

# とちぎのにおかこ収穫体験

VOL.3



とちぎのおいしい新米、できたよ～!

## お米農家で稲刈り体験

(とちぎのコシヒカリ)

栃木県には、鬼怒川、那珂川をはじめ大きな川がいくつも流れています。これらの川が、とちぎの大地を潤し肥沃な田畑をつくっているのです。とちぎのコシヒカリはそんな田んぼで、いま収穫の時期を迎えました。今回は神奈川県の榊千絵ちゃんと有紀子ママが、小山市の田んぼに出かけました。



みんなおにぎり大好きね

千絵の家では毎日、朝食はおにぎりなの

小山市の福田正義さんは16代目。今は17代目の輝明さんと「おいしいお米づくり」にこだわって、コシヒカリをつくっています。18代目になる小3の彩ちゃんも田植えの時期は大活躍です。



「栃木県はみなさんに安心してお米を食べてもらえるように、今年から各農家で栽培履歴日誌をつけています。県をあげての『安心米づくり宣言』です。また環境面から、ヘリコプターでの農薬空中散布も禁止です。減農薬に力を入れていますが、雨が多い時期は病気がでるので農薬も必要なんです。昔のように農薬を背負ってまくのは重労働。年寄りだけの農業はこれからの時代は無理ですね。でも栃木県は次の世代の若い人達が勉強してがんばっているから、ぜひ栃木県に期待しててください。栃木コシヒカリ100%は本当においしいです。一度ぜひ食べてみてください」福田



「昔はみんな、こうやって稲刈りをしたのね。今はコンバインだけど、一千万円ちかくするんですって。借金を抱えながら、自然任せの農業を続けるのは大変ですね」有紀子ママ



ここにもみを入れるんだよ

「コンバインで稲を刈ったよ」千絵

「後ろの大きな乾燥機でもみを乾燥させ、玄米にして出荷します」福田

### ごはんになるまで



（稲穂からはずした状態です）もみがらと玄米にわかれます。最近（白米と米ぬかに分かれまは健康食としてこのまま食べる人も）す。食べられる状態です



### お米の達人になろう

- \* お米選びは産地・品種・割合にこだわって購入を
- \* お米も鮮度が肝心。精米日を確認。春は1カ月、夏は2週間、冬は2カ月を目安に食べきる量を購入
- \* 米とぎは水にお米を入れてさっかき混ぜたら、急いで水を捨てる。汚れた水がお米に入らないよう、3回繰り返し、後はリズムカルに
- \* 炊きあがったら、15分蒸らしてから全体をかき混ぜる(シャベルリ)。よぶんな水分が飛び、ごはんがおいしくなります



(社)とちぎ農産物マーケティング協会

〒320-0033 栃木県宇都宮市本町12-11 JA会館4階 電話028-626-2150 HP「カラダにとちぎ」<http://www.tochigipower.com/>