

なつとうのひみつ



わたしのだいすきな

いたばしだいー小学校

2年3組 かとうあんな

優秀賞



令和6年度 福岡県
「図書館を使った
読書の学習コンクール」
小学生読書賞の部

もくじ

なっとう大すき！	1
しらべようと思ったりゆう	3
しらべ方	3
なっとう、てなあに？	
①こくごしてんでしらべたよ	4
②本でしらべたよ	5
つぶなっとう/ひきわりなっとう	6
大すのしゅるい	7
なっとうのようきのうつりかわり	9
ごう場でなっとうがでるまで	10
なっとうのえいようそ	13
なっとうきん、てなあに？	16
なっとうのれきし	18
なっとうのはじまり	18
なっとう 三はかせ	21
なっとうのひろまり	22

③スーパーに行、しらべてみたよ。——26

なっとうのパッケージのうらめんを見て

あかたこと!——28

④なっとうこう工場に行、てみた!——29

こう工場の人にインタビュー!——31

こう工場見学をして、あかたこと、

すごいと思ったこと——35

なっとうを作、てみた!——37

なっとうに入れるとおいしいものは何だ!?!——44

せかいのなっとう——45

かんそう——46

さんこう文けん——47

なっとう 大好き!

あたしはなっとうが大好きです。

なぜ好きかというと、おいしくて、ネバネバするのかわおもしろいからです。

あたしは、あさごはんになっとうをかけて食べるのが好きです。

なっとうごはんを食べるとうれしくなったり、
たのしい気持ちになります。

おすしやさんに行くと、いつもなっとうまきを
食べます。

すめしにも1ばんあうと思っています。

また、スーパーに行くと、いろいろなしゅるいの
なっとうが売っていますが、あたしはこつぶでね
ばりのつよいおかめなっとうが大好きです。



わたしはな、とうが、大すきだけど、な、とうが
どうや、て、で、さ、る、の、か、い、つ、か、ら、あ、る、の、か、
だ、れ、が、作、た、な、と、知、ら、な、い、こ、と、が、い、っ、は、い
あ、り、ま、す。

だ、か、ら、な、と、う、に、つ、い、て、い、ろ、し、ろ、な、こ、と、を、し、ら、べ
た、い、と、思、い、ま、し、た。



こんな
ちやちいのちい!



しらべようと思ったりゆう

な、とうの作り方、れきし、おいしさのひ
みつなどについて知りたいと思っ
たから。

しらべ方

- ① くにこじてんでしらべる。
- ② 本でしらべる。
- ③ スーパーに行き、てしらべる。
- ④ な、とうこう場にいき、てしらべる。



なっとうてなあに?①

①くごじてんげしらべたよ。

なっとう

むしただいずになっとうきんをはたらかせて
作ったねばりけのあるたべもの。

むす(むした)

ゆげをとおしてふかす。

きん

キノコ、ばいきん、さいきん。



くこ
らくこ
いひじ
いいて
たん
よ。50
回



あーつかれた



なっとうてなあに? ②

②本でしらべたよ。

にた大ずをなっとうきんというきんで、はっこう
させて作った大ずのかこうひん。

なっとうは、いげんりゅうの大ずを上回るえい
ようかをもち、すぐれたしよくひん。

日本には2つのタイプのなっとうがある。

1つは、日本のしょくたくでおなじみの

ねはねは糸をひく糸ひきなっとうである。

もう1つは、糸をひかないタイプのておから

なっとうだ。

「糸ひきなっとう」には、うふなっとうとひきわり

たとしゅう
よんすすめ
う中してど
ん



もくじを
ブググ
まてめ
たのい
よし
よう
を



なとう、がある。

つぶなとう

大ずをそのままつか
たなとう。

ざいりゅうの大ずのつぶ
の大きさに分けられてる。

小つぶよりさらに小さい
ものもある。

つぶなとうの中には
大つぶ、中つぶ、小つぶがある。



ひきわりなとう

大ずをあてから作る
なとう。

あき田けんてたべられて
いたものがせん国にひろ
まった。

お豆なんでも図鑑 P69



40年ほど前までは、大つぶなとうが多く生さん
されていたが、げんざいはごはんと混ぜやす、小
つぶ、ごく小つぶとよばれる小さな粒のなとうが人気。



大ずのしゅるい

なつとうのざいりょうは大ず。

大ずはえだまめをはたけてちやくくなるまでかんそう・じゅくせいさせたもの。

大ずとひとくちにいらても、本当にたくさんのはんしゅがある。

大つぶ・中つぶ・小つぶ・ごく小つぶなどと、サイズもちがえばかわのあつみや色、めの色、あじや味も色いろだ。

大ずのはんしゅは、かい虫などにつよくそたてやすくかいりょうし、ひろく作られているもののほか、「地大ず」とよばれる、ごく一部のすせいきだけにつけがれているはんしゅもある。

カナダやアメリカといった外国さんの大ずをつかったなつとうもよくつっている。

大ずならどのはんしゅもなつとうになるけれど、おいしいかどうかはべつで、みそにまいた大ずや、とうふにまいた大ずなど、はんしゅのこせいかがある。



→はんときには、小つぶのちがまめのうちがあまりなつとうきんが入りやすいから、はっこうしやすい。

大つぶになるほど、またかわがあついほど上手にはこうさせるのはむずかしいといわれている。



ほっかいどう
で生まれた
ユキノスカ



みやぎけんて
生まれた
ミヤギシロメ



青森けんて
生まれた
オウシロメ



山がたけんの
地大ず
べに大ず



黄大ずの
ごく小つぶし
スズマル



青大ずのなかま
くらかけまめ



にし日本のいちぶの
地大ず、赤大ず



いはらきけんて
生まれた
なっとう小りゅう



大ずイソフウボン
かたたい、ゆき
ひりか

「納豆の本」P18、19より

ぜんぶなっとうまきの
大ず!



なっとうのようきのうつりかわり

げんざい、おみせでつられてゐるなっとうは、はほつスナローのようきに入っているものが、ほとんとたかえと時だいにはなっとうつりがざるに人ねたなっとうをかういて、町の中をうりあるき、ひつよつな分だけをはかてうっていた。また、いなわらのかわりに、木ざいをかみのようにうすくけずたきょう木もよくつかわれていた。

ユメ知しき

なっとうのようきのひみつ

ようきの中でなっとうきんによて大ずかなっとうにかれていく。なっとうきんがはたらくためには空気がひつよつなので、ようきのふたにはたくさんの空気あながあいている。



こう場でなんとかができるまで

① 大ずを水につける



大ずをやあらかじめ水につけておく。

② 大ずをむす



大ずをかまに入れて、
しょうがでたん時間で
むしあげる。

◀ むしあがった
大ずを、かまから
とりだしているところ。

「お豆なんて」田舎監P70

③ なとうきんをつける



大ずがさめなうちに、
なとうきんをとかしこんだ
えきをうりかけ、
せんたいによくまぜる。



きんがせんたいに
いきわたるようによくまぜる。

④ ようきに入れる

「お豆なんでも図鑑」P70

なとうきんがついた大ずがさめな
うちに、きかいてようきにつめる。
高おんをたもつことであつによれ
ざんが入るのをう、せく。
なとうの上にとうめいせふフィルム
をのせ、たれやからしを入れて、
う、たをしめる。



らはこう・じゅくせいさせる



はこうしつにおいて、36〜38℃で15時間ほどは、こう・じゅくせいさせる。

れいそうちにうつして、2〜5℃のおんでる0時間ほどひやとできあがる。

× 知さ

なとうをひやすのはなぜ?

↑↑
「お豆なんでも図鑑」P71

なとうのはこうがすすみすぎるとあじやかおりしょかんがあるくなる。

そこでれいそいでひやしてなとうきんのからどうをおさえるひつようがある。

なとうがひやされたじょうたいでうられているのも、同じりゆう。

なとうのしょうみきげんは、れいそうしたじょうたいで、はこうがすすみすぎずにおいしくたべられる空間をいめている。

なっとうのえいようそ

なっとうのはこつには「なっとうきん」とよばれる
びせいぶつがかかっている。

なっとうきんは「草きん」というさいきんのいっしゅ
「なっとうきん」がはこつするときに「ファクトリー」で
いうこうそを生み出す。

なっとうきんは、なっとう1グラムの中に10おく前にも
も生きている。

パック入りのなっとうは1パック40グラムほどだから、
そこにはおよそ400おくのなっとうきんがいること
になる。

100gあたりにふくまれるしょう

えいようそ	たんぱくし	いし	たんぱく	しゅも	ミネラル						ビタミンB			ビタミンE	ビタミンK
					カルシウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	銅	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンB6		
なっとう	16.5g	10.0g	12.1g	9.5g	690mg	91mg	100mg	3.3mg	1.9mg	0.6mg	0.13mg	0.30mg	0.24mg	0.5mg	870μg
なっとう	16.6g	10.0g	10.5g	5.9g	700mg	59mg	88mg	2.6mg	1.3mg	0.43mg	1.00mg	0.14mg	0.29mg	0.8mg	930μg



からだにうれしいなっとうパワー

なっとうのざいりょうである
大ずいはいようたふりの
しょくひんだ。



大ずいはい 長やいながにかなっとう
せないたんはくしつがほう、パワー!

(ゆたかでたくさんあること)でしょくふつせい の
しょくひんの中ではピカイチ!

ただし大ずいのたんぱくしつは、からだの中でふん
かい、されにくく、しょうかきゅうしゅうはいまいち。
そこでなっとうきんの出はん!

なっとうきんは大ずいのたんぱくしつをふんかいしな
がらふ、えるため、人間ができない「ふんかい」を
手つたてくれるのがなっとうきんだ。

だからたいすをたべたときと、なっとうをたべたとき
では、同じりょうでもじさいにしょうかきゅうしゅうできる
たんぱくしつは、たんぜんなっとうの方が多い。

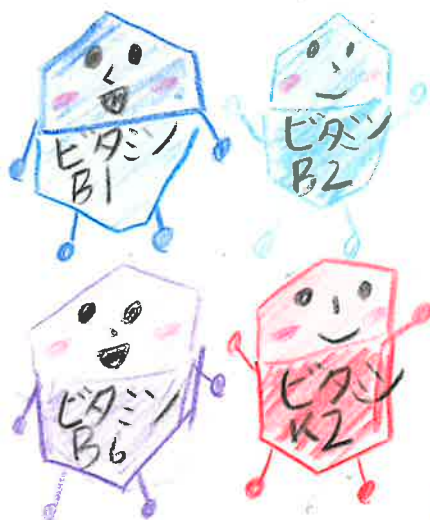
ぎゅうにくと同じくらいのたんぱくしつをふくんでいる。
しょうかをたすく、ちやうなしかんしょうをととのえてく
れる。

ほかにも、ビタミンB1、B2、B6、K2、ナイアシンなどが
王うふで、カルシウム、カリウム、あえんといったじゅう
ようなミネラルもふくんでいる。

ビタミンB6は、ひふ、やかみの毛づめを作るのに
かかせない。

ビタミンK2は、カルシウムのはたらきをたすけ、ほね
を元気にする。

なつとうのねばねばには、わたしたちのからだ
を作るえいようそである、アミノ酸がたくさんふくま
れている。



カサカサしたはだも、しとりさせる。

また、ナットウキナーゼには、ちのかたまり
をとかすさようがある。

ねつによい「ナットウキナーゼ」

なつとうは、ねつをくわえすぎると、せいかくのナットウキナーゼの
はたらきがにぶってしまう。

キューバンや天ぷらにするには、ふるくなつたなつとうをつかうといい！



なつとうを食べる時から、しやねぎを入れること
があるが、からは、ぎんをこしてくれ。

ねぎはなとうきんのはたらきをかりはうにしてくれる。
とてもよくみあわせなのた。

なとうきんってなあに？

なとうになとうきんがいるかしけんびきょうで
見てみたよ！

なとうのネネバをつけた
スライドガラス



わたしが見た
なとうきん

なとうかべでみるまで P12.15



なっとうは何回まぜるか!?

びしょく家でゆうななげ じゅう家のきたおうりさんじん(1883
〜1959年)は「ろさんじんみどう」という本でなっとうをきゅうきく
においくたべるちほうについて書いてるそうた。

その回数を書かれていたが「なにもくわえすよくねる系が」
たくさん出てかき回すのがかたくなるまでよくねる」とあり、その
数は424回と言われている。

あたしも424回まぜたなっとうをたべてみた!



まぜるのが大へん
だった。手がいたい。
424回まぜた
なっとうは、ああたらしい
で、おいしいかった。

なつとうのれきし

なつとうが生まれたのはいつなのか？
れきしを見るとき、なら時代い、さいしょに
ておからなつとうが中国からぶさう(ぎげん前5
せいきごろ、インドのシャカという人のひらいた教え)
とともにつたあり、そのあと日本どくいのせいほう
(作り方)によて系ひきなつとうが生まれたといわれて
いる。

なつとうのはじまり

日本のなつとうのはじまりについては、日本かく地に
いくつかのてんせつがある。

てんせつのハマンたろうよし家はじまりせつ

1050年ごろ(へいあん時代)のこと。

今のいぬちんでおきたはんらんをおさめるため、ハマン
たろうよし家(みなとのはやし家)というぶしょう(はらいのーはん上
のくらいの人)のくんだんが、みやこのあたさうとからいぬち
に行った。

そのさい、つまにのせたてにまめをつめた、
いぬあらのたあらをあけたら糸をひいて



それがとてもおいしかったのでよし家くんはいお手から
きょうとへのかえりみちにかたじけなくて作りひろめていたということだ。

言ばのいみ

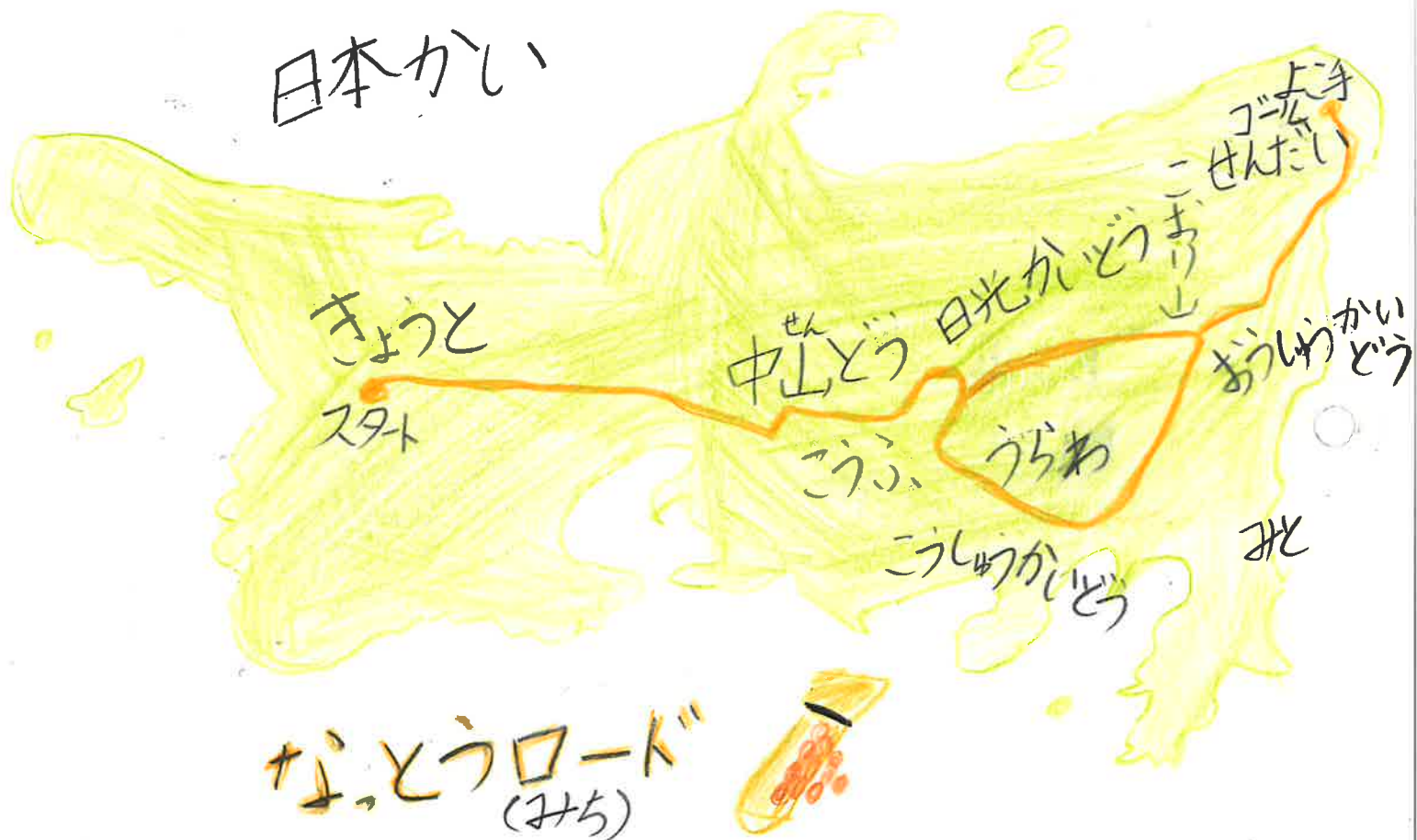
はんらん・せいなどにはそまいてたかきをおこすこと。

せい・・国のせいをけうところ。

せいじ・・国をおさめること。

そまいて(そまく)・・きめられたことにしたかわないこと。

日本かい



でんせつ② しょうとくたい子のわらどう はじまりせつ

600年(あすか時代)ごろ今のしがべ川にあるわらどうというところでしょうとくたい子がうまにえさのにまめをたべさせた時のこと、のこしたにまめをわらつとにつめたものを木のえだにひかけておいたところ、おいしいなとうになっていたという。

- 木村人はよろこびしょうとくたい子に作り方を教えてもらったといわれている。

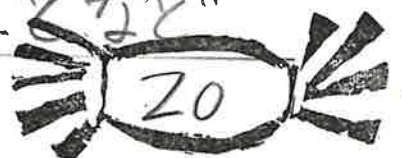
でんせつ③ かとうきよ正、文ろくのえきはじまりせつ

とよとみひでよし(1536~1598年:おたのふ、ながにつかえてしゅっせいのふ、なががしんだあと天下とういつした人。

- おたのふ、なが: 1534~1582年: せん国時代(のぶしゅう)のめいれいで、かとうきよ正のぐんか、1592年にちょうせんでたたかた「文ろくのえき」でのこと。

ほしみそをつめてきたあらを、さいりょうし、にまめを入れてうまのせにのせていたところ、こうばしいにおいがただよい出した。

そこでたあらをあけてみると、糸をひくたいそうおもしろいまめにかわっていたということだ。などなど
でんせつはほかにもあるらしい。



なとう三はかせ

一、さね村 しんはかせ

明治38年に、なとうさんをはげんしたはかせ

二、木村まつ しゅんすけはかせ

明治45年に、りょうしつ(すぐれていること)のな、
とうさんだけをあつめるぎじゅつをかいわつして、みんなに
くばった人。

三、はんざね じゅんはかせ

大正8年、なとうさんだけをふやすことにせいこう。
同時に、あらつとここにあるあたらしいようきをかいわし、
あたらしいせいぞうほうほうをひろめた人。



はんざね
じゅんはかせ



さねむら
しんはかせ



木村まつ
しゅんすけ
はかせ

なっとうのひろまり

えど時代(1603~1867年)になると、それまでは、
じ分の家で作って食べるものだったなっとうをと会では
なっとうやさんがうつるようになった。

あさ早くな、とな、とな、とな〜♪というなっとううりの声
がえどの田舎にひびき、えどこのあさごはんにかかせない
おかずになっていた。

そもそもなっとうは、それまでずっとおもにほろにしてたべ
るものだった。

かつおぶしやこんぶがなくても、なっとうだけでおいし
いだしが出る。

いってみれば、なっとうはうまみのつよいちょうみりょう
のようなものだった。

明治時代(1868~1912年)になると、大きなザルから
しゃもじですくってはカリウリをするスタイルから、あらつと
なっとう作りがさかんだった。いお出山(みやぎけん)、よこ手
(あき田けん)水と(いはらぎけん)、(熊本、きょうと
などでも、しょうばいとしてあつとなっとうを作る
きょうしゃがあらわれた。

水となつをぜん国に知らしめた 「天くなつとは？」

水となつというイメージがあるが、なつが
水との名さんひんとして知られるようになったのは、い
かにあたらしく明治時代の中ごろのことだった。

さいしょに「水となつ」のブランドか(ある場合、ヤ
会社で作ったしゅひんであるというし)をせいこう
させたのは、からしき会社ささぬまごろうしゅつてんの
そうぎょうしゃ(会社を作った人)、ささぬませいざんもんで
ある。

あんせい元年(1854年)に水として生まれたせいざんもん
は、えど(げんざいのとうきょう)で「糸ひきなつ」がこのま
れていることを知り、これを水との名づつとしてうり
だすことを思いつく。

せいざんもんは、なつのけんきゅうをすすめ、しゅぎょう
をして、明治20年(1887年:今から137年前)に、水となつ
こう場を作り、なつの大いよう生
さんにせいこうした。

2年ごの明じ20年水とえきがかいぎょ文はしま
ること)すると、せいざえもんはこれをチャンスに
水となとうをみやげひんとしてぜん国にひろめ
ようと考えた。

とうきょうちめんからくる人におらづとでつんだ
なとうをえき前のりゃかんにおいてもら。たり
えきのばいてんではんはいすると大あたりして
いつしか「なとうは水」というイメージがぜん国に
ひろまっていた。

せいざえもんはこのなとうを、水とはんそんのうじょう
はの、天くとう(てんのうを大じにし外国人をおいはらうと
いううんどうをした人たち)にちなんで、天くなとうと名づ
けた。

せいざえもん



天くなとう



スーパーに行ってみた!



なっとう、てなあに？③

③スーパーに行ってみてみたよ。

しらべた スーパー	うっていた なっとうの しゅるい	気づいたこと
ライオン なかじゅく てん	33しゅるい	• ーばんしゅるいのタタナっとうはひきわりなっとうで、つぎに小つぶなっとう、大つぶなっとうはーばんしゅるいがかつなかつた。 • ほ、かいどくのなっとうもタタナつた。 • うめが、入、て、るなっとうやすの、入、て、るなっとう、青じそ風みのなっとうなどがあつた。 • なっとうになにかがま、て、るなっとうが、ふつうのなっとうよりも数々がタタナつた。 • パッケージにアニメのキャラクターが書かれてるなっとうがあつた。



しらべた
スーパー

うっていた
なとうの
しゅるい

気づいたこと

サニット
やよい野
てん

うしゅるい



よしや
中いたはし
てん

26しゅるい

水とのくめなとうがタカかった。

・小つぶなとうが多くて大つぶなとうがしゅるいしかなかった。

・山あさひやのりうめこんぶとまぎたなとうがうっていた。

・はじめて見るきたの犬すという名前のなとうがうっていた。

・ほかいどうさんのなとうが多かった。

・はじめて見るくろまめなとうがうっていた。

・ライフと同じようにひきわりなとうが多かった。

・いろいろなあしのなとうがうっていた。

(しそのみとの)が入っているしそのりなとうなど)

・よしやのなとうがあった。

・なとうに「本場水と水とで入りの」と書いてあった。

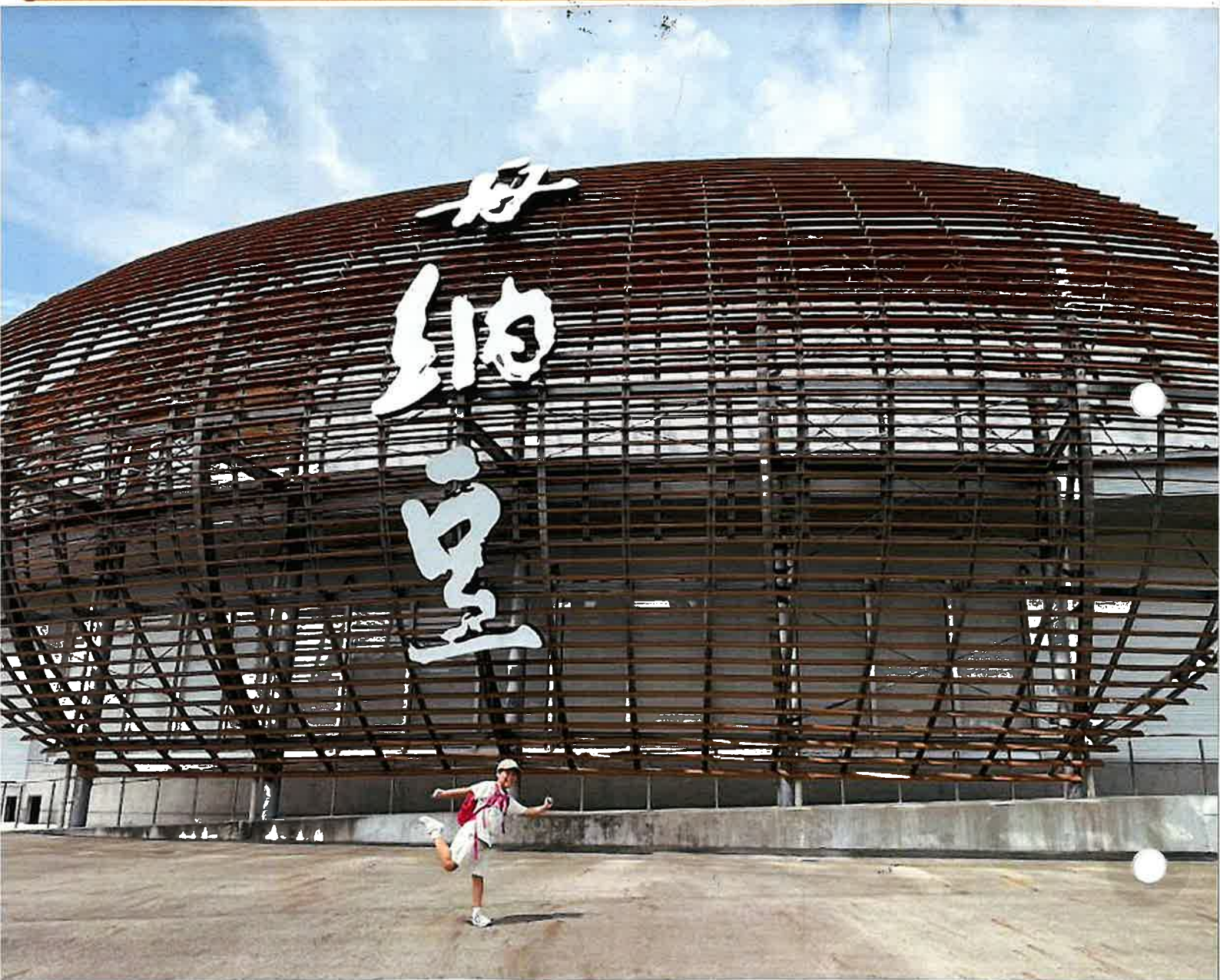
・なとうに「くまのチトウキナーゼは夜のしゅがうかてき! けつえきササラうかがたいでる」と書いてあった。

なんとこのパッケージの
うらめんを見てわかったこと！

- 原ざいりょうは大ず(まる大ず)となとうきんたいだった。
- くらまめなとうの原ざいりょうはくら大ずだった。
- 原ざいりょうの大ずとまる大ずは、(アメリカまたはカナダ)と書いてあって、アメリカやカナダで作られた大ずかつかおれていることがわかった。
- 生ぞうしゃ・はんばいしゃは、まっかいどう、あい知けん、いはらきけんなどいろいろだった。



なっとうてなあに?④



なっとうこう場に
行ってみた!



いりばらぎけん、ひたち大みやしにあるらななとう
にこう場見学に行ってきた。

ときゅうひたち 水くせん



山がじゅくとうちく!



上野えきから、ときゅう「ひたち」にのって水とえきまで行った。

水とえきから「水くせん」にのって「山がすいけん」えきでおいた。

あるいて「らななとう」のこう場にとうちく。

じっさいにななとうを作っているところを見学してもらった。

むした大ずにななとうきんをかけているところがすごかった。



こう場の人にインタビュー!

このこう場では1日にどのくらいの量の
なとうを作っていますか?

1日に2000から3000本作る。
1年間で120万本作る。



なとうがもらえるときと、うれしくないときはある
ますか?

ふななとうはおくりもの、おみやげにまわっている
ため、お中元(6月中旬ごろ~7月中旬ごろ)と
おせい(主に11月~12月中旬ごろ)が一番もらえる。
2月はあまりうれしくない。

なっとうを作っている時にもすかいことはなん
ですか？

はこうさせること。
おんど、かんき、しつとか大し。
なっとうさんはかけすぎはないのでしゅうぶんに
かける。
なっとうさんをかける作ぎょうは何年か
はたらいたベテランの人が行く。

なっとうさんをつける作ぎょうは何年くらい
はたらくていただけますか？

うななっとうでは、早くても3年目から。



なっとうは好きですか？

こう場の人はみんななっとうが好きですか？

さらいな人はいません。
前、わたしはさらいしていたが、なっとうを知って
たべられるようになりました。

なっとうのどんなところが好き(さらい)ですか？

ちょうを元気にしてくれるところか、はんのみか！
なっとうにこうばしいかおりがあり、このかおりが
なっとうぎらいをこくくした。

なっとうのーばんおいしいたべ方は何ですか？

そのままバーばんおいしい！

なっとうは、しょうりのしゅざいとしてよりも
なっとうだけで食べた方がおいしい！

あえてすすめるたべ方は、キャベツつけもの、長いものを
あわせると、しゃかんがいい。



こつ場の中のおんどは何とですか？

なつはどのへやもれいほうをつけている。
せいぞうつは25℃ かけがれつは20℃。
でもせいぞうつてはしょう気をつかっているため
じさいのおんどはそこまで下がらない。

はたらいている人になつ休みはありますか？

365日かならずたれかかしゅきん(会社にくると)
している人がいる。
なつ休みはない。



こう場見学をに、わが
たこと、すごいと思った
こと

・なっとうがでできるまでには、たくさんのさぎょうをしなければ
いけなくて、とても大へんだなと思った。

・ふ、なっとうではなっとうがでできるまでに5日間かかるときいて、
なっとうをていねいに作っているなと思った。

・なっとうさんをかけるさぎょうをする人は、さぎょうのけいけんが
長い人だと聞いて、大じなさぎょうなんだと思った。

・ふ、なっとうでは、1年間に120主本のなっとうを作ると教えてもらって、
すごく多くておどろいた。

・たくさんのなっとうを毎日作るこう場の人は、とても大へん
だろうと思った。

・こう場でさぎょうをしている人は、みんなてきぱき
していて、さぎょうが上手ですごいと思った。

・ふ、なっとうのこう場ではなっとうをは、こうさせるとき
に、ソーツァルトのきょくをきかせると聞い



て、おどろいた。

・ナットウキナーゼは70とでしめつ(しんでしまうこと)することをこの場の人に教えてもらった。

・なとうきんは120とまでたえられることとマイナス120とまでたえられることをこの場の人に教えてもらった。

・ふななとうでつかっている大ずのサンプルをさがしたら、大きい大ずと小さい大ずのさがとてもあった。

・小つぶなとうになる、むした大ずをしよくさせてもらった。

思ったよりも小さかった。おいしかった。



山方じゅく出はう!



水とえきとうちゃく!

ひたちでとうきょう
にもどるよ!



なっとうを作ってみた!

本でしらべたら、家でなっとうを作れることがわかった。
スーパーで売っているなっとうをつかって、大ずからなっとうを
作ってみることにした。

大ずか、本当になっとうになるのかな...

1日目

2024年 8月11日(日) 夜



スーパーで買ってきた大ずをあらう。

ボールに水を入れて、大ずをひたし、しばらくおいておく。

2日目

2024年 8月12日(月)

つぎの日のあさ大ずを見たらとても大きくなっていた。

1つたべてみたらかたくて青くかった。



夕方、

おなべに大ずとひたしておいた水を入れて、さらに水を足して、いた。

1時間

少しかたいけど、
たべられるかたさ。



2時間

やわらかくてあまい！
すごくおいしい！



にた大ずをざるにあけて、水をきってタッパーに入れた。
スーパーで買ったなつとうにおゆをかけてまぜ、おゆだけを
タッパーの大ずにかいた。

タッパーの大ずをよませて、たいらにし、ラップをかいた。
ラップにようじて、なかし、あなをあけた。(はっけには空気がひょう)





ほおんバックにホ、カイロを入れ、大ずのタッパを入れた。
そのほおんバックをよくしつかとそうきをつけたおもろ場に
一ばんおいた。

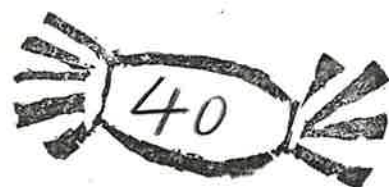
(なとうきんがはこうするためには、40くらいのおんどに
20時間おいておかないと、けなしたため)

ZZZ

ZZZ



なとうきん
おやすみ中



3日目

2024年8月13日(火)

あさおうち場においておいたバッグをあけてみたら
なっとうのにおいがした。糸はひいてない。

でもまだ10時間しかたてないの、あと10時間はこ
うさせるためにホカイドを入れかえて、今どきはベラ
ンダのものほじおにかけておいた。

(この日の気おんは33℃)



午後6時(はこうかい)から21時間(ご)

家にかえてきてなっとう
バッグをかくにんすると、バ
ッグの外もなっとうのにおい!!





大ずのひうめんが白いこなをういたようになって糸をひいていた!! なとうになていそうだった。

(はここのすみくあゝは目とはなでたにかめてツルする
ようなにおいがしたらはここのすぎでくさてるかも)



おれいそうこでひやすこと
なとうさんのからどうを
おさへはここのすぎないように
する。

おれいそうこにタッパーを入れてばんおいてじゅく
せいさせる。

4日目

2024年・8月14日(木)



スプーンでかき混ぜたら、大ずか糸をひいた。

大ずかなとうにへんしんして、うれしい気持ちになった!

糸



見た目はなとうになってたけれど、手作りしたなとうをたべるのはやっぱりちょっとよかった。

でも一つふたべてみたら、ちゃんとなとうのあじがして、おどろいたしうれしかった! 一つふたでもおいしかった!

そのあと、なとうにタレをかけてごはんにのせて食べたら、一つふたべるよりも、もっとおいしかった!

いつも家で食べるスーパーのなとうとはちがって、ネバネバが少し足りなかったけど、おいしかった。



なっとうに入ると おいしいものは何だ!?

なっとうにあいそうなしょくざいを入れて、どれがおいしいからべてみた。ラッソングでは、びゅうします!

だい1い



ピーマン
ピーマンのにかみが
なくておいしい!

だい2い



きゅうり
きゅうりとなっとうが
あっておいしい!

だい3い



長いも
ネバネバから
おいしい!



ピーマンは少しいた
めて、ナスはあつら
でよくいためた。

だい4い



キャベツ
キャベツのしゃぶしゃぶ
が、あっておいしい!

だい5い



ナス
少しあまくなって
いておいしい。

だい6い



きゅうちゃん
少しにかみがあ
たけどおいしい。

だい7い



チーズ
チーズのあじ
はしない。

だい8い



しモン
すはしい!

せかいのなとう



外国ではなとうはたべられているのか？

なとうは日本人だけがたべているのではなかった。

アジアではブータンやチベット、タイ、
ジャバ、インドネシア、中国の人たち
もたべていることが分かった。

それにアフリカのうでもたべられている。

ネパールのなとう、すね
にたてすをつぶして木のぼり
つんで、はこうせたまつ。
日本のなとうのように糸を
ひく。人をとおしてから
たべる。

ねばねばして、やなにおいのはこよくひ
であるキヌマはむかしからダリバト
(ごはんとスープとおかずのいしょく)の

系内豆の本
P39

お豆なでも田舎監P82 スープくとして入れられごはんといしょ
にたべられる。

また、こうばい、しょうみょうや、からみのあるおかず
(タリカリ)の中につかわれ、ごはんやパン
といしょにたべることもある。

キヌマはむかし、家で作られたが、



げんざいはいちば
や外でつらねる。



にアフリカのなとうスナバ
イゴマメというまめをいすめに
て、なとうきんではこうせでからまる
めてかんそうさせ、ものでスープに入れる。
さいきんは大すをつかうことが多い。

かんそう

- なつとうのことをしらべてなつとうかばもとすきになれた。
- こう場見学かたのしかた。
- 家でなつとうを作るのはとてもむずかしくて大へんだった。
- なつとうにいろいろなしゅきを入れてたべたのがとてもたのしかた。
- 今年のなら休みは、1年分くらいのなつとうをたべた。
- いつもかあないなつとうをかてたべたのがたのしかた。まだたべたことのないなつとうも、もってたべてみたいと思った。



【参考文献リスト】

利用した図書館

氷川図書館

参考にした本

ほん か 本を書いた人	ほん ちまえ 本の名前	しゅつばんしゃ 出版社	しゅつばんねん 出版年	ページ	しゅうぎきごう 請求記号	としょかんめい 図書館名
ちよかわひろゆき 豊川裕之	ポプラディア情報館 食と健康 じょうほうかん しょく と けんこう	ポプラ社	2006年	148	4-591-09046-9	氷川図書館
ぜんこくどうとうきょうどうふめいあいれんごうかい 全国納豆協同組合連合会	しら ながいしゅうりゃく なっとう ほん 調べる学習百科 納豆の本	岩崎書店	2020年	2-61	978-4-265-08646-7	氷川図書館
みやざきしょうこ 宮崎祥子	すがたをかえるたべもの しやしんえいほん⑩ なっとうができるまで	岩崎書店	2016年	2-33	978-4-265-08531-6	氷川図書館
いしにちろうすけ 石谷孝佑	もっと知りたい！図鑑 お豆なんでも図鑑 し ずかん ちめい ずかん	ポプラ社	2013年	68-73,82	978-4-591-13249-4	氷川図書館
けいけんくわんぎょうきょうかい 生活環境教育研究会	えほん 絵本 おもしろふしぎ食べもの加工[5] ぶくぶく 発酵する ふしぎ	農山漁村文化協会	2003年	18-23	4-540-02205-9	氷川図書館
おくむらひでお 奥村彪生	ふるさとの伝承料理[3] ヘンシン 大豆はえらい ーみそ・とうふ・納豆・きな粉ー	農山漁村文化協会	2006年	14-17	4-540-05255-1	氷川図書館
こいずみたけお 小泉武夫	た 食べものが大へんしん！ 発酵のひみつ い 行ってみよう！ 発酵食品工場	ほるぷ出版	2016年	22-27	978-4-593-58754-4	氷川図書館
やまぐちあきら 山口晶男	まるごとわかる「モノ」のはじまり百科 ①食べ物・飲み物	日本図書センター	2004年	49	4-8205-9587-3	氷川図書館
やまもとひろふみ 山本博文	あなたの知らない茨城県の歴史 いばらきけん れきし	洋泉社	2012年	154,155	978-4-8003-0038-6	氷川図書館
こいずみたけお 小泉武夫	くさい食べもの大全 な たいぜん	東京堂出版	2015年	158,159	978-4-490-20895-5	氷川図書館
おかもとやすし 岡本靖史	ひらめき！食べもの加工 おもしろ実験アイデアブック た かこう じっけん	農山漁村文化協会	2015年	56,57	978-4-540-14177-5	氷川図書館
おだまきこ 小田真規子	ごぜん 午前7時の朝ごはん研究所 し あさ けんきゅうじょう	ポプラ社	2024年	138,139,160,161	978-4-591-18174-4	氷川図書館

参考にしたWebページ

サイト名	URL	見つけた日付
全国納豆協同組合連合会 納豆PRセンター	https://www.natto.or.jp/index.php	2024年8月13日
舟納豆	https://www.funanatto.co.jp/	2024年8月13日
のう地	https://knowchi.jp/archives/1610	2024年8月20日
ミツカン 納豆まめ知識	https://www.mizkan.co.jp/natto-information/mame/	2024年8月20日
ウィキペディア	https://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%82%AD%E3%83%8D%E3%83%9E_%E9%A3%9F%E5%93%81	2024年8月20日
ふるなび公式ブログ ふるさと納税DISCOVERY	https://furunabi.jp/discovery/knowledge_food/202311-natto/?srsltid=AfmBOorYzp0YDvgTGNb7-CD7xDDRfCse77r3mMcuaHi7v2jz5n8IKIqQ	2024年8月20日
ハルメク365	https://halmek.co.jp/qa/1168	2024年8月20日

インタビューした人

お名前	インタビューした日付
丸真食品株式会社-舟納豆- 三沢誠二さん	2024年8月14日





令和6年度 板橋区図書館を使った調べる学習コンクール 応募カード

タイトル	わたしのだいすきななっとうのひみつ
学校名	板橋区立板橋第一 小学校 ・ 中学校
ふりがな	かゝ とう あん な
応募者氏名	加藤 杏奈
連絡先 ※板橋区立小中学校を通じて 提出する場合は記入不要	【〒 】【Tel. () 】 板橋区

【担当図書館

図書館】(担当館が記入)

※テープやのりで貼る場合は四辺すべて貼ってください。