

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！



からだからだ（筋肉きんにくや骨ほね、血ちなど）をつくるはたらきがあります。



からだからだのつかれをとり、
げんきげんき元気にしてくれます。
えいようえいよう栄養ドリンクにも
はいはい入っている成分せいぶんです。



ねむねむ眠りを深くしてくれ
るはたらきがあります。
す。



食べ終わったホタテの貝がらは…？

1つぶのホタテには、貝がらかいが2まいついています。わたしたちはホタテの貝がらかいを食べるたことができないため、食べ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

こまこま細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補給ほきゆうに役立やくだちます。

■ 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い粉しろこな）

こなじょうこなじょう粉状にした貝がらせいかいはチョークや石灰はいごうに配合かします。なめらかな書き味あじになります。

■ 植物しょくぶつを育てる土そだつち

■ せんたくせんざい

■ 歯みがき粉はみがきこな など

わたしたちの暮らしくらしに役立やくだつ、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

