

➤ Food Market

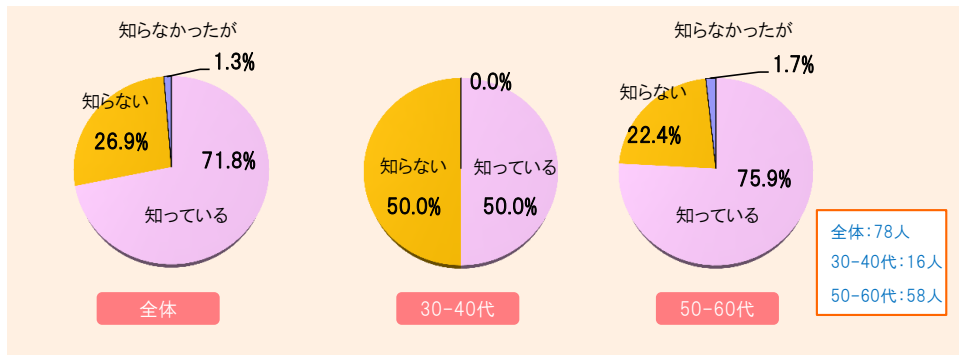
**M▲RKET**

**DATA**

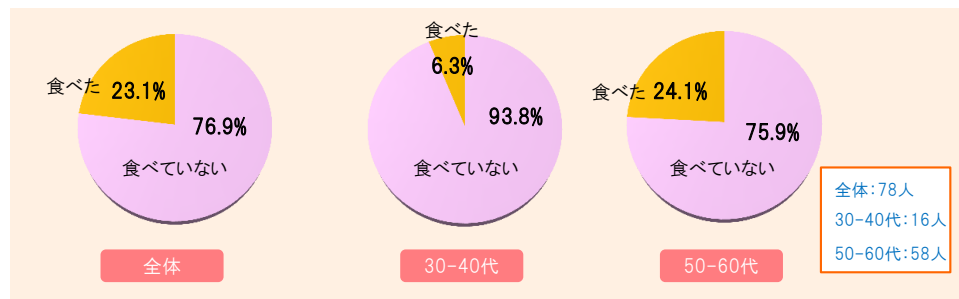
2019  
July  
**7**

## 半夏生について

### ① 半夏生を知っていますか。

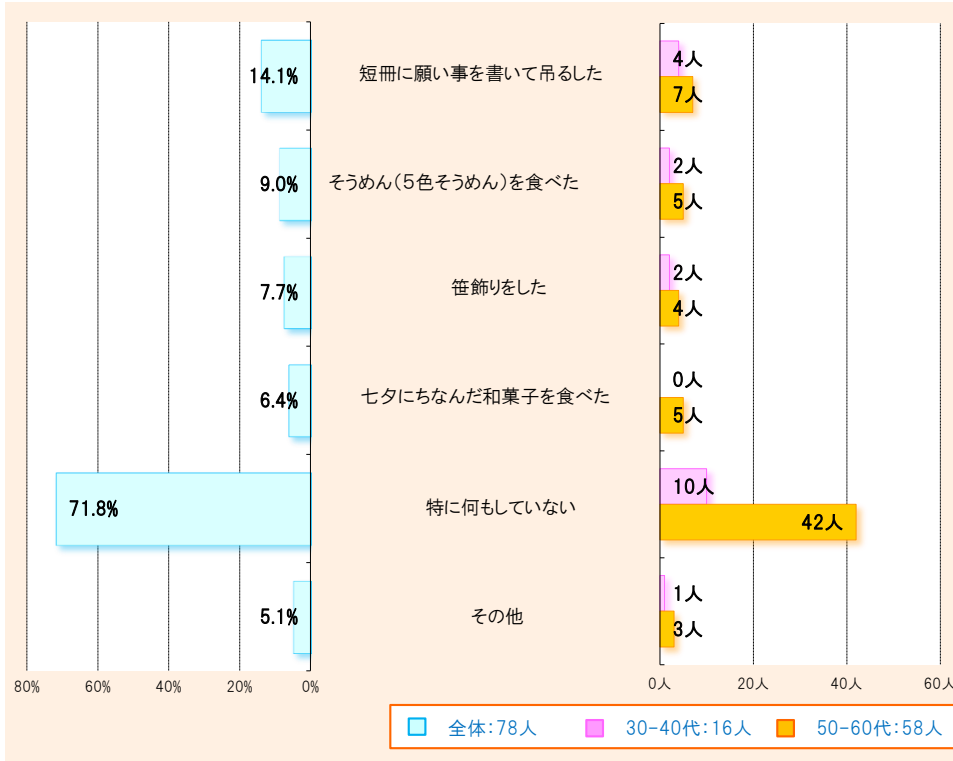


### ② 今年、半夏生にちなんで、ご家庭でたこを食べましたか。

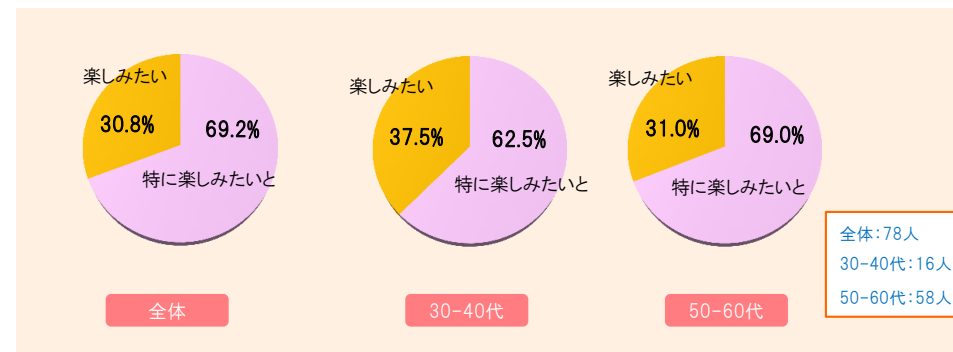


## 七夕について

### ① 今年の七夕には何をしましたか。



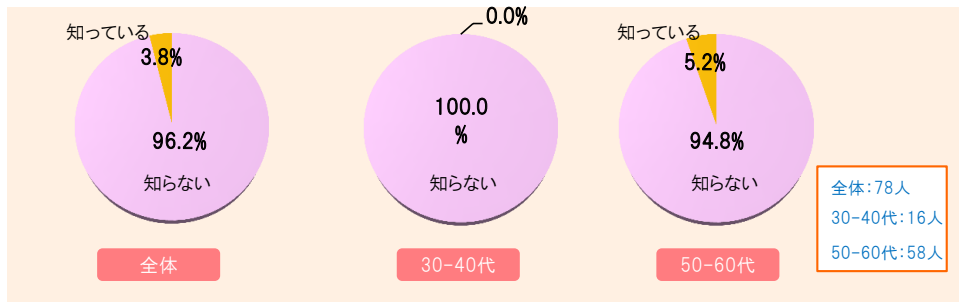
### ② 七夕を楽しみたいと思っていますか。



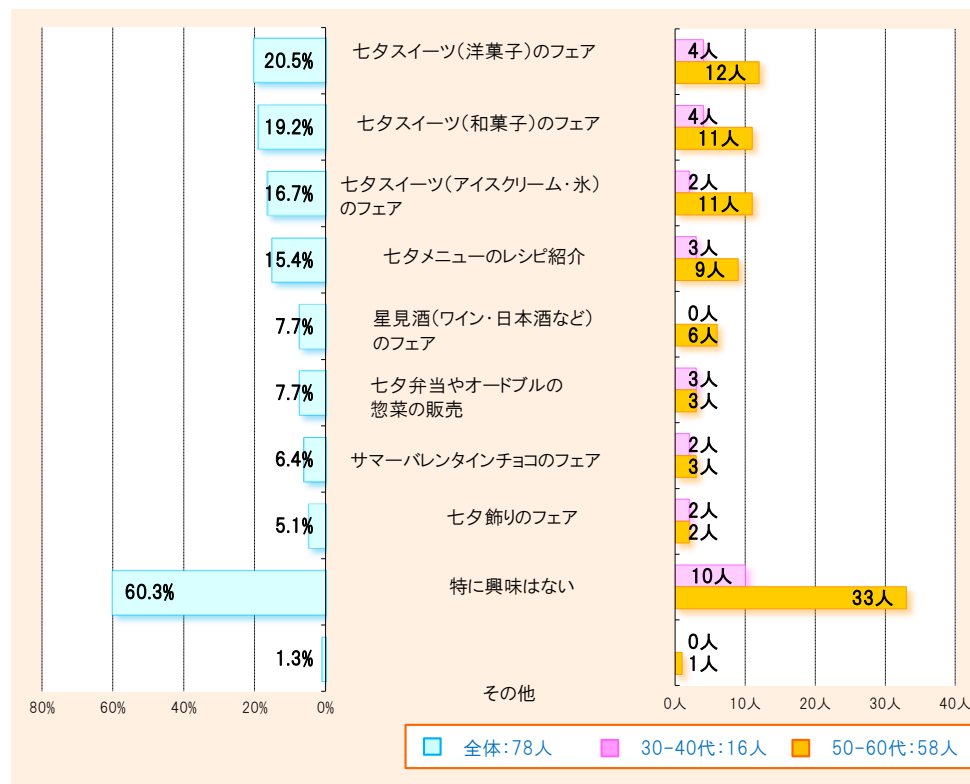
### ③ 七夕にちなんで、したこと(七夕らしいメニューや購入したお菓子、参加した行事、ご家庭でしたことなど)について、詳しく教えてください。

- スーパーで七夕の紙があり願い事を書いた。
- 今年は、町内会の役員ということで、七夕飾りのお手伝いに参加しました。
- 久しぶり短冊に願い事を書いたり、皆さんが作ってきた七夕飾りを飾ったりしました。
- 子供が幼稚園から笹飾りを持って帰って来たので飾りました。それ以外していません。
- 楽しみたいが、余裕がなかった。スーパーのあった笹に短冊をつるした。
- 七夕のときは夜空が気になるのでついベランダに出て空をみてしまう。食事までは気にしていません。  
晴れることを期待している。昔は、したけど今は特にせずにお菓子を食べるくらいです。
- 子供が小さいころは笹飾りもしたのに行事から遠ざかって寂しい気持ちが出て今年は一スーパーで笹の葉にくるまれたもちを買いました
- そうめん、七夕らしい飾りをした。卵で星型を作ったり、きゅうりの千切りで飾ったり、した。
- おそうめんを茹でて、干しシイタケの煮物やオクラ、錦糸卵などを添えて食べました。
- マンションで多数七夕まつりと称して住民交流パーティーがあった
- そうめんの付け合わせに星型に抜いた野菜を添えた
- 孫の保育園で夏祭りや笹飾りを飾った。
- 近くにサロン(お年寄りが週一回集まりお茶を飲む会)がありお手伝いに行ってます。大きな笹にみんなで笹飾りを作り、短冊に願い事を書きました。書きました。
- 毎年7月7日は願い事を書いて供えて、夕飯はそうめんです 和菓子でたなばたらしくあしらったものを買って食べます
- 和菓子屋さんで七夕にちなんだものを販売していたので購入した。
- 夜に星が出ているか眺めた。
- 笹かまぼこときゅうり、ワカメで酢の物を作った。
- 主人が笹を庭に飾ったので、そこに短冊を久しぶりに飾った。子どもが育ったあとに七夕・短冊をしようという発想が私にはなかったので、夫が「短冊やる？」などとロマンティックなことを言うのは楽しいなと思い、面倒だなと思いつつ、形だけ参加した。
- 子供が小学生の低学年までは、笹飾りなどを作っていた。
- 夕食に五色そうめんを作り、アンバサダーをさせていただいている和菓子屋さんから頂いた七夕の創作和菓子を食後にお茶をいれさせていただいた。

④ 七夕がサマーバレンタインデーとして、メリーチョコレートカンパニーが日本記念日協会に  
 制定し、家族や恋人、友人などに愛情や感謝の気持ちを示すために、お菓子を贈る日としていることをご存じ  
 ですか。



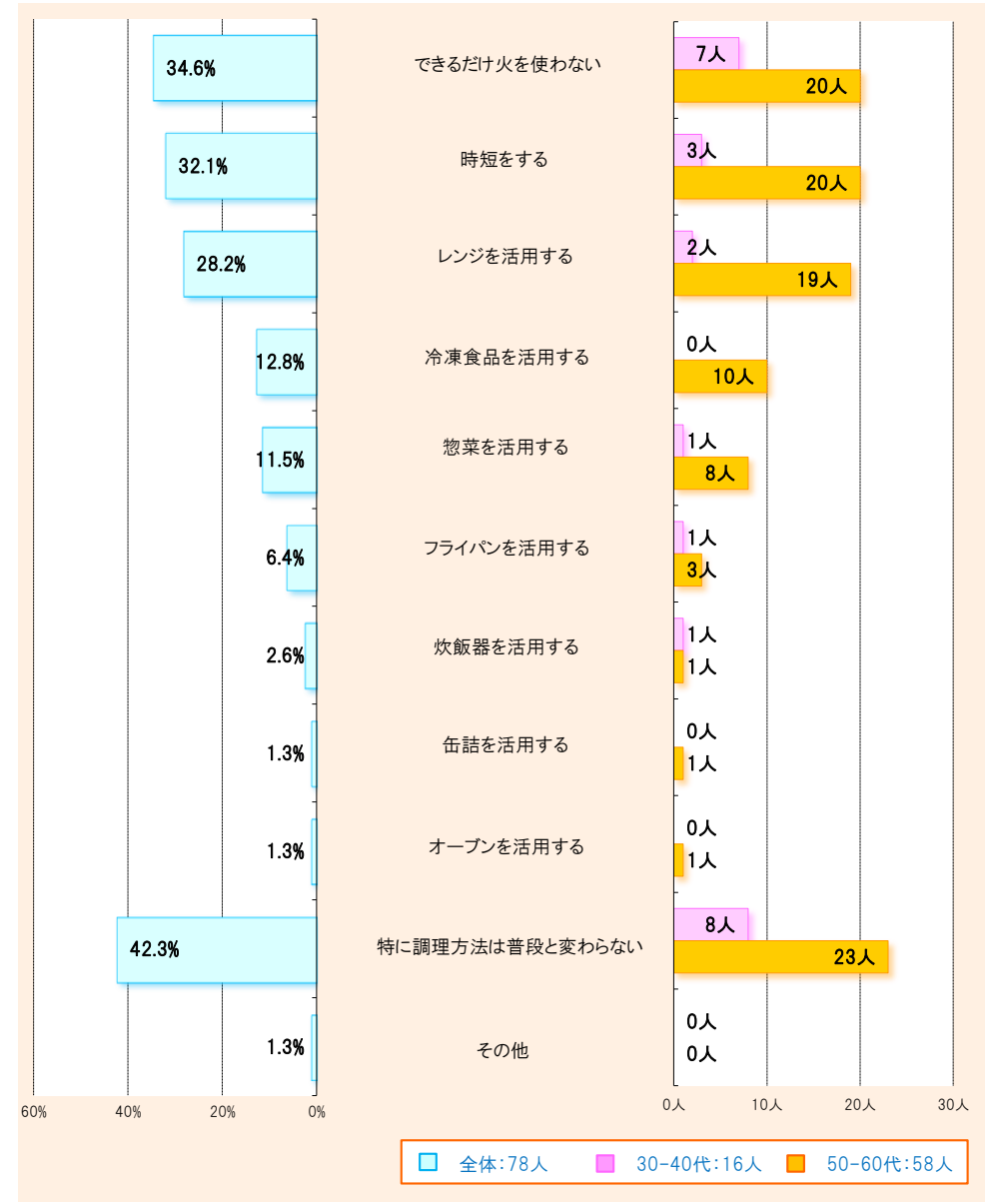
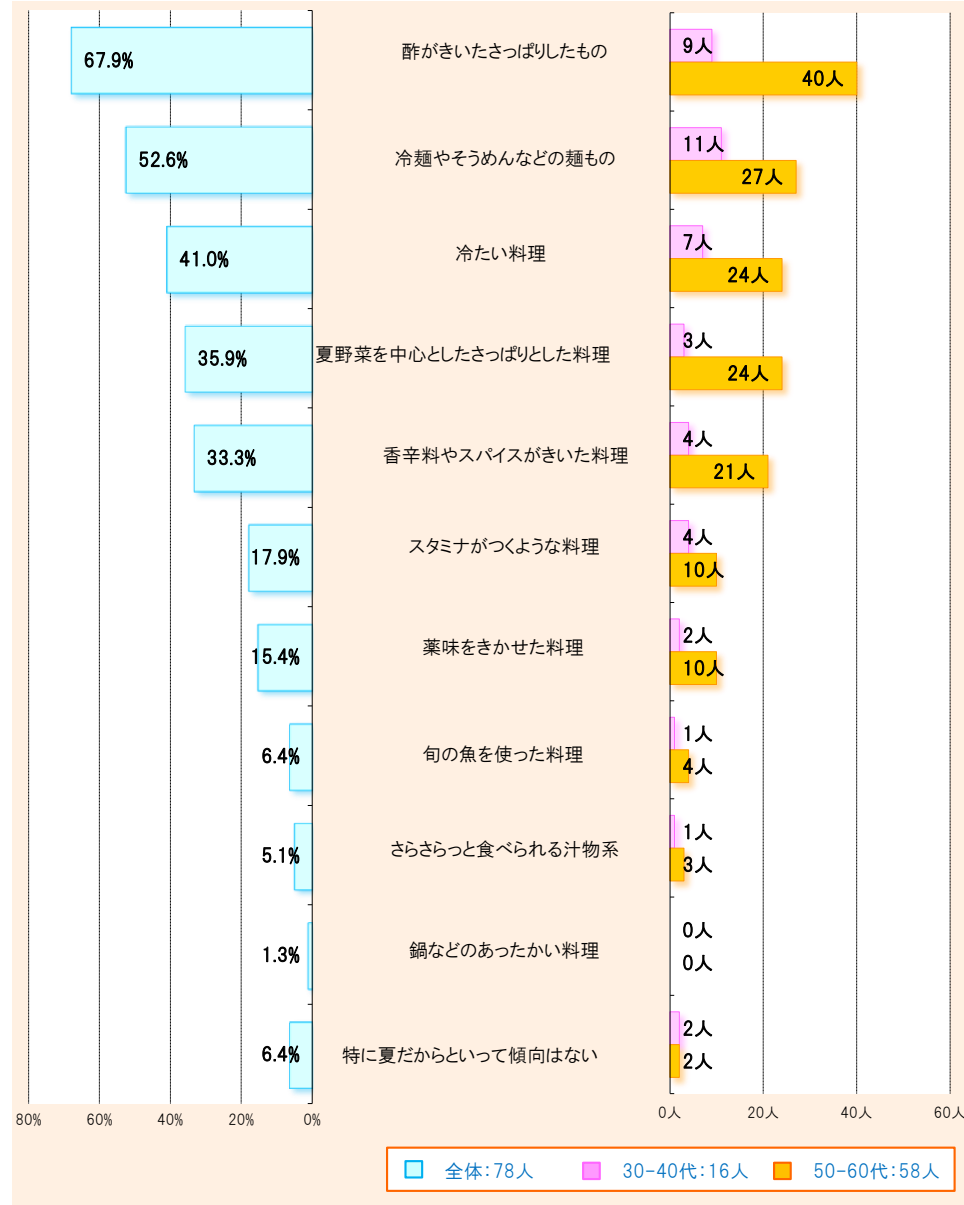
⑤ 七夕に、スーパーマーケットで、サマーバレンタインデーとして、  
 どんなことをして欲しいですか。良いなと思うものをお選びください。



## 夏場のメニューについて

① 夏のご家庭での食卓では、どんなものを食べる傾向がありますか。上位3つをお選びください。

② 夏のご家庭での調理方法は他の季節とどのように変わりますか。



③ 暑さ対策で食生活で気をつけていることがあれば教えてください。

- しっかり火を通す、しっかり冷ますを心がける。高い気温のまま食材を置かない。
- 夏バテしないように梅肉を使う。
- 塩分を少しだけ多めにすることがあります。あと、肉料理を増やしています。
- さっぱりしたものになりがちだが、スタミナのつく料理を隔日にするよう心掛ける。
- 食欲が落ちやすいので、酢味の料理を作ってさっぱり食べるようにしています。
- なるべく食べる時刻にあわせて調理する。時間に余裕があれば、早めに包丁を入れず、直前に調理し、すぐに食べられるように考える。
- タご飯の残り物などはキッチンに出しておかないで、冷蔵庫に必ず保存して寝ます。賞味期限が切れたものはできるだけ食べないようにしています。

④ 夏野菜を使ったメニューで特に気に入っているご家庭での定番メニューは何ですか。メニュー名と理由を詳しく教えてください。

商品名	価格・購入先、理由
夏野菜カレー	カレーにするとおいしく食べれるしヘルシーになるから夏野菜を加えると、季節感あふれる料理になる
夏野菜の揚げ浸し	常備菜として、あまり日持ちはしないのですが、冷蔵庫に冷やしておくと1品として助かります。
冷しゃぶ	みんなが好きで箸がよくすすむことと、献立を立てやすいからです。
ラタトゥイユ	夏野菜をたくさん使って食べられるので大活躍です。冷たくして、朝からスクランブルエッグと一緒に食べたりします。作りたても作り置きも美味しいから。

⑤ 夏野菜でよく使う野菜はどれですか。上位5つをお選びください。

