



環境保全米通信



環境保全米への質問特集

春号

2021年3月発行



オーガニック・レストラン
認証の店 en のメニュー
(4p に解説)

【もくじ】

1. 通信冬号・学校給食特集への反響
2. 環境保全米への質問に答えて
3. 表紙の説明 organic レストランとは？



みやぎの環境保全米とは？ 環境保全米県民会議とは？



みやぎの自然豊かな環境を守るために、農薬・化学肥料を宮城県の標準的使用量(※)の半分以下に減らし、自然と人間の力をあわせておいしいお米作りを行う。それが「みやぎの環境保全米」です。

そんな「みやぎの環境保全米」を広めるため、県内の消費者・生産者・マスコミ・関係機関・団体が一体となり2007年に設立されたのが「みやぎの環境保全米県民会議」です。

※宮城県の標準使用量
化学農薬 17 成分、化学肥料(窒素成分) 7kg/10a

アンケート大募集

応募者プレゼントも!

くわしくは最後のページへ!!

1 「環境保全米通信」冬号・学校給食の反響!

昨年11月から、宮城県の小中学校の学校給食に環境保全米が提供されるようになり、「環境保全米通信冬号」で学校給食の記事を掲載しました!多くの皆さんから反響があり、たくさんの感想ご意見と質問が寄せられました。一部を紹介します。

🍷 「給食の子供たちの表情、何か元気になりますね。美味しそうに食べる子・ひょうきんな子・マナーのよい子・元気に当番する子、可愛くて頼もしい! (仙台市 W さん) 🍷 「稲刈り体験を経て県内の関係者が一体となって環境保全米づくりに携わっているのを感じながら食べるお米は一層温かみのあるものだろう!」(名取市 Y さん) また、質問もたくさんありました。🍷 「みやぎで作られているお米は、100%保全米なの?」(仙台市 S さん) 🍷 「環境保全米は、普通のお米の生産と違い、どんな風に工夫しているのか分ければ有難味がさらに感じられると思いました。環境保全米は、どのような工夫で農薬を減らしているのですか?」(仙台市 H さん) 🍷 「環境保全米はよい取り組みですが、広がっていかないのはなぜですか?」(大崎市 S さん) 🍷 「お米の格付けについて『特 A』って何ですか?」(仙台市 S さん)

2 「環境保全米」への質問に答えて

環境保全米ってなに? 今から30年前、水田にヘリコプターで農薬を散布していた時代、河北新報社が農薬の健康被害や食の安全性について『考えよう農薬』というキャンペーンを始めました。これをきっかけに1996年から農薬や化学肥料を減らす『環境保全米』の栽培実験が始まり、1998年から「環境保全米」生産が始まりました。2007年にみやぎの環境保全米県民会議が結成され、県内のほとんどの農協で『環境保全米』が生産され、2011年には『環境保全米宣言』を行い、宮城県の主食用水稻作付面積の約40%にまで到達しました。しかし、米価の下落や、農業の担い手の高齢化などで、生産者が減り、現在は約29%の水準です。この取り組みを広げていくために、「環境保全米」を県内の学校給食に提供を始めました。

環境保全米の栽培の工夫は? 『環境保全米』は、この通信の表紙にも説明がありますが、農薬や化学肥料の使用量を通常の栽培方法の半分以下に減らして栽培している特別栽培のお米です。農薬を減らすためには、種子の段階からの消毒でも出来るだけ農薬を使わずに、写真のように温湯消毒(60度のお湯に10分漬けて殺菌する方法)で処理したり、田んぼの丁寧な水管理で除草剤等の農薬を減らしています。また土づくりでは、牛糞やその他の堆肥等の有機質の肥料を使って、化学肥料を通常の半分以下に減らしています。

環境保全米のおいしさへの工夫! お米の食味を測る一つの方法として、食味計やその他の評価を加えて判断する方法があります。みやぎの環境保全米でも、天候に応じた栽培方法や、水管理を工夫して栽培していますが、食味計を使った栽培の工夫も行っています。宮城県のほとんどの農協では、食味計を使って、食味を左右するたんぱく質の量などを測定し、たんぱく質を増やす窒素肥料が過剰にならないように調整しています。多くの農協では、食味計の値を基に次の年のお米をよりおいしくする参考にしています。「食味計」については、次頁のコラムを参考にしてください。

地域の環境を守る工夫! 「環境保全米」は地域の生態系を守るために、生き物調査を行っています。環境保全米ネットワークの行う認証では、各農協で10種類の生き物とクモとカエルの生息数を測定するアンケート調査をおこなっています。2020年の調査結果でも環境保全米を栽培する田んぼの方が慣行栽培の田んぼよりも生き物が豊かだという結果が出ました。詳細は次号で報告します。また、各農協では、



化学肥料を温湯消毒の作業風景 JA みやぎ巨理



地域の田んぼで環境保全米作り
登米市立西郷小学校の環境保全米の田植え学習



JA みやぎ登米の生き物調査の集合写真

独自の生き物調査を、子供たちと行ったり、消費者の皆さんと一緒にしたりしています。また地域の環境を守る取り組みとしては、各地域の小学校と連携して田植え体験や稲刈り体験なども行っています。

 **環境保全米は SDGs の取り組みです！**みなさんは、この 17 のカラフルなロゴや 17 色の丸いマークのバッジを付けている人を見たことがありますか？小学生の皆さんは、2020 年度から教科書にこのロゴマークがたくさん載っているので知っていると思います。このロゴマークは、国際連合（国連）が 2015 年に決議した、SDGs（持続可能な開発目標）で 2030 年までに達成する課題が 17 掲げられています。宮城県での環境保全米づくりは、この SDGs の目標を達成するためにも行われています。詳細は次号で掲載します。



コラム

食味計って何を測るんですか？ お米の食味を決めるものとして測定するのは、お米に含まれる水分、タンパク質、アミロース、脂肪酸の 4 つです。①水分は、16%以下で 15%以上のものが美味しいといわれています。②お米に含まれるタンパク質の量が多いとお米が水を吸うのを邪魔しますが、タンパク質が少ないと、炊き上がりがふっくらとした美味しいご飯になります。日本のお米のタンパク質の量の平均値は 6.8%です。タンパク質は、稲が窒素成分を多く吸収すると高くなりますので、生産者は窒素肥料のやりすぎに気を付けています。③お米のデンプンの中には、硬さの成分のアミロースが 20%と粘りと柔らかさの成分アミロペクチンが 80%入っています。おいしいお米のアミロースの構成比は、18%以下と言われています。④脂肪酸は、お米の中の脂肪が酸化するのを示すので、お米が古くなるとその値は高くなります。新米は 10～20%が標準です。食味値は、機械の製造会社によって異なります。写真の食味計は、静岡製機製で、食味値は、100 点満点で表示されます。例えば、ある玄米をこの食味計で測ると、水分 14.3、タンパク質 6.3、アミロース 19.4、脂肪酸 35 で食味値は 89 と表示されました。この食味値がお米のおいしさを数字で表しているのです。（米・食味鑑定協会のホームページを参照）





表紙の説明

オーガニック レストラン JAS 認証



オーガニックレストラン JAS 認証は、正式には有機料理提供 JAS 認証といいます。この認証は、単に有機料理を提供するだけでなく、正しい食材等の情報を提供し、更に店舗運営に当たっては計画の立案と推進、記録の作成、業務見直しなどの、いわゆる PDCA サイクルが機能している事等を第 3 者が検査・判定しているサービス規格の認証です。この認証に最低限必要なことは、「有機食材比率 80%以上の有機料理を 5 品目以上提供できる」ということです。有機食材比率を 80%以上とは、具体例を挙げると、スパゲッティナポリタンを例にとると、220g の料理レシピの材料で、有機の食材（スパゲッティ 100g、玉葱 20g、マッシュルーム 10g、ピーマン 10g、ケチャップ 50g、ソース 3g、醤油 3g = 196g）と普通食材（ハム 20g、バター 4g = 24g）の構成比を計算します。すると有機比率は 89.1%という計算になります。



JAS 有機米の米粉のワッフル

このような有機食材 80%以上の料理を 5 品目以上提供できる有機料理提供レストランは、宮城県では唯一、石巻市の Living Food Café en が認証を受けています。今回の表紙を飾っているのは、このレストランの人気メニューのローカレーです。ローカレーのようなローフードは、生きた食物酵素を効率的に摂取するために、生の野菜や果物、ナッツ、海藻などを 48 度以下で調理したものを頂く調理法のことです。ローカレーのもう一つの主役のお米は、環境保全米 A タイプの農薬や化学肥料を使わない JAS 有機米です。宮城県内初のオーガニックレストラン認証のお店で、低温調理法を中心にしたローフードの料理を体験してみませんか？ 3月24日に、オーガニックレストラン en（縁）の料理レシピを現地で体験したり、オンライン会議でも視聴できる『赤とんぼ食堂』を開催します。詳細は環境保全米ネットワークの HP をご覧ください。

★冬号アンケートから『鍋布団』の記事への反響

 お姑さんがいまでもやっていて、夫のおふくろの味です。結婚した頃、夫の実家で見たととき、びっくりしましたが、やはり味と匂いがちがう。お姑さんに改めて指導いただき必ず実践します。（仙台市 W さん）

 鍋帽子は知っていましたが、鍋布団もあるんですね。カレーなど作っていましたが、ごはんの蒸らしにも使えるとは!! 目から鱗でした。（名取市 Y さん）



ご感想をお寄せください

アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で、
環境保全米 2kg を 10 名様に

Q1 興味をもった記事は？その理由も。

Q2 環境保全米への疑問や取り上げてほしいテーマ等。

●応募方法

次の項目をご記入の上、FAX・メール・郵送で応募先までお送りください。

・アンケートの回答 ・お名前 ・年齢 ・ご住所 ・電話(FAX)番号

いただいた回答および個人情報は当法人にて厳重に管理し、プレゼントの発送、または各種情報の提供、イベントの案内以外の目的では使用いたしません。

●応募締切

2021年4月23日 ※抽選結果は発送をもって代えさせていただきます。

●応募先

NPO 法人 環境保全米ネットワーク事務局

〒980-0011 宮城県仙台市青葉区上杉 1-16-3 JA ビル別館 5F

TEL 022-261-7348 FAX 022-261-7488

Email okome@epfnetwork.org

URL <http://www.epfnetwork.org/>

環境保全米

検索

【アンケート記入例】

●アンケートの回答

Q1)-----

Q2)-----

●名前 保全米 太郎

●年齢 40 歳

●住所

〒980-0011

宮城県仙台市青葉区上杉

1-16-3

●電話番号

022-261-7348