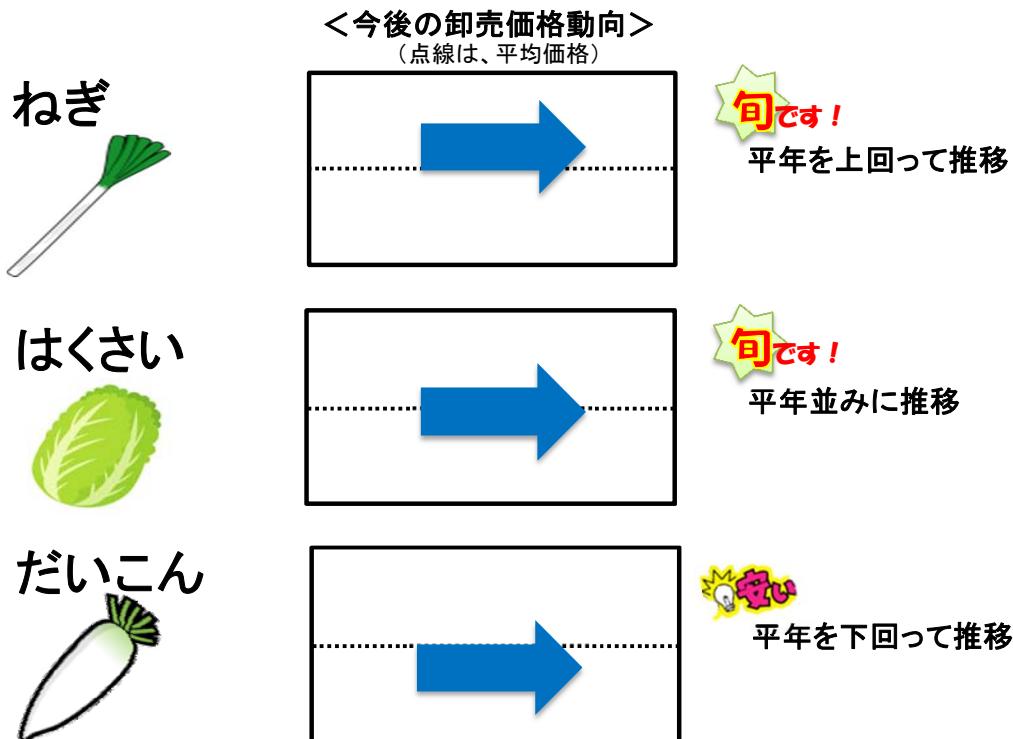


# 平成24年12月上中旬の「おすすめ野菜」

野菜の供給と価格は、季節や天候等によって大きく変化します。そうした中、現在比較的価格が落ち着いて推移し、食べごろである野菜のうちから数品目を、「おすすめ野菜」として紹介します。12月上中旬の「おすすめ野菜」は、次のとおりです。



なお、主要な野菜の需要・価格動向についての詳細はホームページ  
「野菜の需給・価格動向レポート」(平成24年12月3日版)に掲載しています。  
[http://vegetan.alic.go.jp/vegetable\\_report.html](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)

## ねぎが風邪に効くって本当?!



ねぎは、独特のにおいのもとである硫化アリルを含んでいます。このにおいは、交感神経を刺激して体温を上昇させるため、風邪のウイルスを退治するマクロファージが活発になります。また、殺菌作用があることから、のどの痛みやせきを鎮める作用もあります。その上、胃腸の働きを整え、ぐっすり眠らせて、身体に力をつける総合作用を発揮します。



ねぎの詳細は農畜産業振興機構ホームページ掲載の  
「野菜ブック」(ねぎ)へ  
[http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03\\_03.pdf](http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03_03.pdf)



問題1. 平安時代から食されてきたねぎの原産地は、もちろん日本である。

問題2. 焼き鳥屋でおなじみ「ねぎま」の語源は、ねぎとマグロのぶつ切りを、しょうゆ味で煮た鍋からきている。

問題3. 全国ねぎサミットという催し物がある。

答え1. × ねぎの原産地は中国西部又はシベリアです。

答え2. ○ 漢字で書くと「葱鮓（ねぎま）」です。

答え3. ○ 今年は、岐阜県岐南町にて12/8.9に開催予定です。詳しくは[コチラ](#)

●この「おすすめ野菜」は、下記のURLに掲載しています。  
[http://vegetan.alic.go.jp/vegetable\\_osusume.html](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_osusume.html)

●ご意見・ご要望をこちらまでお寄せください。  
独立行政法人農畜産業振興機構野菜需給部需給業務課  
<https://www.alic.go.jp/form/vegetan.html>

