

令和8年2月17日 火曜日 [旬:いよかん]



令和8年2月17日 火曜日

からだにとっても
いいよかん！



日本の冬の代表的な果物である温州みかんの時期が終わると、1月くらいから、いろいろな種類のかんきつ類が店先に出てきます。

今日のいよかんも、そのひとつです。愛媛県の特産品として有名です。愛媛県がその昔「伊予の国」と呼ばれていたことから、名付けられたと言われています。

いよかんなど、かんきつ類の香りにはリラックス効果や集中力を高める効果があります！

