

参 考

冬至とかぼちゃについて

冬至とは、北半球において太陽の位置が1年で最も低くなる日で、昼の時間が最も短くなります。太陽の位置が1年で最も高くなる夏至（6月21日ごろ）と比べると、日照時間は北海道の根室で約6時間半近い差があります。

冬至には、かぼちゃなど栄養豊富なものを食べるという風習があるとされておりま

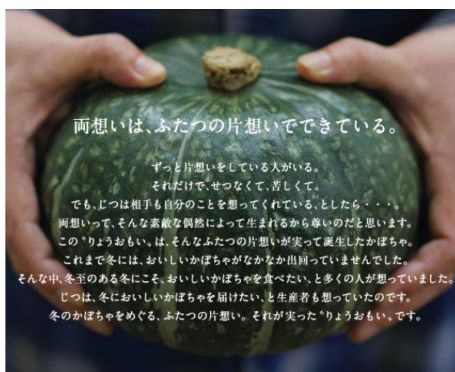
す。かぼちゃはビタミンAやカロチンが豊富なので、風邪や中風（脳血管疾患）予防に効果的

です。本来かぼちゃの旬は夏ですが、長期保存が効くことから、野菜が少なくなった冬に栄養をとるための知恵のよう

です。（参考文献：総務省統計局Webサイト <http://www.stat.go.jp/naruhodo/c3d1222.htm>）

ブランドかぼちゃ「りょうおもい」について

- 販売開始：平成21年
- 流通期間：11月下旬～12月下旬 ※生産状況によって変動する場合があります。
- 主な取扱い店舗：イオン北海道各店、コープさっぽろ各店、ホクレンショップ各店、Aコープ各店、ホクレンくるるの杜 他



【りょうおもい ホームページ】
りょうおもいを使用したレシピなども紹介しております。
<http://www.kitayasai.com/product/ryouumoi.html>



本件に関する
お問い合わせ先

ホクレン農業協同組合連合会 管理本部 販売推進部 販売推進課
TEL：011-200-0697 FAX：011-200-0699 担当：林