

# もぐもぐ!

まんが:じっく



## ～第10話 プリーズカムバックヒーロー～

主人公の岩井耕太君は、現在地元の小学校に通う男の子。将来新聞記者になるため、地元の農畜産物の魅力について、勉強中です。農業にはまだまだ知られていないことがたくさん！今月はシイタケ旦那が登場。椎茸はカロリーが低いのに栄養豊富！そんな食のヒーローを皆で応援しましょう！

正月太りの解消なら  
きのこダイエットが  
オススメですよ！

栄養ないから太らないもんね

え？今何て？

太らないと

いいえ！もっと前

リンゴに  
魚けぬ  
栄養価があるというのに

ああ 栄養がない!!

それ!

シイタケ旦那

リンゴの  
"医者知らず"は  
さておき

椎茸は  
"命の靈薬"なり  
との伝説あり!!

うそっ

霊薬!!  
医者を超えちゃったよ

椎茸は食物繊維だけでなく  
ビタミンB1・2・Dが豊富!!  
他にもカリウム・鉄・亜鉛を含有!

特にビタミンDは  
カルシウム吸収を助け  
骨や歯を丈夫に!!

ダイエツトで  
不足しがちな  
ミネラルを  
補給!!

つまり、  
カロリーが低いのに  
栄養があるので  
ダイエツトに  
一石二鳥というんです!

まあ  
これも  
ほんの一部でしてー

ガン予防とか  
生活習慣病予防  
とかとか...まあ  
なにかとお役立ちです

そういえば！  
一関市大東町の乾椎茸は  
かつて"日本一の生産量"  
だったんですよ？

よくご存知で！

しかしながら  
先原発事故で  
管内のほだ木がダメに...  
現在再生産に向けて  
一丸となって励んで  
います!!

おいしい原木椎茸が  
戻ってくるの  
待ってるからね!!

は、張り合い  
ないし!!!

ふふふ  
待ってて  
くださいな

わっ  
わっ  
私!!