくれる虫や生き物が少なくなってしまうこともあるんじゃないよ。

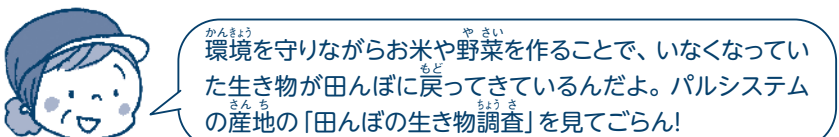
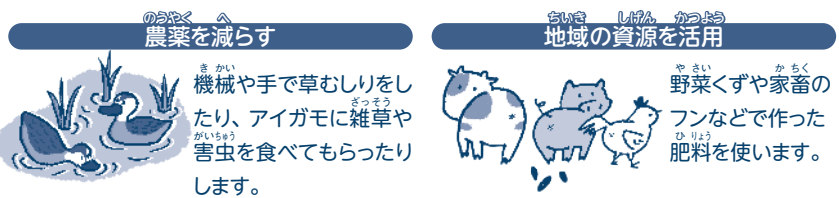
生き物が減るのはさびしいよ!



パルシステムの産地の田んぼを見てみよう!



パルシステムの“生き物にもやさしい農業”



この動画でどんな生き物がいるか観察しよう!



田んぼで見られる生き物

田んぼには、こんな生き物がいるよ。



コープいきもの探しクエストに参加しよう!

みんなの周りにはどんな生き物がいるのかな? スマホアプリ「コープいきもの探しクエスト」(※)に参加して、家の近くの公園や川辺で生き物調査をやってみよう!

※実施期間は6/1 ~ 10/31まで

手順 [スマホアプリを使用する場合]



【図鑑で調べる場合】



※【保護者の皆様へ】

- 「コープいきもの探しクエスト」は、日本生活協同組合連合会といきものコレクションアプリ「バイオーム」がコラボした生き物調査です。投稿したデータは生物多様性の保全活動に役立てられます(アプリは無料、課金要素はありません。個人情報は保護されます)。
- スマホを使用する際は立ち止まり、周囲の安全を確認したうえで行ってください。私有地や建物に許可なく入ることがないようにご注意ください。
- 野外では体調に十分配慮し、こまめな水分補給や休憩を心がけてください。

食ナビ Kids

クッキング編



発行／2023年7月17日

今月のテーマ

バターを作ろう

バターって
何からできているの？
どうやって作るの？
バターの謎をといてみよう！

生クリームフリフリでバターができる！

準備はこれだけでよ！



ガラスびん
(おとなに消毒してもらう)

保冷剤

生クリーム 40ml
(乳脂肪分 35%以上。
40%以上が作りやすい)

作り方

1

ガラスびんに生クリームを入れ、ふたをしっかりしめて上下にいきおいよくふる。

机などにぶつけないよう、しっかりもってね。

フリフリ

2

ふっているうちに、白い固まりができてくるよ。



3

ふりつづけると、パシャパシャ音がして、うすい黄色のかたまりと白い水にわかれる。



4

10分～15分ふったら、水分を別の容器にうつす。



ときどき、保冷剤で手を冷やすと、固まりやすいって

レーズンやジャムを混ぜてもおいしそう

早く食べたいなあ



・水分はたんぱく質やビタミン、ミネラルが含まれるバターミルク。そのまま飲んだり、スープなどの料理に使う。
・バターはその日のうちに食べきり、保存する場合は冷凍庫で2週間ほど。

ふるだけでなぜバターができるの？

生クリームは何から作るか知ってるかい？

ぎゅうにゅう
牛乳！



じゃあ、牛乳をフリフリするとバターができるかな？

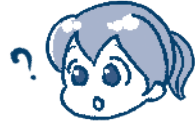


だめだ、できなーい

しばらくばかりの牛乳をしばらく静かに置くと、脂肪分が浮いて白い層ができます。これが自然にできる生クリームです。

牛乳は飲みやすいように、脂肪の粒を小さくしているんじや。脂肪分も少ないので、ふってもバターはできないんだよ。

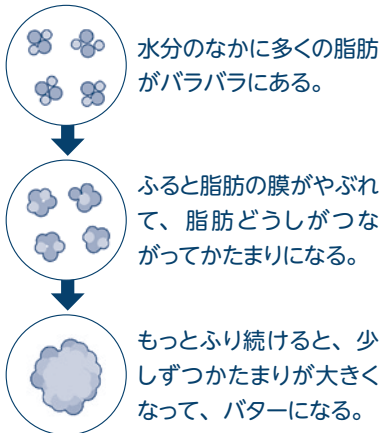
生クリームは脂肪が多いから、かたまるの？



そうだね。生クリームの脂肪の粒は、ふだんはうすい膜につつまれているけど、ぶつくと膜がやぶれて、くっついちゃうんだ。



バターがかたまるしくみ



そうだ。これ自由研究にしよう！



あとで、見せて～



こんなことをまとめるといいよ

- バター作りのきっかけ
- バターの作り方
- 結果（何グラムのバターができたかなど）
- わかったこと



パルシステムのレシピサイト
だいどこログでも

自由研究特集を開設中！



- パン生地がふくらむチカラ
- ▶おばけナン
- ホットケーキがふくらむ理由
- ▶むくむくマグカップ
- ▶魔法の溶けないアイス ……など



参加者募集！夏休みにぴったりの企画に参加しよう！

●食育リーダーのオンライン食育講座 親子企画！ ふってふって！ フレッシュバターをつくりましょう♪

牛乳やバターの話もまじえながら、生クリームからバターを作ります。びんをふるだけなので、お子さんでも簡単♪

- 開催日：2023年8月25日(金) 10:30～12:00
- 開催形式：オンライン開催(Zoom使用)
- 参加費：無料
- 定員：50組
- 申し込み締め切り：8月7日(月) 12:00



●PLA企画 夏休み！親子実験教室！ ～飲んで、食べて、見て学ぼう！～

パルシステムの商品と市販品は何か違うの？「食品添加物」と「歯みがき粉」の実験を通して、安全安心！おいしい！を発見します！

- 開催日：2023年8月19日(土) 10:30～11:30
- 場所：パルシステム東京新宿本部(都営大江戸線・東京メトロ副都心線「東新宿駅」下車)
- 参加費：300円
- 定員：12組(最大30名)
- 申し込み締め切り：8月4日(金) 12:00

