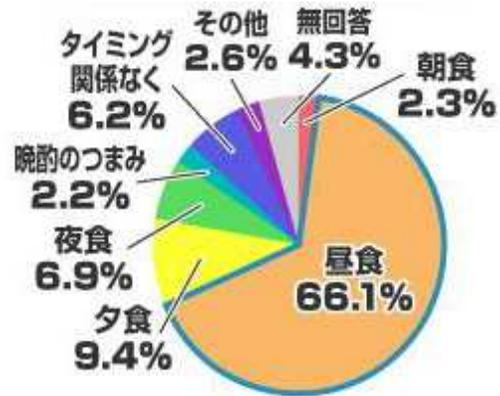


資料2 「インターネットアンケート調査」

Q1  
インスタント食品の  
飲食ひん度は？



Q2  
インスタント食品は  
いつ食べる？



Q3  
インスタント食品は  
好きですか？



Q4  
どんなインスタント食  
品をよく食べる？

1 ラーメン	83.2%
2 うどん・ヌードル	43.9%
3 カレー	41.7%
4 みそしる	33.9%
5 やきそば	30.6%

アサヒビール(株)青山ハッピー研究所  
毎週アンケート 2007年9月26日~10月2日調査

資料1 「意見文」

資料を読んで、「インスタント食品の良さ」「問題点」にマーキングしよう。

買い物に行くと、お店の中にずらっと並ぶインスタント食品を目にします。インスタント食品は、めん類・かんづめ・レトルト食品・粉末・フリーズドライ・冷とう食品など、種類も豊富です。このように身のまわりにあふれているインスタント食品ですが、心配なことはないのでしょうか。いくつか気になる点について考えてみましょう。

まず、保存料<sup>ほぞん</sup>についてです。インスタント食品には、長く保存できるように保存料が使われています。保存料などをてんか物といいますが、このてんか物は体に良くないものがあります。保存できるように加工されるため、もともとの食材にふくまれる栄養が少なくなる場合もあるそうです。次に、味付けについてです。インスタント食品は味付けがこいものが多いです。そればかり食べていると、塩分を取りすぎて体をこわしたり、味覚が育たず味覚しよう害<sup>がい</sup>を起こしたりする可能性があります。

最後に、家庭の団らんについてです。「家庭の団らんは食にあり」と言われます。しかし、最近では「個食」といって、家族みんながそれぞれがインスタント食品を食べるといいうことが増えてきているそうです。家庭で一つの鍋(なべ)を囲こみ会話をするといい、家族の大切な時間が失われていくのはとてもさびしいことです。

このように、インスタント食品には心配なこともあるようです。いつもインスタント食品ばかり食べるのではなく、上手な使い方を考え工夫して取り入れていきたいものです。

【資料を読もう】

「良さ」や「問題点」を見付け、「良さ」を表す文章には赤、「問題点」を表す文章には青でマーキングしよう。

教材文「インスタント食品とわたしたちの生活」の文章やこれらの資料から、テーマについて自分の考えをまとめよう。

