



いちごは全国でどれくらい、
 どんなところで作っているかな？



全国では158,700t収穫されています。全国で多いトップ5は、1位 栃木県24,800t、2位 福岡県16,000t、3位 熊本県10,900t、4位 静岡県10,400t、5位 長崎県10,200t (農林統計 平成27年産)。日本の産地栃木県の作付面積は605haで、東京ドーム129個分です。(東京ドームの面積は46,755m²)



いちごは「果物」？「野菜」？



いちごは食べ物としては「果物」にわけられますが、作物としては「野菜」にわけられます。農林水産省のわけ方では「果実的野菜」と呼ばれることもあります。



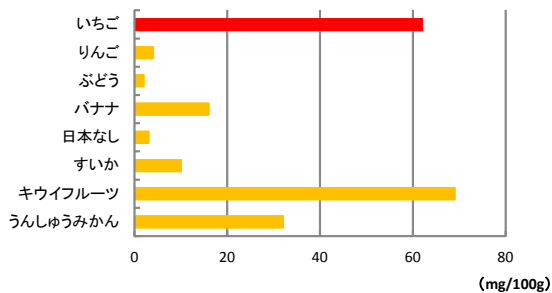
いちごは「おいC」・「ヘルシー」・
 「うれしい」



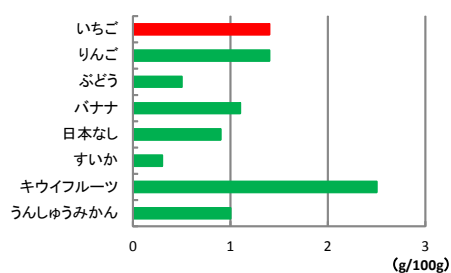
いちごにはビタミンCが100g中62mg入っています。1日10～11粒で1日とるとよいとされるビタミンC100mgをとることができます。

(参考資料：厚生労働省 日本人の食事摂取基準 (2015年版))

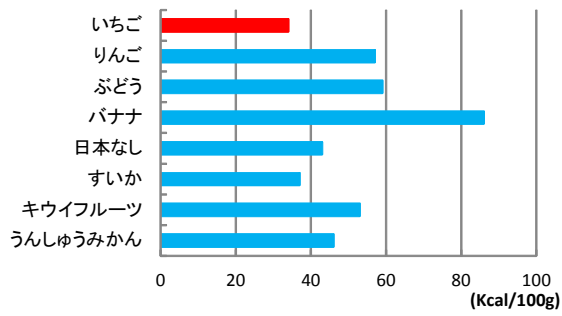
いちごはバナナよりも多くの食物繊維が含まれています。



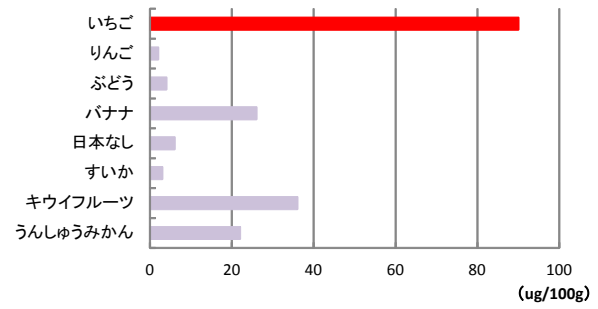
ビタミンC



食物繊維



エネルギー



葉酸

いちごは、エネルギーは控えめなのに、ビタミンC、食物繊維が豊富に含まれています。

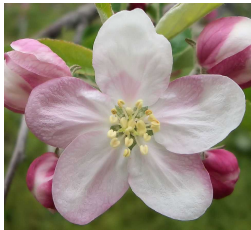


いちごは○○科の仲間だよ



いちごはバラ科の仲間になるよ。バラ科のほかの仲間には、りんご、ナシ、モモ、サクランボがあるよ。

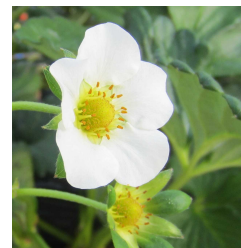
花の形を比べてみてね。



りんごの花



モモの花



いちごの花