

やってみよう!! ワークシート



新聞には毎日、たくさんの記事や写真、広告がのっています。世界的な大ニュースから身近な地域の話までさまざまです。神戸新聞社は、その中から知ってもらいたいことや深く考えてほしい記事を取り上げ、ワークシートを使って自宅学習などに活用してもらっています。今回は、神戸マラソンに参加するランナーを応援しようという大学生たちの話です。どんな取り組みなのでしょう。

神戸マラソン向け大学生ら

ランナー応援レシピ考案



ランナー向けにチーズを使ったレシピを考案した神戸学院大生
＝いずれも神戸学院大学有瀬キャンパス

11月20日開催の第10回神戸マラソン（神戸新聞社など共催）に参加するランナーを食事で応援しようと、神戸学院大学栄養学部（神戸市西区伊川谷町有瀬）の学生が疲れにくい体作りを意識した「マラソンレシピ」を考案した。同大学と六甲バター（同市中央区坂口通1）が共同で企画し、8回目。応用栄養学を履修する学生約85人が、同社製品のチーズを使ったレシピを考案した。3年の荒木紗和さん（21）は「まるごと食べるパプリカキッシュ」を考案。種を取ったパプリカを器にして、見た目が鮮やかになるよう工夫した。疲労回復に有効な鉄分を含む同社の鉄分入りチーズを使



約200点の案から選ばれた8点

い、栄養面にも配慮。鉄分はたんぱく質やビタミンCと合わせて摂取すると吸収が高まるため、豆乳やブロッコリーを食材に入れたという。「疲れた体にきちんと栄養がわたるように考えた」と荒木さん。「これを食べて体作りをしてほしい」と話した。ほかに「贅沢ナッツのチーズサンド」や「鶏とチーズの生春巻き」などが選ばれた。選ばれた8品のレシピは「マラソンレシピブック」としてまとめられ、マラソン関連イベントなどで配られる。11月中旬以降、六甲バターのホームページでも掲載される。（橋高 声）

9月22日の朝刊にのった記事

①このレシピはどんな人たちのために考えられましたか

②レシピをつくる時、学生たちが気を配ったことは何ですか

③疲労回復を促すため使った食材は何ですか

④料理は見た目も大切。「まるごと食べるパプリカキッシュ」にはどんな工夫がされていますか

⑤スポーツの秋です。「○○の秋」と聞いて思い浮かぶのは何ですか。その理由も書きましょう

の秋。

理由＝

〈作成協力・神戸学院大学〉

答えは16日の「週刊まなびー」にのるよ。



もっとワークシートをやってみたいと思った人は、電子版「神戸新聞NEXT」の「神戸新聞NIE」コーナーでワークシートを検索してみてください。たくさんあるので興味のある新聞記事を選んでね。今回のワークシートの答えは、メール（kobe-nie@kobe-np.co.jp）か、はがき（〒650-8571 神戸新聞社「週刊まなびー」ワークシート係）で、名前と学年、または年齢を添えて10月15日必着で送ってね。正解者の中から、抽選で毎月10人に神戸新聞の記念品をプレゼントします。

2日週刊まなびー

ワークシートの
解答例

- ①【9】万人、【52】年連続で増えている
- ②明治→【大正】→【昭和】→【平成】→【令和】
- ③お年寄りを敬う日
- ④1947年、兵庫県多可郡野間谷村（現・兵庫県多可町八千代区）で「としよりの日」が提唱されたのが始まり
- ⑤自由記述