

図書館員のひみつの本棚 第187回

今月は、冬至(毎年12月22日ごろで、1年でいちばん昼の短くなる日)に食べると、カゼをひかないという言い伝えのある、あの野菜がテーマの本を紹介します。

『カボチャの絵本』

いとう みきお／へん ささめや ゆき／え 農山漁村文化協会 1999年 ¥2546(税別)

<お勧め年齢>

乳幼児☆☆☆ 小低学年★☆☆ 小中学年★★★★ 小高学年★★★★ 中学生★★★

高校★★★ 一般★★★

(★が多い年齢の子どもにお勧めです。)

<本の紹介>

なぜ冬至にカボチャを食べるのでしょうか。冬至の頃は寒さが厳しく、野菜も少なくなって栄養のかたよる時期です。この本によると、病気にならず元気に冬を越せるように、栄養もあって保存もきくカボチャを冬至に食べる習慣ができたのではないかということだそうです。

『カボチャの絵本』では、そんな栄養満点なカボチャの育て方、食べ方、品種紹介、歴史などがイラストとともにわかりやすく描かれています。取り上げている作物について一通りのことが載っているため、小学校での調べ学習にも最適です。さあ、この本を読んだら、あなたも自分のカボチャを育てて、まるごとカボチャを楽しみませんか。

<子どもに手渡す時のポイント>

この本は、「そだててあそぼう」シリーズの中の1冊です。「そだててあそぼう」シリーズは、全105巻。ほかに『ダイズの絵本』『イネの絵本』『ゴーヤの絵本』などがあります。「絵本」と銘打ってはいますが、文章や情報量が多いので小学校中学年くらいからがお勧めです。巻末にはもっとくわしい解説も載っており、大人でも十分楽しめるつくりになっています。姉妹編で「つくってあそぼう」シリーズ(『なっとうの絵本』『キムチの絵本』など)もあります。

このコーナーで紹介した本はお近くの図書館や書店に置いてあります。ぜひ手にとってみてください。

