

## ☆野菜・果物についての回答☆

A) 全国にほこる山梨の農産物の問題だよ。

☆ 1 山梨の果物には「日本一」の生産量をほこる物がたくさんあります。次の写真の中から選んでみよう。 ☞ ヒント：一つとは限らないよ(^\_-)



<モモ>



<キウイ>



<リンゴ>



<ブドウ>



<サクランボ>



<スモモ>



<モモ>



<ブドウ>



<スモモ>

答え ☞

☆ 2 次の写真は生産量がそれぞれ全国で何位かな？考えてみよう（平成20年度）。



<梅>



<キウイ>



<サクランボ>



<リンゴ>

答え ☞

8位

8位

3位

13位

B) 野菜や果物の旬についての問題だよ。

☆ 1 それぞれ旬の季節はいつかな？考えてみよう！



トマト



さつまいも



イチゴ

旬は？ ☞

夏～秋

秋

春～夏



みかん



キャベツ



大根

旬は？ ☞

冬

夏～秋

秋

※ 産地や植え付け時期、栽培方法等により多少前後します。

☆ 2 旬についてももう少し詳しく見てみよう。

野菜や果物は旬の時期を迎えると、栄養価もグーンとアップします。そこで、今回は冬に旬を迎える「ほうれん草」についての問題だよ。

「ほうれん草」はビタミンや鉄分が豊富で、緑黄色野菜の代表選手♪そこで、夏と冬に栽培された「ほうれん草」では、ビタミンCを含む量がどのくらい違うのか比べてみよう！

ビタミンCの量は？ →

夏		冬	
	20 mg		<u>60 mg</u>

※ 冬に収穫された「ほうれん草」は、夏に収穫された物に比べ葉の色が濃く甘みも増します。