



ハロウィンは、<sup>あき</sup>秋の<sup>のうさくもつ</sup>農作物などの<sup>しゅうかく</sup>収穫をお祝いし、<sup>わる</sup>悪い<sup>ば</sup>お化けを<sup>お</sup>追ひ<sup>はら</sup>払う<sup>ぎょうじ</sup>行事です。かぼちゃの<sup>なかみ</sup>中身を<sup>ぬ</sup>くり<sup>こわ</sup>抜いて<sup>かお</sup>怖い<sup>つく</sup>顔を作り、<sup>ば</sup>お化けを<sup>こわ</sup>怖がらせて<sup>お</sup>追ひ<sup>はら</sup>払います。外国では、<sup>がいこく</sup>子ども<sup>たち</sup>達が<sup>かそう</sup>仮装して<sup>いえいえ</sup>家々を<sup>ある</sup>歩き<sup>まわ</sup>回り、<sup>かし</sup>お菓子<sup>しゅうかん</sup>を<sup>もら</sup>うという<sup>しゅうかん</sup>習慣があります。

ちなみにかぼちゃのランタンのことを「ジャックオランタン」と<sup>い</sup>言います。



## あした 明日はハロウィン ハロウィンとかぼちゃのお話し

かぼちゃには、<sup>きいろ</sup>黄色い<sup>み</sup>実の<sup>いろ</sup>色のもと  $\beta$  カロテンがたくさん<sup>ふく</sup>含まれていて、<sup>たいりょくていか</sup>ガンや<sup>よぼう</sup>体力低下になるのを<sup>よぼう</sup>予防してくれます。そのほか、<sup>しょくもつ</sup>ビタミンCや<sup>おお</sup>食物<sup>せい</sup>せんいも多く、<sup>せいかつ</sup>生活<sup>しゅうかんびょう</sup>習慣<sup>よぼう</sup>病の<sup>やくだ</sup>予防に<sup>やくだ</sup>役立ちます。



Trick or Treat と<sup>とな</sup>唱えます (トリックオアトリート)  
<sup>かし</sup>お菓子<sup>もら</sup>を<sup>くれ</sup>ないとい<sup>た</sup>たずらし<sup>ちゃうぞ</sup>ちゃうぞ (/・ω・)/  
この<sup>まほう</sup>魔法の<sup>ことば</sup>言葉<sup>つか</sup>を使って、<sup>きんじょ</sup>近所<sup>うち</sup>のお家<sup>を</sup>を  
まわって<sup>い</sup>きます。

