

花ちゃん、オー君、モンタ博士のわくわくドキドキ冒険記3

国立市立国立第七小学校

平成28年2月15日 NO.91 (291)

花ちゃん 「うわあー！これは本物の
カカオの実ですね。」

モンタ博士 「これはモンタ博士の
宝物なんだよ。この実の
中は果肉と綿のような物
と種からできているんだ。」



花ちゃん 「チョコレートの原料は、
この種であるカカオ豆なんですね。」

モンタ博士 「右の写真がカカオ豆なんだよ。昔は
果肉と綿の部分食べていて、種は
捨てていたんだ。ところがある時、
山火事でカカオ豆が焼けた時に、
いい香りと味がしたので、種も食べる
ようになったというわけさ。」



オー君 「なーるほど。そういうわけですか。よくわかりました。」

花ちゃん 「今から数百年前のメキシコのある王国では、カカオ豆をくだいて、どろどろ
にしたものを飲んでしたそうよ。」

オー君 「え！飲んでいた？ということは、チョコレートははじめは飲み物だったの。」

花ちゃん 「そうよ。その後、大航海時代というのがあって、ヨーロッパのいろいろな国が
あちこちに出かけて、このカカオ豆を持ち帰り、そして、広まったというわ
けなんです。ちなみにそのころは、チョコレートではなく、ショコラトルと呼ば
れていたそうよ。」

モンタ博士 「その後、ヨーロッパのあちこちで、ナッツやバニラをいれたり、砂糖をいれ
たりして飲んだらしいよ。」

花ちゃん 「このショコラトルという飲み物は、不老不死の薬にもなり、疲労回復やいろいろな病気にもよく効くといわれていたんだよ。」

モンタ博士 「何にでもよく効く健康食品として、人々からとても貴重で価値あるものだといわれていたんだ。」

花ちゃん 「それで、金や銀と同じように、カカオ豆はコインとして使われてこともあるそうなんだ。ある資料によると、トマト1個=カカオ1つぶ、カボチャ1個=カカオ4つぶ、ウサギ一羽=カカオ10つぶと交換したとあったよ。」

オー君 「ふーん。そうなんだ。ところで、板チョコとして食べたのはいつからなの。」

花ちゃん 「オー君。いいこと聞いてくれたわね。ここで、チョコレートの4大発明というのがあるんです。下にまとめたので見て下さい。」

発明のいろいろ	国の名前	年代	発明の内容など
ココア	オランダ	1828	カカオバターを取り除き、ココアを誕生させた。
固形チョコレート	イギリス	1840	カカオバターを加えペースト状にし、食べるチョコレートにした。
ミルクチョコレート	スイス	1876	ミルクを入れることにより、まろやかなチョコレートに変身させた。
コンチング	スイス	1880	カカオ豆を完全ぬすりつぶし、なめらかにクリームのように変身させた。

モンタ博士 「さらに、チョコレートは、健康にとってもいい食べ物なんだよ。それを下にまとめたので見て下さい。」

ストレスをやわらげる	カカオマス・ポリフェノールはイライラ感を抑え、疲労回復にとってもいい。
プレッシャーに打ち勝つ	チョコレートを食べると、元気や意欲がでて仕事や勉強がはかどります。
アレルギーを防ぐ	カカオマス・ポリフェノールは、いろいろなアレルギーを抑える働きあり。
若さを保つ	体の酸化現象を抑え、老化を遅らせる働きがあります。
美しさを保つ	チョコレートに含まれる成分は、血管の若さを保つのによい。
便秘を防ぐ	カカオ豆は15~20%が食物繊維なので、おなかにやさしい。
胃潰瘍を予防する	胃の粘膜を守り、おなかの病気も予防してくれる働きがある。
コレステロール値を下げる	血管をかたくしてしまうことなく、コレステロール値を下げる。

オー君 「いいことばかりのチョコレート！いっぱい食べるぞ！」

花ちゃん 「食べ過ぎはだめよ。では次回は、チョコレートのクイズをしましょう。」