

# だいず 大豆

## キーワード

大豆 まめ 豆まき 節分  
発酵



大豆はいろいろな食べ物や調味料になる、すごい豆です。  
大豆の育っていく姿や栽培の仕方、品種や成分などを調べてみよう。  
また、大豆が何に、どうやってへんしんするのも、調べてみましょう。



## 調べられる本

書名	著者名	出版社	分類(NDC)	出版年	ISBN
ダイズの絵本	こくぶんまきえ へん うえのな おひろえ	農山漁村文化 協会	47(0) ソ 9	1998	4-540-97135-2
みそ、しょうゆ、とうふはみんなダイズから作られる。熟すまへのダイズはエダマメで食べられる。畑の牛肉といわれるダイズの、栽培、品種、食用法などすべてをイラストを入れながら解説する。巻末にさらにくわしく解説がある。					
だいずーみそ・しょうゆー	山本明義写真	フレーベル館	E6 フ ショクブツ	2007	9784577034408
いろいろなりょうりをたべるとき、よくみかけるみそやしょうゆ。なにかにつけたり、おみそしるやおすましなどでのんだりします。そのみそやしょうゆはなにかからできているか知っていますか？だいずです。だいずから、どのようにみそやしょうゆができるか、そのだいずはどんなふうにしだつかをしょうかいします。					
大豆の大研究 一体にいい、地球にやさしい パワーのひみつを探ろう！	加藤昇監修 造 事務所編集・構成	PHP研究所	596 ダ	2009	9784569780030
小さな体に栄養たっぷりの大豆。じつはいろいろな姿で、くらしをささえています。大豆のかくれたパワーをさぐってみましょう。大豆が食料危機や環境問題を解決するかもしれない理由や、なっとう・とうふ・みそのつくりかたもおしえます。					
へんしんだいずくん		ひさかたチャ イルド	596 シ	2010	9784893253835
こんにちは！ぼくはだいず。だいずは、いろいろなものにへんしんできるんだよ。まずは、かんたんなへんしんからみせてあげる。だいずをフライパンにいれて、ひにかけて、いると、まめまきのときにまく「いりまめ」になったよ！つぎのへんしんも、よくみていてね。いっただいずのかわをむいて、すりばちですりつぶすと…。					
ダイズー豆の成長ー	中島隆著 白岩 等監修	あかね書房	47(0) カ 9	2012	9784251067098
わたしたちにとっても身近な植物で、いろいろな食品の原料や食べ物としても用いられるダイズ。力強い発芽、かわいい小さな花、さやがはじけるところなど、ダイズがたねから育っていくようすを、美しい写真とともに説明。ダイズのなかまの植物の図鑑や、ことばの解説などもっています。					

ダイズ（もっと知りたい）	赤木かん子作 藤井英美写真	新樹社	47(O) モ	2017	9784787586612
--------------	------------------	-----	------------	------	---------------

ダイズのなかはどうなっているのかな？どんなふうに根や芽がでるの？ダイズの花ってどんな花？どうやって実ができるの？土にうめられたダイズが芽を出し、生長して、さやのなかのダイズが熟すまでを写真で見てください。ダイズからつくられるたべものものっています。

## この本も読んでみよう！

書名	著者名	出版社	分類(NDC)	出版年	ISBN
しょうたとなっとう	星川ひろ子写 真・文 星川治 雄写真・文 小 泉武夫原案・監 修	ポプラ社	E6 ホシ ソノタ	2003	9784591913802
おもしろふしぎ日本の伝統食材 5 だいずーおいしく食べる知恵ー	おくむらあやお 作 中川学絵 萩原一写真	農山漁村文化 協会	596 オ 5	2008	9784540072772

## そのほかの本

大豆を原料とした食べ物はたくさんありますが、その中に「発酵」させて作るものもたくさんあります。では、発酵とは何でしょうか。大豆について調べる時に、こちらもいっしょに調べてみませんか？

書名	著者名	出版社	分類(NDC)	出版年	ISBN
発酵食品の大研究ーおどろきの栄 養パワー みそ、しょうゆからパ ン、チーズまでー	小泉武夫監修	PHP研究所	596 ハ	2010	9784569780214
保存食の絵本 3 米・麦・豆・い も	こしみずまさみ へん	農山漁村文化 協会	596 ツ 38	2012	9784540111341

## インターネットでも調べてみよう

- ・公益財団法人 日本豆類協会  
<https://www.mame.or.jp/>

## こんな自由研究ができるよ

- ・大豆を使っている身近な食品をまとめてみよう。
- ・大豆でできる身近な料理を作ってみよう。
- ・大豆を育てて観察してみよう。