



レモン パンフレット



目次



レモンって何？	2ページ
レモンが育つ場所	3ページ
植え付けの時期、水やりの回数	4ページ
主なレモンの魅力	5ページ
レモンの活用方法 掃除	6ページ
サイダーの名前の由来	7ページ
横浜がんばレモンって何？	8ページ
プロスポーツチームとの関わり	9ページ
おわりに	10ページ

レモンって何？

レモン 植物界

階級なし:被子植物

階級なし:真正双子葉類

目:ムクジロ目

科:ミカン科

属:ミカン属

種:レモンC

健康に良い

糖類 2.50g

食物繊維 2.8g

脂肪 0.30g

タンパク質 1.10g

育つ場所

レモンは、原産地がインドとその周辺であるために、降水量が少なく、暖かい気候を好む。そのためやや寒さに弱いですが、最低気温が3℃までなら耐えることができるので、瀬戸内地方以西の平野部なら庭植えて育てることがでる。

植え付け

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月
植え付け			■	■							
元肥			■	■							
追肥						■	■			■	■
剪定		■	■	■							
収穫	■	■	■	■					■	■	■

水やりをする回数

水やりは、土の地面が乾いたらたっぷりやっておく。梅雨を過ぎた7月~8月は特に水切れに注意。また、レモンの果樹の中でも肥料食いです。そのため肥料切れにならないよう年4回忘れずあたえる。

レモンの魅力

- 栄養が沢山とれる
- 脂肪を落とす
- 骨が強くなる
- 血圧を下げる
- 疲労回復
- 健康にいい



レモンの活用法 掃除

★ビタミンCが豊富で、疲労回復や抗酸化作用もあって健康や美容に良いことも知られている。

★レモンの主に果汁に含まれる「クエン酸」と、皮に多く含まれる「リモネン」という成分が家の中をきれいにしてくれる力がある。

★がんこな水あかには、レモン果汁をしみこませたキッチンペーパーで覆い、しばらく置いてからふきとると、しっかり水あかが取れる。

★ポットの中にスライスしたレモンを入れ、ポットの中に満タンになるまで水を入れたら、ふたをして沸騰させる。一時間たつと綺麗になる。

★電子レンジの中は、カップの中に皮と水を入れ、それを庫内に入れて500Wで4分ほど加熱する。そして、扉を閉めたまま5分ほど放置することで、庫内にレモン水の蒸気を充満させる。5分後にメラミンスポンジでふくと綺麗になる。

サイダーの紹介



自分カラットとは、永谷小の学校スローガン「ほりだせ自分カラット! 進め! スペースシップ「永谷号」の自分カラットを引用しました。永谷の町の人自分から力を発揮してほしいという思いをこめました。

横浜がんばレモンって何？

横浜資源観光

横浜がんばレモン プロジェクト

開発

- ・横浜市各学校・老人ホームなどでレモンを作る。
↓ (マイヤーレモン)
 - ・レモンを使ってサイダー（レモネード）にする。
↓
 - ・横浜市のプロスポーツチームの試合で販売→リユースビン
↓
 - ・横浜FC
 - ・横浜エクセレンス
 - ・横浜ベイスターズ
- SDGs

このプロジェクトは環境にもいいし、一石二鳥です♪



プロスポーツチームとの関わり

6-2は2/10日（金）2・4時間目に
サッカーのなでしこジャパンさんと
バスケの横浜エクセレンスさんにサッカー・
バスケを教えてもらいました。



Haruki

Asuka

河合 2-1

Ko R #10

AKO #22

Co

おわりに

このパンフレットを読んで少しでもレモンに興味をもってくれたら幸いです。

今、農家がとっても減って、将来、レモンなどが食べれなくなってしまうかもしれません。ぜひこの機会に、農家の仕事について調べてみてください。