

えいようたっぷり！おいしいホタテ

ホタテはおいしいだけでなく、体からだに良い栄養素えいようそもたっぷりふく含まれています。

ホタテふくに含まれている栄養素えいようそを紹介しょうかいします！



体からだ（筋肉きんにくや骨ほね、血ちなど）をつくつくはたらきがあります。



体からだのつかれをとり、元気げんきにしてくれます。栄養えいようドリンクにも入はいっている成分せいぶんです。



眠りねむを深くふかしてくれはたらきがあります。



食べ終わったホタテの貝がらは…？

1つひとつのホタテには、貝かいがらが2まいついています。わたしたちはホタテの貝かいがらたを食べることができないため、食べたる以外いがいのことに利用りようしています。

■ にわとりのエサ

細こまかくくだいてにわとりのエサまに混ぜることで、ニワトリのカルシウムほきゅう補給やくだに役立ちます。

■ チョーク・石灰せっかい（グラウンドに線せんを引くための白しろい粉こな）

粉こな状じょうにした貝かいがらはチョークや石灰せっかいに配合はいごうします。なめらかな書かき味あじになります。

■ 植物しょくぶつを育てる土そだ

■ せんたくせんざい

■ 歯はみがき粉こ

など

わたしたちの暮らしくに役立やくだつ、色々いろいろなものへんしんに変身へんしんしています！

参考：農林水産省ホームページ、北海道ほたて漁港振興協会ホームページ

