

リンゴが生まれたところ

リンゴはナシの仲間^{なかま}で、中央^{ちゅうおう}アジア^{あじあ}で生まれました。日本^{にほん}には平安時代^{へいあんじだい}にやってきました。その時代^{じだい}のリンゴの実^みは小さく^{ちい}、甘み^{あま}が少ない^{すく}ものでしたが、貴重な^{きちょう くだもの}果物^{くだもの}として大切^{たいせつ}にされていました。また、庭^{にわ}に植^うえて実^みや花^{はな}を見^みて楽し^{たの}んだり、お供^{そな}え物^{もの}として使^{つか}われたりしていました。その後^ご、アメリカ^{にほん}や日本^{にほん}で品種改良^{ひんしゅかいりょう}されて、今^{いま}のようにおいしく食^たべられるリンゴになりました。

リンゴは優れた健康食品

「一日一個のリンゴで医者いらず」

ということわざがあるリンゴには、食物繊維^{しょくもつせんい}やカリウム^{カリウム}、ポリフェノール^{ポリフェノール}やクエン酸^{クエン酸}など、体^{からだ}に良い栄養素^{えいようそ}が多く含ま^{おお}れています。毎日^{まいにち}食^たべれば健康^{けんこう}や美容^{びよう}にもよく、病気^{びょうき}や疲^{つか}れたときに食^たべれば元氣^{げんき}が回復^{かいふく}します！

また、リンゴを食^たべると歯^はが丈夫^{じょうぶ}になり、虫歯^{むしば}になりにくくなりますよ。

まいにち
毎日、りんごを食
べるとからだに
いいよ！



リンゴの種類

珠洲市^{すずし}で作^{つく}られている主なリンゴ^{おも}は、9月に収穫^{しゅうかく}される「つがる」、10月に収穫^{しゅうかく}される濃い紅色^{こべにいろ}の「秋星^{しゅうせい}」や黄^き緑^{みどりいろ}色の「王林^{おうりん}」、これから出荷^{しゅっか}される「ふじ」などがあります。「ふじ」は、日本^{にほん}で最も多く作^{つく}られているりんごです。また、「秋星^{しゅうせい}」は、石川^{いしかわ}県のオリジナル^{いしかわけん}りんごです。



おうりん
王林



ふじ



しゅうかくじきむか
収穫時期を迎えた「秋星」

リンゴを作っているところ

珠洲市^{すずし}では、宝立^{ほうりゅうまち}町^{うえとまち}、上戸^{しょういん}町^{まち}、高屋^{たかやまち}町^{まち}でリンゴを作っています。今年^{ことし}は、台風^{たいふう}によるリンゴの落果^{らっか}もあり、農家^{のうか}さんは苦勞^{くろう}されていますが、美味^{おい}しいリンゴ作^{つく}りに励^{はげ}んでいます！