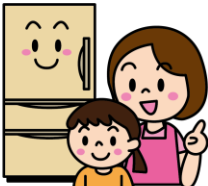


エコを意識して上手に使おう！
冷蔵庫クイズ

地球に優しいエコを意識して、冷蔵庫の使い方を考えるクイズです。



Q1 なるべく電気を消費しない冷蔵庫の使い方として、正しいものに○をつけましょう。(いくつでも)

- ① とびらの開け閉めはすばやく行う。
- ② 食品はなるべくすき間なくつめる。
- ③ 温かいものは冷ましてから入れる。
- ④ 食品はとりあえず全部入れておく。
- ⑤ 冷蔵庫内の温度は強めに設定する。

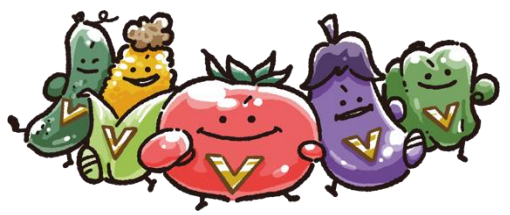
Q2 冷蔵庫と野菜室に入っている食品の中で、外に出して保存した方がよいものそれぞれ2つずつあります。○で囲みましょう。

Q3 野菜室の野菜を長持ちさせる方法を考えて、線でつないでみよう！

こたえ Q1= ①③ (②…物をつめ込みすぎないようにする / ④…冷蔵しなくてもよい食品がある / ⑤…適切な温度を設定する) Q2= 冷蔵庫②⑤ (はちみつは寒さで結晶化する / 缶づめは常温で保存できる)・野菜室③④ (いも類やたまねぎ、かぼちゃなどは、日の当たらない涼しい所に置くこと) Q3= ①キャベツ — 新聞紙などの紙 — まるごとくるむ ②ゴーヤ — スプーン — タネやワタを取る (ワタに水分が多く、傷みやすいので取り除き、切り口をラップで包んで保存するとよい) ③小松菜 — 牛乳パック — 立てて入れる (葉物類は、傷んだ葉を取り除いて立てて保存するとよい)

おなか、食育劇場
Go! Go!

なつやさい さんじょう
夏野菜レンジャー参上



なつやさい 夏野菜をたくさん食べて 暑さに負けず元気にすごしましょう！

