



楽しかった夏休みも終わり、学校が始まりましたね。昼間はまだまだ暑いけれど、近ごろは、朝と夜が少しずつしく感じるようになりました。田んぼの様子を観察すると、稲がたくさんのお米を実らせて、重たそうに穂をたれているね。稲かり(お米を収穫することだよ)ももうすぐだ。新潟に秋がやってきたよ。

第9号のテーマは「東と西の食べ物比べ」です。住んでいる地域による食べ物の違いを大調査だ!



「たまごサンド」はどっち?



サンドイッチで人気の「たまごサンド」。君は「たまごサンド」と聞いて、AとBのどちらを想像するかな?



A ゆでたまごをマヨネーズとあえたものをはさんだサンドイッチ



B ぶ厚く焼いたたまご焼きをはさんだサンドイッチ

新潟で生まれ育った人は、Aの写真のようなたまごサンドを想像する人が多いはずだ。でもね、大阪や京都で生まれ育った人は、「たまごサンド」といえばBの写真のようなサンドイッチを思い浮かべるんだって!

ひがし にし

東と西でこんなにちがう！



日本は、「東日本」と「西日本」に大きく分けることができる。新潟県や東京都は「東日本」、大阪府や京都府は「西日本」に含まれるよ。

東日本（東）と西日本（西）では、1 ページ目で紹介したたまごサンドのように、同じ名前の食べ物なのに、姿かたちが全然違うものがあるんだ。紹介するね。

おにぎり

ひがし
東



三角に
にぎる
ことが多い

にし
西



たわら型に
にぎる
ことが多い

いなりずし

ひがし
東



長方形に
つくる

にし
西



三角形に
つくる

さくらもち

ひがし
東



小麦粉の皮で
あんこを包む

にし
西



つぶつぶの
道明寺粉で
あんこを包む

おにぎりやいなりずし、春に食べるお菓子 さくらもちは、東と西でかたちが全然違うんだ！びっくりだね。新潟県は「東」だけど、ふしぎなことに、さくらもちだけは「西」の形をしているね。

形以外にも、東と西の食べ物の違いはたくさんある。次のページで紹介するぞ！

ひがしにしちが 東と西で違うものはまだまだあるよ。食べ物のかたち以外にも、こんな違いがあるぞ。

カレーに使うお肉



ひがし
東

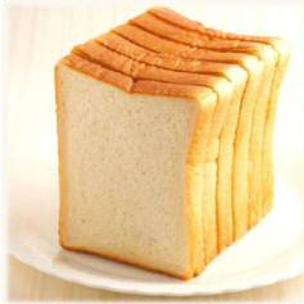
ぶたにくをつか
豚肉を使う
ことが多い



にし
西

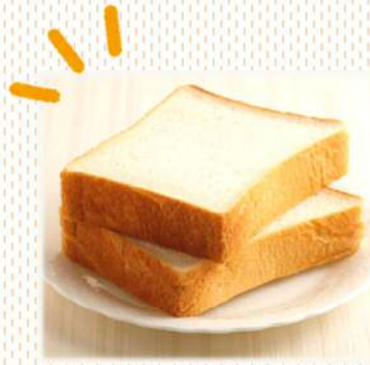
ぎゅうにく
牛肉を
つか
使うこと
が多い

食パンの厚さ



ひがし
東

まいぎ
6枚切りや
まいぎ
8枚切りが
よく売れる



にし
西

まいぎ
4枚切りや
まいぎ
5枚切りが
よく売れる

ところてんにかけるもの



ひがし
東

す
酢と
しょうゆを
ま
混ぜた酢しょうゆを
かける



にし
西

あま
甘〜い
くろみつを
かける

うどんやそばのつゆ



ひがし
東

あじ こ
味が濃く
いろ こ
色が濃いつゆ



にし
西

うすあじ
薄味で
いろ うす
色が薄いつゆ

りょうり つか にく しゅるい 料理に使うお肉の種類や、よく売れる 食パンの厚さ、料理にかける調味料やたれの種類、麺のつゆも、東と西で違っているよ。こうして比べてみるとおもしろいね。いつも君が食べていたのは、東と西のどちらだったかな？



ひがし にし ちが どうして東と西で違うの？



おな にほん ひがし にし ちが
同じ日本なのに、東と西でこんなに違いがあるのはどうしてだろう？

にほん なんぼく ほそなが かたち
日本は、南北に細長い形をしている。
きた はじっこから、みなみ はじっこまで、
だいたい3,000キロメートルあると言わ
れているよ。すごい距離だ！

こんなに細長い
くに 国だから、ちいき 地域に
よって、す ひと 住む人
のせいかく せいかつ 性格や生活の
しかた、この 好まれる
ものが 入



ちが 違ってくる。たと 例えば、
むかし のうさぎょう 昔は農作業をするとき
に、ひがし うま ちから か
東では馬の力を借り、
にし うし ちから か
西では牛の力を借り
ていた。これがきっ
かけで、にし ぎゅうにく
西では牛肉
をよく食べるようになったんだ
って。だからカレーも牛肉なんだね。

おな た もの ちいき かつ
同じ食べ物でも、その地域にぴったりくる形に
すこ へんか つた ちが
少しずつ変化しながら伝わるから、違いがうまれるんだ。

はじ め 初めに見るものが
たくさん 売っているよ！



きみ で さき
君もお出かけ先で
さが 探してみよう！



で お出かけをしたら、スーパーマ
ーケットをたんけん 探検しよう！その土
ち た もの 地の食べ物がよくわかるよ。



まいかちゃんも
まってるよ！



みんなからのおたよりをまってるよ！

〒950-0933 新潟市中央区清五郎 401 番地
新潟市食育・花育センター
食育係 こども食育新聞担当