

みかんを食べてココロもカラダも元気に働こう！

みかん de チャージ プロジェクト

愛媛県かんきつ消費拡大運動

抽選で当たる

旬のかんきつプレゼントキャンペーン実施中！

※参加事業者限定キャンペーンです

オフィスで働いている方々のココロとカラダに
みかんをチャージしてもらうことで、
健康で、明るく元気な職場を醸成し、消費拡大に繋げるプロジェクト

実施期間

令和5年11月～令和6年3月（5か月間）
【参考（昨年度）】令和4年11月～令和5年2月（4か月間）

対象団体

愛媛県庁
愛媛県内各市役所・町役場
愛媛県内企業・団体 等

実施方法

- 『みかんdeチャージ』に賛同する事業所には、「宣言書」を交付
※メディアやえひめ愛フード推進機構のHPでの参加事業所の紹介などを通じて、この取組みを広くPRさせていただきます。
- 参加事業所の判断で、農協や小売店、産直市、全農えひめ直販ショップ（オンラインショップ）等から県産かんきつを自由に購入
※品種・数量の指定はありません。
- 購入経費は、各事業所（各部署）の福利厚生費や親睦会費を想定

参加申込方法

『愛媛かんきつ部』ウェブサイト (<https://www.kankitsu.aifood.jp/>)の申込フォームから

参加特典

毎月末時点で登録のある参加事業所を対象に抽選で旬のかんきつプレゼントキャンペーンを実施（月末抽選⇒翌月上旬にお届け予定）

みかんdeチャージプロジェクトには

5つの効果が！

- 1 県産かんきつ消費拡大への貢献で、生産者を支援
- 2 栄養価の高いかんきつの毎日チャージで、従業員の健康を促進（健康経営の推進）
- 3 かんきつのフレッシュな香りとオレンジ映える環境で、オフィスをリフレッシュ
- 4 地産地消の推進で、輸送エネルギーの削減などSDGsに貢献
- 5 プロジェクトの県内外へのPRで、「かんきつ王国えひめ」の更なる認知度向上

「かんきつ」のあれこれ

1. みかん消費の現状

【表1】

みかん一人当たり消費量（単位：kg/年）

S50年	S55年	S60年	H2年	H7年	H12年	H17年	H22年	H27年	R2年
20.0	14.5	9.6	7.8	6.3	5.9	5.1	4.1	3.8	3.4

令和2年で3.4kgと、消費量の多かった昭和50年の6分の1に落ち込んでいる。

出典：総務省統計局「家計調査」

【表2】

1世帯当たりみかん年間購入量に関する県庁所在地・政令指定都市ランキング

順位	都市名	年間購入量 (kg)	順位	都市名	年間購入量 (kg)
1	長崎市	14.09	2	和歌山市	13.56
3	静岡市	13.14	4	大分市	12.30
5	徳島市	11.60	6	堺市	11.50
7	津市	11.48	8	浜松市	11.37
9	松山市	11.30	10	宮崎市	11.23
11	鹿児島市	10.86	12	新潟市	10.78

※令和元年～令和3年の平均値

出典：総務省統計局「家計調査」

2. かんきつの効能

【かんきつの効能】

かんきつには抗酸化作用によって肌荒れなどの改善が期待できるビタミンCをはじめ、カロテン、クリプトキサンチン、クエン酸、ヘスペリジンに加えて、豊富な食物繊維など様々な機能性成分が含まれている。

3. その他

◆厚生労働省の「健康日本21」では、1日200gの果物を食べることを目標とされている。

⇒温州みかん1個の可食部を約80gとすると、1日2個の摂取が目安となる。

（温州みかん1個のエネルギーは約40キロカロリー）

※食べ過ぎると、手のひらや足の裏が黄色くなる「柑皮症」を発症することがあるため、過剰摂取には注意が必要となる。

◆「みかんはもらうもの？」

愛媛の家庭では、よく「みかんはもらいもの」と言われていますが、今回の運動の趣旨は、本県が誇るかんきつのオフィスでの消費拡大ですので、経済を回し、持続可能なかんきつ農業の発展のためにも、できる限り、各企業・団体での購入をお願いします。