

新米情報

皆さ〜ん
おいしい**新米**が
とれましたよ〜！

新米も、もちろん
とがずに炊ける
BG米！！

便利！
経済的！（水の節約）



実りの秋の贈り物！

今年は9月に上陸した台風13号の被害もほとんど見られず、例年どおり、おいしいお米が収穫できました。

とれたてのおいしい新米を食べて、これからの寒い冬に向けて元気を蓄えておきましょう。栄養バランスのよいごはんで、パワーアップ！！

鹿児島県で穫れる主な銘柄

- ヒノヒカリ ●はなさつま ●かりの舞
- ※ヒノヒカリはコシヒカリを九州地方の風土に合わせ、改良されたものです。

とがずに炊ける
おいしい**おもち**はBGもち米に
限ります！！

もち米料理のいろいろ！

おもち（あんもち、きな粉もち、他）
炊き込みおこわ、お赤飯、おはぎ



国内産 100%
[1kg入 と 5kg入]
があります。

保温

もち米ごはんの
保温は炊飯後
4時間以内が
おいしさの目安です。

BGもち米は炊飯器でも
炊けます！！

- BGもち米と
同量の水を加え
軽にかきまぜます。
- 1時間以上水につけた後、炊き
ます。その後15分程おひらします。
[むらし機能付の炊飯器は、その必要
はありません。]

蒸し器で蒸す方法

- BGもち米を4時
間以上水につけた後、蒸し器で
蒸します（15分程）
蒸し上がる前に少量の水を全体
にパッとかけます（打ち水）

農産物の 故事・わざ

●冬至にかぼちゃを
食べると風邪を
ひかない。
かぼちゃを食べて
ゆず湯に入ると
いいですよ。



●柿が赤になると
医者（イ）が青くなる
柿を食べると病気に
ならないという意味。
柿にはビタミンCが多
く風邪をひきにくくする。
（りんごやトマトも例える）

●梅干は三毒を
消す。
「食べ物（イ）の毒」「血（イ）の毒」
「水（イ）の毒」を消す働きが
あるといわれます。
[1日1個が適量]

お米物語

八重山の天然水でお米づくり

標高500mの高台に位置する
樋脇町藤本地区は、冬になると
薩摩郡で一番の降雪地域！また、
藤本地区では朝夕の温度差が激しく、
それが米づくりには適しているといこと
で、とても恵まれた環境にあります。
雄大な八重山から湧き出る生活
排水の全くない天然水での米づくり！
更に、米づくりに適した粘土質の赤土
や陽当たりの良い棚田など、おいしい
お米の条件が揃っているんです。

今回は、組合を立ち上げて8年目、
内倉俊久さん（農作業受託組合長）
と、鬼塚透さん（認定農業者）
に、お話を伺いました。

棚田と
藤本の滝を
案内して



稲刈りは10月下旬と
のことでしたのでこの「おに
ぎり通信」が発行される
頃には収穫も終って
おいしい新米が
とれていること
でしょうね。

車で走行中、切り立った
赤土の崖を案内してもらって
いると、遠くに**鹿発見！！**
なんと2頭も。遠目でしたが
鹿のお尻って真白なんですわ。

稲のあとは裏作で**玉ねぎ作り！！**
もう苗づくりが始まっています！！

Q. 寒暖の差はどれくらいあれば
おいしいお米になるんですか？

A. 「稲の穂が出る8月のお盆過ぎ頃に
朝夕20度、昼30度、その差が10度
以上あると、いいお米になりますよ。」

Q. 今年のお米の出来はどうですか？

A. 「98%くらいですね。9月の台風の
影響が少しだけ出たんでしょう。米づくりに
適した田んぼは収穫量は少なめなん
です。質のいいお米は量がないんですよ。
でも、おかげさまでお客様から、味が
いいということで、毎年、田植えの頃
から注文の予約をいただいています。」
（おいしさの証しですね。）

鬼塚透さんに
いただきました！
ありがとうございました！



今後の夢は何ですか？

「地元の集落がいつまでも
活気があってずっと続いて
ほしいですね。今、若い人た
ちも協力してくれますが、これか
ら米づくりに興味を持ち続けて
頑張ってもらいたいです。」
（内倉さんの優しい笑顔が、とても
印象的でした。どうもありがとう
ございました。）