

横浜がんばレモンについて！
かつては、横浜でもレモンが育てられていました。そして今、レモンを新しい観光資源に生かそうと、「横浜がんばレモンプロジェクト」が始動しました！

その内容は、レモネードをプロスポーツチームの試合会場で観戦ドリンクとして販売し、プロスポーツ選手を応援する取り組みです。また容器は、環境に優しいリユース瓶を使っています。「あれ？レモンどこいった？」と思ったあなた、安心して下さい(^^) レモネードは、横浜市小学校などの土地で栽培した、横浜産レモンを使っています！私達の小学校でも作りました！



そんな私たちが作ったレモンで作られたサイダーは、「永谷カラットサイダー」です！永谷小学校の学校スローガンが、「ほりだせ自分カラット！進め！スペースシップ『永谷号』」で、自分カラットとは、自分から行動することでたまるカラットの事です。永谷の町の人達にも自分カラットを輝かせて欲しいと言う思いでつくりました。

ちなみにがんばレモンの名前の由来は、『良い名前つけたいねー。』『がんばレモンは？』『いいね！』『がんばレモン！がんばレモン！』...って感じでついたそうですよ

お待たせしました！長くなってごめんなさい💦
それではいよいよ、気になるレモンの事をたっぷりたくさんお教えしますね！

→本編へGO!



横浜エクセレンスの皆さんと
交流しました！
バスケットを教えてくださいました！



ナデシコジャパンの皆さんと
交流しました！
サッカー楽しかったです！



がんばレモン

ミニパンフレット！
うらを先に読んでね

美味しいレシピ



育て方

栄養素&効果

もくじ

- 分かりやすい！
レモンのそだてかた
- キニナル！
栄養素&効果
- 美味しい！
アレンジレシピ

そだてかた

レモンの育て方のポイント4つ！

1, 日当たりのよい場所で管理すること 2, 年間を通して肥料をきらさないようにすること 3, 夏に土を完全に乾燥させきらないこと 4, 剪定・摘果のタイミングに気をつける事です。水やりの管理が苦手な方は、寒さに強い「リスボン」や「マイヤーレモン」「ユールカ」といった品種がおすすめです。

これにきをつければ、
プロみたいに上手くそだてられる！



インコもレモンを食べるよ！

栄養素・効果

レモンにはビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCには強い抗酸化作用があり、紫外線やストレスなどにより発生する活性酸素を除去し、体が酸化することを防ぎます。レモンに含まれるビタミンCが体内で強い抗酸化作用を発揮して体を酸化から守ることで、病気や老化、肌トラブルが予防されます。

美味しい！ アレンジレシピ

さわやかレモンのアイスボックスクッキー

材料(約20枚分)

薄力粉 120g

バター 50g

砂糖 40g

レモン 2分の1

↑

レモン汁でも可 大さじ1

ポイント
型抜きをしてもいいし、
輪切りにして、周りにグラニュー糖を
付けてやいても美味しいよ



- 1 材料を全てポリ袋に入れて、ひたすらもみもみする
- 2 生地がまとまったら、ポリ袋の中で棒状にする
- 3 そのまま、ガチガチにこもらないように一時間ほど冷蔵庫に入れる
- 4 生地が固まったら、袋を開いて輪切りにする。
厚さは1cm
- 5 クッキングシートをひいた鉄板に並べて、
- 6 180°Cに予熱したオーブンで20分ほどやいて出来上がり!

レモンを使う場合、レモンピール(皮)を少し入れても美味しいよ (入れすぎると苦くなります。)

冷ましてから食べてね!

