



う 「おいしい信州ふーど de ビンゴ」 に挑戦しよう

地産地消

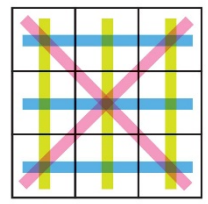
産地が近いと、運ぶときに使う燃料が少なくてすみ、二酸化炭素をへらせます。

旬産旬消

季節にあった“旬”の食べ物は、夏には体を冷やし(夏野菜)、冬は体を温めてくれる(根菜類)ので、家で使う冷暖房が少なくてすみ、野菜を育てるときも冷暖房などのエネルギーを使わずにすみます。

1. 「おいしい信州ふーど de ビンゴ」 に挑戦してみよう。

ビンゴにある信州産の野菜や果物を食べたら、そのマスに○をつけよう。タテ・ヨコ・ナナメ……ビンゴはいくつできるかな?



マークがついている野菜・果物は、生産量が全国 1 1位 2 2位 3 3位

おいしい信州ふーど de ビンゴ ● 野菜 ●

1 えのきたけ	1 エリンギ	1 ぶなしめじ
2 はくさい	1 レタス	3 ながいも
1 スッキーニ	2 パセリ	1 セロリ (セルリー)

野菜ビンゴ / 8

わさび・野沢菜も 全国 1 位

おいしい信州ふーど de ビンゴ ● 果物 ●

1 くるみ	2 ぶどう	1 ネクタリン
2 あんず	1 プルーン	3 もも
1 りんご シナスイート	2 りんご シナゴールド	1 りんご 秋映

ビンゴにあるりんごは 長野県産「りんご3兄弟®」

果物ビンゴ / 8

写真提供: 長野県農政部

2. 信州産の野菜や果物をもっと調べて書き出してみよう。

.....

.....

.....

.....

長野県農産物マーケティング室 「おいしい信州ふーど図鑑」を見てね。

