

# かつの微生物農法研究会便り

H20.3.1 Vol.3



雪中の田んぼ、ひとときの農閑期。

## 減反割当大幅増の狭間で・・・

米の消費の減退、ミニマムアクセス枠の維持、米の作付過剰・・・といった原因による米価下落の緩和を目的として国が積極的に進めてきた水田の転作（減反政策）。今年の転作割り当ては過去に例を見ない大幅な増加にて、生産現場では大きな衝撃と混乱が巻き起こっています。当地鹿角の生産者は、過去20年以上にわたって減反政策に生真面目なほどに協力してきましたが、県内の干拓地、大潟村の大農家たちが作りた放題なために、県全体としては転作達成となったためしがありません。世の不条理さはどの世界でも同じとは思いますが、極端に高齢化と後継者の減少が進行してしまっている農業界では、極めて深刻な問題です。お客様に喜ばれるお米がある一方で、品質をさておいた無為な生産や販売手法によって、産地の評判や生産割り当てが左右されます。海外の穀物高騰や

食糧危機があるなかで、国も産地も、国民の食卓や健康の維持を健全に保っていくため、我が儘や打算抜きの本気の取組が必要ではないでしょうか。

## 新米表示のふしぎ

収穫したお米はいつまで「新米」なのでしょう？農林水産省の「AS法」によれば、「(前略)原料玄米が生産された当該年の12月31日までに精白され、容器に入れられ、若しくは包装された精米(後略)」が新米表示できるということになっています。つまり、生産年の翌年元旦以降に精米したものは「新米」ではないということ。逆に、その年の大晦日までに大量に精米・包装しておけば、それらは翌月販売しようが3ヵ月後に販売しようが、「新米」と表示できるのです。ですから、お米の新鮮さは「新米」表示だけでなく、「精米年月日」の表示を確認するのが良いようです。この辺、なんか納得いきませんが、ただ、精米前の玄米の貯蔵方法によってお米の新鮮さはかなり違ってくるので、これも注意が必要でしょう。

魚、豆、肉、卵などからたんぱく質をバランスよくとりましょう。主菜がないと、いろいろな栄養素の量が十分とれません。

からだの血や肉となる



からだの調子を整える



野菜などからビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。副菜は栄養素の調整役ばかりでなく、食事の味や歯ざわりなどいろいろな変化をつけてくれます。

### 主菜

### 副菜

### 主食



「ごはんを主食とする日本型の食習慣は、魚、大豆や野菜、海藻類といった多様な食材を使ったおかずを組み合わせるため、からだに必要なさまざまな栄養素がバランスよくとれるという利点があります。献立を考えるときは、「ごはんを主食に主菜、副菜をそろえる」「ごはん食」を心がけ、生活習慣病を予防しましょう。

生活習慣病の予防には、「ごはん食を中心とした食事をする」

ごはんは毎食、しっかりと食べましょう。ごはんは量の割にはエネルギーが低いので、太りにくい食べ物といえます。

### 汁



適塩を心がけて多様な味を楽しみましょう。

# 生産地から

今年の冬はいつにも増して厳しい、というのが全国共通の実感ではないでしょうか。当地鹿角も、零下15度を5～6度経験しており、連日零下5～10度の極寒が続いています。一年で最も寒いのは2月ですが、この冬季間に、寒冷な気候を利用して当地で栽培されている「寒締めホウレンソウ」はとても甘くて美味しい作物です。もとよりホウレンソウは寒さに強いのですが、極端な寒さにあてることで、植物の「凍るまい」という作用で自ら糖度を増して甘くなる、雪中貯蔵のキャベツや白菜などと同じ原理の栽培方法です。是非一度お試しを。

## こんなお米の使い方はいかが

お米の小袋(2合パック)に写真つきオリジナルラベルをつけて演出。



結婚披露宴などで、ライスシャワーならぬお米のプレゼントなどはいかがでしょう。かさばらず感謝の意味のこもった独創的な贈り物として、喜ばれること請け合いです。ラベルデザインから行いますので、お気軽にご相談下さい！

こちらの秋田美人なモデルはうちの税理士さんです

# 近日発売! 菜々の油

国の政策として進められている田んぼの転作。当地鹿角地方では、転作作物のひとつとして「菜の花」を栽培し、地元住民や観光客の目を楽ませています。この「菜の花」の種、ナタネを搾った純国産の高品質菜種油が商品として発売されることになりました。この菜種油、商品名を「菜々の油」といいますが、一般の菜種油には心臓に負担のかかりやすいエルシン酸が多く含まれているのに対し、「菜々の油」に使用している菜の花の品種、キザキノナタネにはそのエルシン酸が全く含まれていません。おまけにオリーブなどの含有成分として知られ化粧品などに使われるオレイン酸が多量に含まれており、オリーブ油の代用利用としてもおススメです。市販のキャノーラ油(菜種油)の原料の多くがカナダ産などの遺伝子組み換え作物であることを考えても、この純国産の「菜々の油」は安心してお使いいただけます。安価なサラダ油のような漂白を一切していないので、臭みもなく琥珀色をしており、揚げ物などにお使いの場合、カスや劣化が少ないので何度も繰り返し使用できます。お値段は若干高めですが、環境にも健康にも安心してお使いいただける「菜々の油」。近日中に通信販売を開始いたします。ご期待下さい！

こちらのブログでは鹿角地域の日々の様子がご覧いただけます。  
携帯版はこちら

たんぼ小町ちゃんと  
かづの三姫の鹿角探訪記

<http://blog.livedoor.jp/kazuno2007/>



美味しいお米とりんごのご注文 / お問合せ先は・・・

〒018-5201 秋田県鹿角市花輪字赤川端7-3

**有限会社 安保金太郎商店**

フリーダイヤル: 0120-08-2028

e-mail [kintaro@umaikome.jp](mailto:kintaro@umaikome.jp)

冬の十和田湖のロングランイベント「十和田湖冬物語」は、光に彩られた美しい雪の回廊、青森・秋田・岩手各県の名物料理や地ビール、氷のワインバー、各県のお祭り、毎日の打ち上げ花火などなど、一日中楽しめるイベント。今年はそれに加えて、十和田湖や八幡平などの名所を巡るバスツアー「冬の万華鏡」という企画も。このツアー、私たちのお米「花輪ばやし」がもれなくプレゼントでついてくる。う～ん、お得。

十和田八幡平 2007年12月～2008年3月

## 雪の万華鏡

ゆきのまんげきよう

周遊バスで巡る冬の十和田八幡平

Produced by (社) 十和田八幡平観光物産協会

「冬の万華鏡」について詳しくはこちらへ

お電話でのお問合せ先

十和田八幡平観光物産協会

0186-23-2019 (TEL)

0186-23-7715 (FAX)



秋田県産米「あきたこまち」全員にプレゼント

(社)十和田八幡平観光物産協会ホームページ

<http://www.ink.or.jp/~kankou18/>



ぜひ一度  
かづの  
鹿角へ遊びに  
来てみて下さい!



有限会社 安保金太郎商店

かづの微生物農法研究会

事務局

文・写真: 安保 大輔