

이렇게 놀아요

1. 칙잎을 찾아요.



2. 칙잎을 접어 치아로 자국을 내요.



3. 함께 모아 만다라를 만들어요.



4. 여러 가지 모양을 만들어 놀이해요.



이렇게도
놀이 있어요

취잎 김밥 만들기



취냉국 줄넘기



알고 있나요?

녹용만큼 좋은 취 이야기

취잎은 갈용이라고도 하며, 봄의 어린 순은 모든 영양분을 어린 순에 집중시키기 때문에 영양이 풍부하여 녹용만큼 좋다고 한다. 또한 여성 호르몬인 에스트로겐을 함유하고 있어서 갱년기 여성들에게 좋으며, 성장촉진 물질이 많아서 몸이 약한 사람이나 성장기 어린이에게도 좋다.

취꽃과 취잎에는 로비닌(Robinin)이라는 성분이 있어서 숙취해소에 좋으며 소변을 잘 나오게 하고, 대장염이나 악성종양의 치료제로도 쓰인다.

