

	<h2 style="text-align: center;">練馬の夏の風物詩 小さい子どもも楽しめる！</h2> <h3 style="text-align: center;">ブルーベリー観光農園31園が続々オープン！</h3> 
<p>と き</p>	<p>7月初旬から9月中旬まで開園予定 (開園期間は各園によって違うため、詳細はお問い合わせください)</p>
<p>と ころ</p>	<p>区内31園 摘取料金：100g200円(各農園共通)</p>
<p>7月から、練馬区の夏の風物詩、ブルーベリー観光農園31園が続々とオープンします。</p> <p>区では、都市型農業経営の支援に力を入れており、ブルーベリー観光農園もその一つです。JA東京あおばブルーベリー研究会会員が開設しています。</p> <p>練馬区のブルーベリーの栽培面積は約950アールと、23区内最大の広さを誇っており(平成26年度東京都農作物生産状況調査より)、都心からの交通の便が良いのも魅力の一つです。</p> <p>ブルーベリーの木は背が低いことから、小さい子どもでも実を摘み取ることができ、「おいしい」と「たのしい」が一緒に味わえる、<u>身近な夏休みのファミリーレジャー</u>として利用者が年々増加しています。昨年は約3万4千人の方が来園しました。</p> <p>9月中旬まで摘み取りを楽しむことができますが、摘み取れる実が無くなり次第終了します。開園状況は各園によって異なるため、随時、区ホームページでお知らせしています。</p> <p>区ホームページ URL：http://www.city.nerima.tokyo.jp/kusei/nogyo/hureai/kanko/index.html</p>	



小さい子どもでも実を摘み取ることができます

目に良いだけじゃない？ ブルーベリーの効用あれこれ

ブルーベリーに含まれるアントシアニンは、目の疲労回復に良いといわれ、血管を保護する働きもあるとされています。また、ブルーベリーの栄養素で見逃せないのが食物繊維。その実は皮ごと食べられるため、他の野菜や果物に比べて、便秘を予防する食物繊維がしっかり取れます。その他、老化や生活習慣病などの原因となる活性酸素を抑える働きがあるともいわれています。



ブルーベリーには多くの効用があるといわれています

練馬産ブルーベリーを使った商品・店舗の情報も充実！ ブルーベリー観光農園紹介冊子を配布しています

紹介冊子には各農園の開園時期、予約方法、交通案内に加え、観光農園周辺の観光スポットや練馬産の農産物を使用した商品・店舗などの情報を掲載しています。観光農園の周辺にある、練馬の魅力的なスポットを見つけるのに役立ちます。

配布場所：区役所や出張所などの区立施設、産業・観光情報コーナー、JA東京あおば各直売所



紹介冊子(表紙)