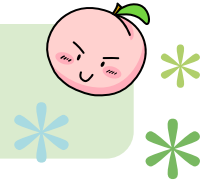


いよかんのお話（中）



みなさん、こんにちは。今日はいよかんのお話です。

いよかんは、山口県のとある農園で偶然できたものだといわれています。みかん類とオレンジ類の両方の特徴を持っているので、両方の品種が混ざってできたのではないかといわれています。

明治時代に愛媛県での栽培が盛んになり、愛媛県の昔の地名である「伊予の国」にちなんで、「いよかん」と名付けられました。

いよかんの皮は濃いオレンジで、果汁が多く、香りが良く、甘く濃厚な味が特徴です。外の皮は、分厚いですが、やわらかいので、手で簡単にむくことができます。

いよかんは、ビタミンCをたくさん含んでおり、風邪の予防にもなります。また、薄皮ごと食べることでペクチンと呼ばれる食物繊維もとることができ、腸の働きも良くしてくれます。季節の果物を食べて寒い冬を元気に過ごしましょう。