

START!

GOAL!

- | | | | |
|----|-------|------|-------|
| 1位 | 5ポイント | 4位 | 2ポイント |
| 2位 | 4ポイント | 5位 | 1ポイント |
| 3位 | 3ポイント | 6位以下 | 0ポイント |

クイズ

ネットショッピングで
偽ブランド品

欲しかったブランド財布のコピー商品を買ったが、
税関から偽ブランド品であるため財布は没収された
とのハガキが届いた!代金は戻ってこない...

2マス戻る

食品ロスを防ごう!
まめちしき

食料品店などで食品棚の手前から
商品を取る食品ロス削減の行動を
「てまえどり」といいます。



クイズ

健康に気をつけて
していることは?



ドライヤーが発火

ドライヤーを使用していたところ、
本体とコードのつなぎ目からパチパチという爆音と
ともに火花が散り、やけどをしてしまった!

-2ポイント

クイズ

クイズ

クイズ

今日の講座に参加した
+2ポイント

生活まめちしき

減塩にもつながる味噌汁の
かくし味として適しているものは...

ヨーグルト!

味噌もヨーグルトも発酵食品で相性が
よく味噌汁にヨーグルトを加えることで、
味にコクが出ます!(*^^*)



クイズ

好きな芸能人は?



食品ロスを減らすため、
必要なだけ買った!
+2ポイント

野菜の選び方
～はくさい編～

カットされているものは
時間が経つと断面が
膨らんでくるので
切り口が平らなもの
のほうが新鮮



ずっしりと重く
葉が生き生き
したもの

英語で「チャイニーズ・キャベツ」。中国原産で
東洋を代表する野菜のひとつです。日本では、
日清・日露戦争で出兵した兵士が、種を持ち帰っ
たことで本格的に栽培されるようになりました。

Chance!

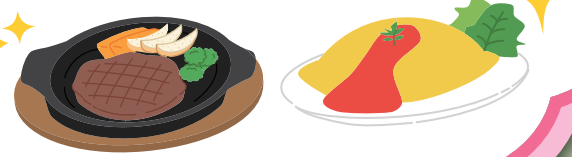
1番進んでいる人とジャンケンして
勝ったらその人から
2ポイントゲット!

クイズ

マイバッグを持参したので
レジ袋を断った!
+2ポイント

クイズ

最近
おいしかったものは?



野菜の選び方
～ほうれんそう編～

根の付け根部分が
ふっくらとして
赤みが強いと
甘みがある



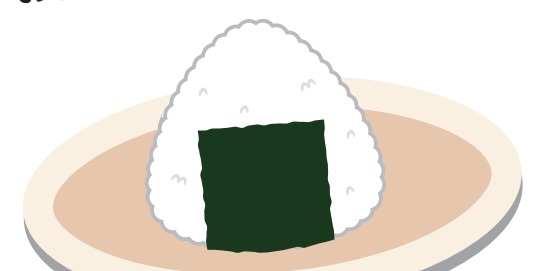
葉先がピン
としていて、
緑色が鮮やか

根元の赤い部分には、骨を丈夫にする効果が
あるマンガンというミネラルが含まれています。
なるべく切り落とさず土をしっかりと落として
食べましょう!(*^^*)

クイズ

食品ロスを防ごう!
まめちしき

日本の食品ロス量は、
国民1人あたり1日130g。
おおよそおにぎり1個分です。



キャッチセールスで
高額契約

まちを歩いていたらモデルにならないかと声をかけ
られ、うきうきしながらついていきモデル事務所と
レッスン料などの高額な契約をしてしまった!

-1ポイント

クイズ

野菜の選び方
～みかん編～

へたは小さめ
少し枯れているもの



濃いだいだい色で、
つるつるして滑らか

ふかふかして
おらず、張りがある
発がんを抑制する効果や、高血圧予防などの
効果もあると言われています!(*^^*)

クイズ

海派? 山派?



オンラインゲーム

無料なら軽い気持ちで始めたが、
面白くて気づいたら夢中になっていた。
有料アイテムを手に入れるため、
つい課金をくり返してしまい、
お金も時間も溶かしてしまった...!

1回休み

食品ロスを防ごう!
まめちしき

日本の食品ロス量は、年間600万トン。
うち、276万トンが家庭から排出されてい
ます。その中でも、食べ残し、期限切れや
食材を傷ませてしまったことによる廃棄で
約80%を占めています。



クイズ

野菜の選び方
～トマト編～

上から見て
まんまる



おしりに
すじがある

おしりの星は糖分をたくわえている証!(*^^*)
トマトは水分をできるだけ少なく育てたほうが
甘くなります!

ゴミを分別して
捨てた!
+2ポイント

クイズ

食品ロスを防ごう!
まめちしき

日本の小中学校で1年間に
捨てられている給食の量は、
1人あたりお茶碗100杯分...



×100

好きなお菓子は?



クイズ

スーパーで
地元でとれた野菜を買った!
+2ポイント

クイズ

食品表示まめちしき

カロリーオフとカロリーゼロの違いは...
100mlあたりのエネルギーが
20kcal以下の場合、「カロリーオフ」!
100mlあたりのエネルギーが
5kcal以下の場合、「カロリーゼロ」!

