

Artistic Child

NO.38 作/萩原蒼 (はぎわら・あおい)さん・8歳



野菜の色、イロいろ

ニンジン、トマト、カボチャにナスと、
たくさん野菜を着さんが描いてくれました。
特筆すべきは、その色味。
何色もの色を、いねいに重ね、
それぞれの野菜が持つ独自の色をと、とても正確に表現しています。

野菜の色は、私たちにとって非常に大きな意味を持ちます。

なぜなら、色によって野菜が持つ栄養を知ることができるからです。

トマトの赤は、強い抗酸化力を持つリコピン色素の赤。

同じ赤でも唐辛子の場合は、老化防止効果が期待できる

カプサイシンという色素によるものです。

ニンジンやカボチャの橙は、免疫作用を整えてくれる

カロテン色素によってもたらされています。

ナスの皮の濃紺はコレステロールの吸収をやわらげ、

目の疲れにもいいナスニンという色素が作り出します。

野菜全般の緑は、クロロフィル。

口内の衛生を保ち、お肌の健康を守る色素です。

野菜の色は、生命の色。

そのことを本能的に知っているからこそ、

私たちは、知らず知らずのうちに、

野菜の色に注目してしまうのかもしれない。