

果物もっと

食べよう新聞

2012年12月28日

金曜日

織田まなみ

日本人がよく食べている果物は何か？

(現在)



(10年前)

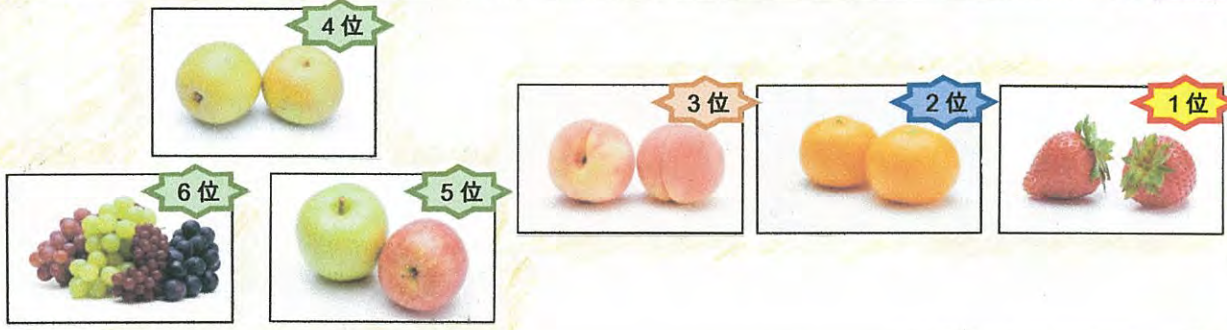


10年前は、みかんが一番食べられていました。が、現在ではバナナが一番食べられていきます。みかんはリンゴの次で三番目となくなってしまいました。

年々減少しています。バナナは少しづつ食べられる量が増えてきています。時代で食べられる果物が変わるのはとてもおもしろいと思います。

咸心相心

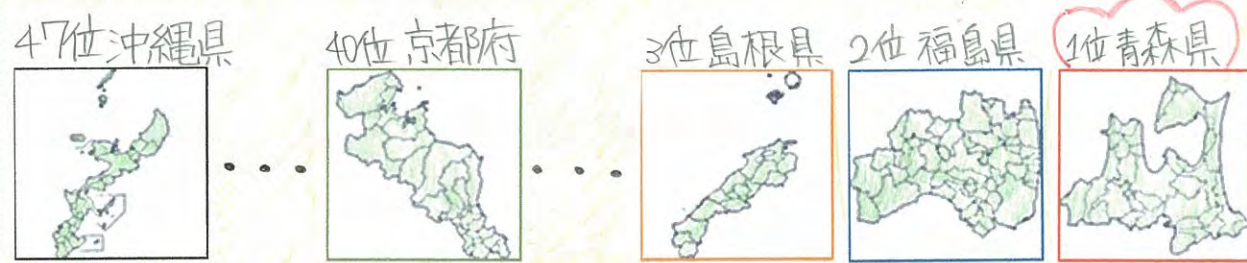
日本人は昔から果物を好んで食べてきたけれど



日本人が好きなのは果物は何か？

日本人が一番好きなのは果物はイチゴです。しかし、日本人がよく食べている果物のベストには入っていません。好きだけれど、高いから買わないのかと思います。また、お年寄りの方は、みかんが一番好きは果物のようです。私はみかんが一番好きで一番よく食べています。

今は、ヨーグルトやゼリーなどの加工品を多く食べていて、生の果物を食べていない。それは手が届かないから皮をむくのがめんどう。後始末が大変だからだと思います。



一番たくさん果物を食べている都道府県はどこか？

果物の生産量の多い県がやはり上にきています。私たちが住んでいる京都府は下から数えたほうがよい所にいます。健康のためにも、もっと積極的に果物を食べようと思います。ちなみに、一番果物を食べないのは、沖縄県です。南国のフルーツをいっぱい食べていると思ってしまうところでも意外です。物を食べているのでしょ？ 実際は日本での一人あたりの消費量は、世界の各国の平均より低く、先進国の中でも最低クラスとされています。世界で一番果物を食べている国はオーストラリアで日本の三倍以上、アメリカでも二倍以上の果物を食べています。

私は、めんどろーと思わず、色々な果物を食べてみて、また果物を使った料理にもチャレンジしてみたいと思います。