



「わかめ」のおはなし



日本人はずっと昔からわかめを食べてきました。

- 今から約9000年前の縄文時代にはわかめを食べていたという記録が残っています。

- わかめは海の中では「茶色」です。お湯をとおすと「緑色」になります。

- わかめの表面のぬるぬるの正体は「食物せんい」です。

「食物せんい」はみなさんの腸をそうじして、おなかの調子をととのえてくれます。