



宮若うまい米の魅力



宮田南小学校 5年2組

宮田南小学校の5年生が平尾孝市さんと育てた宮若うまい米（実りつくし）が、「第6回九州のお米食味コンクール」で5位入賞、「宮若うまい米コンクール」で金賞を受賞しました。今回は、その宮若うまい米の魅力を紹介します。



平尾孝市さんってどんな人？

平尾孝市さんは、福岡県宮若市で米や野菜を作っている方です。平尾さんの農業歴は18年で、長い間お米作りをしています。平尾さんは今、3人で全ての作業をされています。

平尾さんがお米作りを始めたきっかけは、平尾さんのお父さんが米作りをされていて、それを受け継がれたそうです。そんな平尾さんも、小さい頃は大変な農家の仕事をしたくないと思われていたそうです。

また、平尾さんは、「ダイヤモンド褒賞」というすごい賞を受賞されています。「ダイヤモンド褒賞」とは、「食味分析鑑定コンクール国際大会」で金賞を2回、「宮若うまい米コンクール」で5回金賞をとった人しか、もらえない賞のことです。



米作り体験について

私達宮田南小学校の5年生は、農家の平尾孝市さんに教えてもらい米作りを体験しました。お米の魅力を知るために平尾さんにインタビューしました。

Q, どんな思いで米作りをしていますか？

A, 消費者の方が美味しいと言ってくれるように頑張っています。

Q, 実りつくしのとくちょうは、何ですか？

A, 他の米よりつぶが大きいところですよ。

Q, お米を食べると、いいのはなぜですか。

A, お腹いっぱいになって力がわいてくるからです。



種まきと水やり



5月に種まきを行いました。全体に均等になるようにまくのが難しかったです。初めての人が多い中、みんなで協力して一生懸命にまきました。



そこから、毎日毎日交代で忘れないように水やりを行い、おいしいお米に育ててほしいと思いながら頑張りました。天気によって水の量を調節するなど工夫して水やりを行いました。

肥料まき



肥料まきでは、みんなで大きな田んぼに有機肥料をまきました。

有機肥料は、化学肥料とちがって土をやわらかくし、生き物がすみやすい土になるそうです。生き物がすむ土にすることで、土に空気がふくまれ、豊かな土になるそうですよ。

田植え



育てた苗を平尾さんの田んぼに植えました。苗は、同じ間かくに植えていかなければならなかったのもとても難しかったです。みんなで植えても2時間以上かかって大変でしたが、大きく育つように願いながらがんばって植えました。

稲刈り



育った稲をみんなで刈りました。稲の刈り方は、平尾さんが教えてくださいました。米がたくさん実っていて、うれしかったです。刈った後の稲は、その場で脱穀し、わらはは細かくきざんで田んぼにまきました。そうすることで、次の年の稲の栄養になるのだそうです。

家庭科の調理実習で、 育てたうまい米を炊いて 食べました！



みんなで育てたお米は、家庭科の調理実習で炊いて食べました。
とれたての新米は、つやつや、もちもちで、あまみがたっぷりあって、とてもおいしかったです。宮若うまい米は、最高でした。

平尾孝市さんのエコ農産物

平尾孝市さんは、お米以外にもキャベツ、ブロッコリー、大根、じゃがいも、白菜、玉ねぎなどの野菜を育て作っています。

また、そのお米や野菜は、環境のことを考えて作られており、「ふくおかエコ農産物」に認定されています。

ふくおかエコ農産物



福岡県広報部長 エコトン

福岡県認証 0000000

www.f-ninsyou.net

「エコ農産物」とは、農薬や化学肥料を通常の半分以下しか使わずに作った野菜やお米だと認定されたもののことです。



黒米について

黒米の呼び方は、「くろまい」や、「くろごめ」です。黒米は、古代米の一種です。黒米の正式な名前は、ありません。

そして、**宮若市**では、福岡県の中でも少ない黒米を、平尾孝市さんだけ田んぼで、育てています。また黒米は、玄米の状態なので、精米してしまうと白米になります。また、精米すると栄養素も減ってしまいます。黒米は、炊くときに白米と一緒に炊くと、**紫色**になります。



黒米を使った商品

平尾孝市さんの黒米は、**太宰府天満宮**のイベントで、古代米（黒米）の梅ヶ枝餅の評判がよく毎月17日には、古代米が使用されています。

そして、黒米は目の疲れをやわらげ目の病
気予防や、胃の健康、美肌や健康な髪
の育成を促進、糖質の吸収を抑える効果
がありますよ！



古代米（黒米）の梅ヶ枝餅

か こう しょく ひん 米を使った加工食品について

米を使った加工食品について紹介します。

平尾孝市さんのお米を使って作られている加工食品はカステラ、ドーナツ、梅がえ餅などです。これらにはB1、B2、タンパク質、鉄分、カルシウム、ミネラルを含んでいます。
また、農薬を通常の半分以下しか使っていないので安心して食べることが出来ます。



グルテンフリー

このカステラやドーナツ、梅がえ餅は、全てグルテンフリーで米粉が100パーセント使われているので小麦粉アレルギーの人でも食べることができます。

Q. この食品を作っているのには理由があります。その理由とは、何でしょう。

A. お米を食べる人が減ってきているからです。

皆さんは、毎日お米を食べていますか。

お米を食べると、体に良く、腹持ちも良いですよ。

ちゃんと毎日お米を食べるようにしましょう。



皆さん、宮若うまい米をぜひ食べてみてくださいね。

