



いちごは^{ぜんこく}全国でどれくらい、
 どん^{つく}なところで作っているかな？



全国では 161,100 t 収穫されています。全国で多いトップ5は、
 1位 栃木県 24,400 t、2位 福岡県 16,800 t、3位 熊本県
 11,700 t、4位 愛知県 10,600 t、5位 長崎県 10,300 t（農林統計
 令和4年産）。日本一の産地栃木県の作付面積は 505 h a で、東京
 ディズニーランド約10個分です。（東京ディズニーランドの面積は
 51 h a）



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。



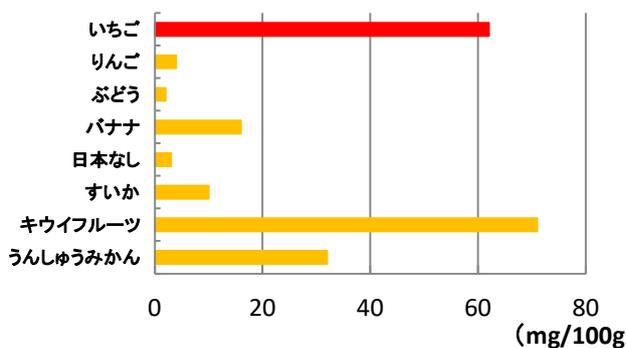
いちごは「おいC」・「ヘルC」



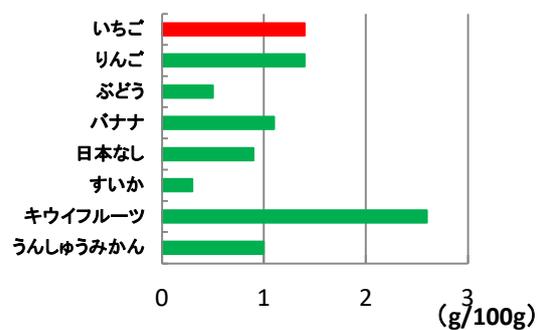
いちごにはビタミンCが 100 g 中 62 mg 入っています。1日 10
 ~11粒で 1日とるとよいとされるビタミンC 100 mg をとることが
 できます。

（参考資料：厚生労働省日本人の食事摂取基準（2020年版））

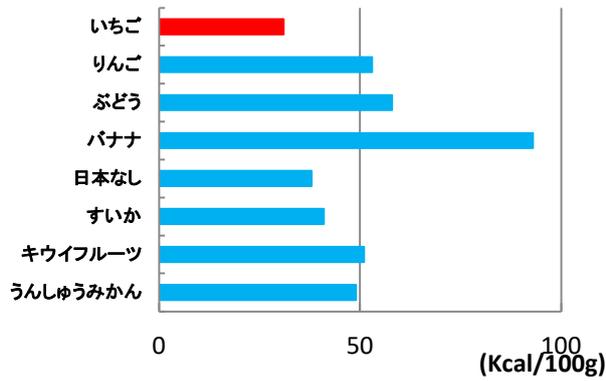
いちごはバナナよりも多くの食物繊維が含まれています。



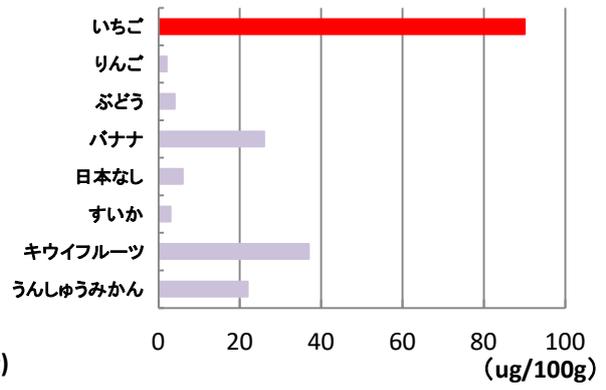
ビタミン C



食物繊維



エネルギー



葉酸

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



いちごはバラ科の植物



いちごはバラ科の植物です。ほかのバラ科の植物には、りんご、ナシ、モモ、サクランボ等があります。

花の形を比べてみてください。



りんごの花



モモの花



いちごの花