

みかちゃん

温州みかん

秋・冬はやっぱりみかんで健康UP↑

日本で最も消費量の多い果実でしたが、近年では一世帯あたりの購入量においてバナナに抜かれて2位になっています。みかんには、ビタミンCやシネフリンといった風邪の予防に有効な成分が多く含まれています。その他にもビタミンAやクエン酸、食物繊維が多く含まれています。白い筋には、ヘスペリジンが含まれ、動脈硬化やコレステロール血症に効果があると言われています。

みかんは、山口県において主力果実です。温州みかんは、江戸時代に本格的に栽培が始まっており、瀬戸内や響灘沿いなど比較的温暖な地域に産地が広がっています。

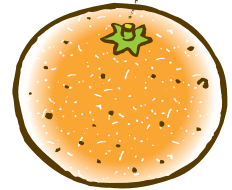


選び方

表面にツヤがあり、紅が濃く、ヘタ(果梗)が小さく黄緑色で、皮(果皮)が薄く、肌のきめ(油胞)が細かいものです。糖度がのってくると表面の紅が濃くなり、ヘタは緑から黄緑色に変わってきたものを選んで下さい。

ヘタは小さく黄緑色のもの

ビタミンCで風邪予防



注目

周防大島町は雨が少ない気候で、日当たり・水はけが良い地形を中心に栽培が盛んに行われており、県内全体の9割程度を担う産地です。

現在では、雨水を遮断し、太陽の光を反射させるシートマルチ栽培や、1年ごとに樹を休ませてみかんをつくる隔年交互結実栽培などを取り入れ、多くの消費者に愛される美味しいみかんづくりに日夜取り組んでいます。

