

みかんのヒミツ



発行者

飯田 祐里

いっしょに学ぼう!



みかん君

歴史の長いみかん

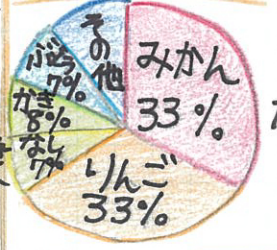
みかんのような「かんきつ」は、

およそ三千万年前ごろからインドのアッサム地方や中国南部に生えていたといわれています。日本には、中国に伝わって、本格的にさいばいされるようになってから伝わりました。しかし、日本では種がないため、なかなか広まらなかったそうです。今では国内生産量上位のみかんも、はじめから人気だったわけではないのですね!

今はたくさん作られているね!



おもな国産果物の生産量の割合



意外と知らない!

みかん

豆ちしき

NO.1

小さいみかんの方がおいしい!?

小さいみかんは成長がおそいので甘くなります。

NO.2

みかんの黄色は体にいい!?

みかんの黄色はカロテンという成分で、健康にいいものです。

① ひらべったい

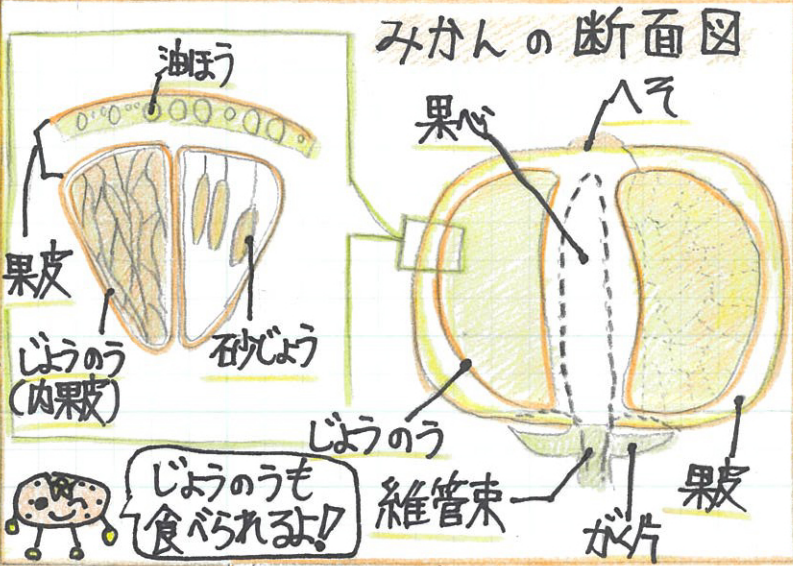


② 油ほうが小さくて多い



など...

どんなみかんがおいしい? おいしいみかんのポイントをしょうかい! ぜひこのポイントで選んでみてください!



みかんのしくみ

今日の学び

あたしは、もともとみかんが好きだったけど、栄養たっぷりで体にいいと知って、たくさん食べて健康に過ごしたいと思いました。また、みかんは農家の人が大切に育てているので、大事に食べたいです。

みかん生産量

① ランキング

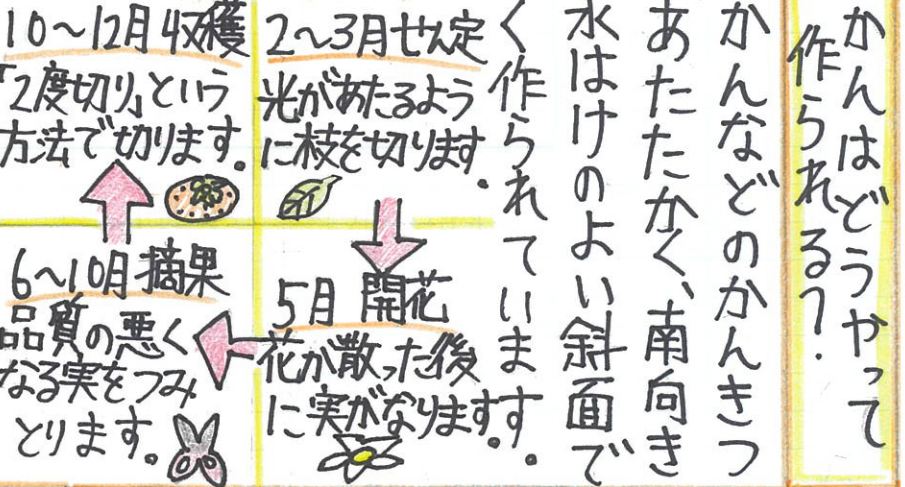
① 和歌山県 (16万7000t)

② 愛媛県 (11万4000t)

③ 静岡県 (6万3000t)

西日本が多いのかな?

みかん農家の1年



みかんは「ビタミンC」が豊富で、肌荒れやかぜ予防に効果があります。また、代衣や白い筋に含まれる成分には、高血圧や動脈硬化を予防する効果があるといわれています。

みかんの栄養!

みかんのコンポート

① みかんの皮をむき、筋もしかり取る

② 水、砂糖、グラニュー糖をなべに入れ、火をつけ煮る。

③ みかんを入れて5分煮る。

完成!

食べすぎには注意!