



• レモンの^み実

• 旬^{しゅん}：冬^{ふゆ}(12月^{がつ}～3月^{がつ})

• レモンの^{えいよう}栄養

^{めんえきりよく}免疫力を^{たか}高めてくれる^{シー}ビタミンCを

^{おお}多く^{ふくんで}います

• レモンの^{こうか}効果

レモンの^{かお}香り成分には^{せいぶん}リラックス^{こうか}効果があり

アロマや^{こうりょう}香料にも^{つか}使われています