

しあわせ@ 近江米

2016 vol.3



日本穀物検定協会 平成28年産米の食味ランキング
滋賀県 育成品種 みずかがみ「特A」2年連続 獲得

左から長井近江米振興協会事務局長、三日月近江米振興協会会長、深尾JA滋賀中央会専務、小西JA全農しが県本部長

近江米
产地 & 魅力
レポート

食味ランキング 特A号

滋賀県の育成品種
「みずかがみ」が2年連続で
最高位の「特A」を取得しました！



近江米？
ウルトラクイズ！



近江米产地 & 魅力レポートで、ウルトラクイズの4人が学んだ近江米のあれこれ。次の2つのクイズの答えがわかるかな？
答えは冊子の中で！

Q.1

近江米に合う近江の味

近江米のお茶漬けに相性抜群な、近江の茶ブランドの商品はなんでしょうか？



→答えは3ページを見てね！

Q.2

近江米が生まれるところ

中道農園の中道唯幸さんが取り組んでいる、自然にも体にも優しい農法はなんでしょうか？



→答えは8ページを見てね！

お取扱店

しあわせ@近江米
近江米振興協会

近江米振興協会
www.ohmimai.jp



〒520-0807 滋賀県大津市松本1-2-20

滋賀県農業教育情報センター内

TEL : 077-523-3920 FAX : 077-523-5611



平成28年産米
食味ランキングで

「みずかがみ」が2年連続 『特A』評価を獲得

〈平成29年2月23日 知事メッセージ〉

一般財団法人日本穀物検定協会が実施した、「平成28年産米の食味ランキン

グ」において、本県育成の「みずかがみ」が2年連続最高ランクの「特A」に評価されました。たいへんうれしく、誇りに思います。

お米の美味しさは、気候をはじめ、豊かな土壌や水といった自然環境のなかで、栽培管理によって決定づけられます。



平成29年3月11日 近江米「特A」記念イベント(イオンモール草津にて)

**平成28年に実施した
平成27年産米「特A」ランクW取得フェア抽選会で
12001通の応募がありました。
数多くのお客様からの声を一部ご紹介します！
(主催：株式会社パールライス滋賀)**

消費者および販売事業者の評価は、すばり品質
者について
2年連続「特A」取得のため
拡大に取組んでまいります。



生産者よりメッセージ
平成28年産米は、天候に恵まれ、品質も前年産以上に自信の持てるものとなっています。

販売を担っている立場として、大変うれしく思いました。これも、生産者の皆さんのがより美味しいお米を作ろう、環境に配慮したお米を作ろうと日々、努力いたしました。ただ結果だと思います。平成29年産は、県、JA、全農が一体となり、前年以上に、たくさんの消費者に安心で、安心なお米をご賞味いただけるよう、これまで以上に「みずかがみ」の販路拡大に取組んでまいります。

消費者および販売事業者の評価は、すばり品質

消費者からの
メッセージ

- ◎ 冷めてもおにぎり、お弁当がおいしいです。つやがある。弁当に持たせた昼食のおにぎり「今日はうまかった」と子供に言われた。
- ◎ 平成25年産「特A」取得の時からずっと食べています。(H25年産のときは、参考品種としてランク付け)
- ◎ 価格と味のバランスがいいと思います。
- ◎ 米を「みずかがみ」に代えてから、消費量が増えました。
- ◎ 東北生まれで、東北以外の米を敬遠してきたが思いのほか近江米が美味しい、続けて購入しています。
- ◎ スーパーで働いていますが、一番の人気商品は「みずかがみ」です。



近江米を引き立てる 近江伝統の味 vol.3

近江の茶

近江米のおともに近江の茶

近江米を引き立てる、近江の食材を紹介するこのコーナー。第三弾は滋賀県が発祥の地、と歴史が語る、近江の茶。滋賀県茶業会議所の和田さんと、滋賀県農業技術振興センター茶業指導所の志和さんに近江の茶の歴史から、お茶の味わい方など知って美味しいくなる近江の茶のあれこれを教えていただきました!



一般社団法人
滋賀県茶業会議所
和田龍夫さん
滋賀県農業技術振興センター
茶業指導所
志和将一さん

近江の茶ブランド、2つの商品と 近江米との美味しい関係



お茶といえばやっぱりお茶漬け。
「極煎茶 比叡」の渋みが、近江米の
甘みをより一層引き立たせます！



摘採前の新芽に10~14日間
覆いをして日光を遮った茶葉を
製茶したものが、かぶせ茶です。
渋みが少なく、コク、旨味
を十分に感じられる、濃厚で芳
醇な一杯を楽しんでください。



Topics



お茶の品質は何で決まる？
毎年、新茶を集めて茶の出来栄えを競う品評会が各地で行われます。審査の基準は単純にお茶の味だけで決まるのではなく、「外観」「色」「香り」「味」の4項目が対象。有名産地に負けず賞を獲得している近江の茶を、ぜひご家庭でもお楽しみください！



日吉大社にある「日本最古の茶園」と云われている
日吉茶園。

滋賀県が日本の
お茶の発祥地!?

今でこそ、私達日本人の生活
の傍にあるお茶ですが、現在の
ように日常的に飲まれるように
なったのは江戸中期頃からだと
言われています。その歴史は平
安初期、遣唐使として派遣され
ていた最澄が唐よりお茶の種子
を持ち帰ったことに始まりま
す。今でも比叡山の麓にある日
吉大社のほとりには、その当時
のものと伝えられる茶園が残つ
ています。こうした歴史から滋
賀県は日本茶業発祥地とも言わ
れています。

お茶はその伝来の後、鎌倉時代
には嗜好品として貴族や武士の間
に広まるようになっていきます。
滋賀県では室町時代頃からお茶の
生産が活発化。当時は朝廷への献
上品として作られており、これが
現在の甲賀市信楽町の朝宮茶の始
まりとされています。また、県内
最大の生産量を誇る土山では、東
海道の宿場町として栄え、当時の
街道名物「あけぼの茶」として広
まつたことで知られています。さら
に、今でこそ生産量が少なく
なっていますが、東近江市の中政所
では「宇治は茶処、茶は政所」と言
われるほどの名茶の産地のひとつ
でした。

良質な茶の生産地

滋賀県は県南部の丘陵地を中心
に昼夜の寒暖差が大きい気候であ
り、主要な産地の中では、最も收
穫時期が遅いと言われています。そ
の分ゆっくりと葉に養分が蓄えら
れ、濃密な香りと深い滋味を持つ
良質な茶葉が生産されます。この
ように歴史的にも重要で、今でも

滋賀県は県南部の丘陵地を中心
に昼夜の寒暖差が大きい気候であ
り、主要な産地の中では、最も收
穫時期が遅いと言われています。そ
の分ゆっくりと葉に養分が蓄えら
れ、濃密な香りと深い滋味を持つ
良質な茶葉が生産されます。この
ように歴史的にも重要で、今でも

滋賀ブランドを全国に

そこで、滋賀県茶業会議所で
は、恵まれた自然環境で育まれる
「近江の茶」を県内外に広める活動
も推進しています。例えば、滋賀
県ブランドとしてのパッケージ開
発や、滋賀が誇る歴史や産地の紹
介を一つのストーリーとして伝え
る取り組みなど。こうした商品と
ストーリーを東京などでPR
イベントで消費者「丁寧に伝える
ことが近江の茶のファン獲得に確
実につながっています。滋賀県を
代表する食のブランド「近江米」と
「近江牛」に加え「近江の茶」の名
が知れ渡る日も近いことでしょう。
美味しさだけでなく健康にも
良いお茶だから、お茶漬けや食後
の一杯にはもちろん、毎日の生活
にぜひ近江の茶を！

一般社団法人 滋賀県茶業会議所

近江の茶ブランドの一層の向上を目的とし、各種
の調査・研究活動や荒茶の品評会等を開催する
とともに、組織的な経営の育成や流通体制の
改善などを通じ、近江の茶生産の安定的発展に
寄与していきます。

住所：滋賀県甲賀市水口町水口6750
TEL：0748-63-6960
WEB：<http://shigacha.chu.jp/>



2

「みずかがみ」のジェラート

地元の乳牛から搾った搾りたての牛乳と、四季折々の地元の果物や野菜などを使用した日替わりのジェラート。近江米「みずかがみ」を使用したジェラートは、ミルクベースに炊いたお米を混ぜ込んだもの。塩味のアクセントと、お米の食感が楽しい一品です。



3

米粉のシュークリーム

生地だけでなく、クリームも小麦不使用なグルテンフリーの米粉でできたシュークリームです。地元の牛乳を使ったクリームに、地元で採れる季節の果物をトッピング。



4

近江米クッキー

小麦を一切使用していないグルテンフリーの米粉クッキー。ココア、抹茶、地元産のにんじん味と、季節限定のラベンダー味の4種類があります。口に含むとホロホロとくずれる食感が楽しめます。



5

自家製粉の米粉も販売！

米粉をもっと普及させたいと、米粉自体の販売も。そのままではちょっと、という方でも手に取ってもらうため、2017年3月からはパンケーキミックスも商品化。牛乳と卵と混ぜるだけで、簡単に米粉のパンケーキが作れます！

道の駅 東近江市あいとうマーガレットステーション

農産物の流通・加工、人的交流、観光、情報の5つを統括した田園公園の拠点として、平成7年10月にオープン。ジェラートやお菓子を製造・販売する「フルーツ&ハーブ工房 Rappy」のほか、地元で採れた農産物を、生産者が直接販売する「あいとう直売館」など4つの個性豊かな施設が並びます。

OKOME SWEETS・OKOME SNACK

私たちが
作っています！



チーフ
森野貴雄さん



地域の食材にこだわった、ラプティの米粉スイーツ

フルーツ&ハーブ工房 Rappy(ラプティ)

住所 滋賀県東近江市妹町184-1
電話 0749-46-1110
営業 10:00～16:30
定休 火曜日

道の駅 東近江市あいとうマーガレットステーションでお菓子の製造販売を行うラプティ。もともとは、道の駅の直売所で「ハネモノ」として扱われる野菜や果物を、加工して販売する目的などからジェラート専門店としてスタートしました。その後、ジェラート以外にパンや焼き菓子へと商品を増やしていくましたが、地元の食材にこだわりたいという思いから、米粉を利用したお菓子作りを始めたようになります。「しつとり、もっちりした食感や米粉の自然な甘みで米粉やお米自体の美味しさを知つてもらい、お米の消費拡大に貢献していきたい」とチーフの森野さん。地産地消で安心安全のラプティのお菓子を味わってみて下さい。

1

あいとうドーナツ

2016年4月より、毎月0のつく日に限定で販売している米粉のドーナツです。今ではお昼ごろには完売するほどの人気商品に！揚げ油には隣のあいとうエコプラザ菜の花館で作られている天然菜たね油「菜ばかり」を使用。もっちりしながらもさっぱりとした後味が特徴です。味はプレーン、シナモン、きなこの3種類。



農業が楽しくてたまらない！
新たな発想で自分の農業の
強みを常に進化させていく。

中道農園のお米作り！ 美味しい近江米が出来るわけ！？

新しい発想で
冒險をすること



蜂蜜をまいたり様々な取り組みをしてきました。成果を出すのに時間をおこしたり、コストもかかりますが、安全で今よりも美味しいお米を育てるために、自分に何ができるか常に挑戦しています。

中道農園

住所_滋賀県野洲市比留田2458 WEB_<https://www.ocome.com/> TEL_077-589-2224

肥料は基本的に
自前のものを



身体の状態がすぐれないという理由で私のお米を選んでくれる人がいますので、お米づくりに使う肥料は、農園から出たものか、できるだけ近い地域で出処のはっきりしている物を使うようにしています。

近江の教え、
三方よしの農業を



スタッフよし、生物よし、そして消費者にとって良いお米作りがモットーです。お米作りに関わるすべての要素に負担をかけることがない農業は長く続けていく上でとても大事なことだと感じています。

近江米で育ったウルトラタワーが 近江米の作り手を訪問！



ウルトラタワーって？

2014年にメジャーデビューした、滋賀発の若手ロックバンド。デビュー後も滋賀を拠点に活動する変わり種！近江米で育ちながらも近江米のこと知らない4人がその魅力に年間を通して迫りました。2017年3月をもってバンドを解散しました。



近江米が
生まれる
ところ

どのようなお米づくりを
されていますか？

私たちには有機栽培で身体に優しい安全・安心のお米を作っています。代々続く農家ですが、父や私が農薬に弱い体质だったために農薬や化学肥料に頼らないお米づくりをはじめました。かれこれ30年近く有機栽培に挑戦していますが、大切なことは「自然と共に存する方法」とわかつてきました。自分の身体だけではなく、同じ体質で悩む方や、滋賀県に生きる動植物や微生物にとっても優しい農業に取り組んでいます。

ウルトラタワーが毎号近江米の農家さんを突撃取材！お米づくりのことから、近江米の美味しいの秘訣までなんでもレポートします！

中道農園では、全国のお米を取り寄せて食べ比べを定期的に行っています。はじめは私達もとても驚いたのですが、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきり言って近江米は全国でもトップクラスの美味しさだと感じています。その源は豊富な水と夏でも夜は涼しいという滋賀県ならではの自然環境に起因しています。が、はつきりと言って近江米は全国でもトップクラスの美味しいの秘訣までなんでもレポートします！

今回の取材先

中道農園：中道 唯幸さん
体に優しい米作り一筋の中道農園。自然豊かな野洲市で、有機栽培にこだわり、安全で安心して食べられるお米づくりをしています。

ウルトラタワー 近江米の学び。

失敗を恐れず道
を切り拓かれていく中道さんの言
葉と姿にただただ感銘を受けるばかりでした。お米づくりも音楽も届けた
い思いや相手のことを明確にイメージ
することが何より大事だと気付か
されました。

中道さんが行つ
きたお米の食べ比べで近江米は全
国でもトップクラスの味だと確信を
もって話しておられ、そのことが嬉しかった。その近江米をしっかり食べて
音楽に反映していきたいです！

美味しいお米
を作るには稲刈りが終
わった後の田んぼの準備
が大切なんだと知りました。燐炭や肥料をまいたり、土を耕したりと次の年
も元気な稻を育てるため
の中道さんの思いが伝
わってきました。

噛みしめると、お米の一粒一粒がしっかりとして
いて、有機栽培で滋賀県の
自然の力にこだわる中道さんの
努力と想いが詰まつ
感じがして、とても美味
しかったです！



近江米の美味しい
どこからくるの？

近江米のともに 郷土レシピ



教えてくれたのは、
湖北町食事文化研究会 肥田文子さん

打ち豆汁

大豆	40g	ねぎ	1/2 本
さといも	2 個	豆腐	1/3 丁
油揚げ	1/2 枚	だし汁	4 カップ
かぶ	2 個	みそ	大さじ 4

1 打ち豆の準備

- ① 大豆を洗い半日位水に浸けておく。
- ② 蒸し器に水を入れ、敷き布をしき豆を入れて沸騰させ20分蒸す。
- ③ 弹力が出たら火を止め、まな板の上で一粒一粒木づちで潰す。
- ④ だし汁を弱火にかけ③の豆を入れ、ふきこぼれないように注意しながら煮る。みそを半量入れておく。

2 かぶはくし切りに、さといもは皮をむいて薄く切り、油揚げは熱湯をかけて細切りにする。ねぎは小口切りにする。



- ③ 鍋にさといも、かぶを入れ、打ち豆が柔らかくなったら、残りのみそを豆腐を入れてひと煮立ちしたら火を止める。
- ④ 梶によそうとき、ねぎを散らす。

調理のコツ

滋賀県の湖北地方のスーパーや直売所には乾燥させた打ち豆が商品として販売されています。



調理のコツ

うるち米ともち米を研いだ後、30分ほど水を切っておきます。炊き上げた後、全体を底から混ぜ、空気を入れてください。

小豆ご飯

・もち米	1 カップ	水	4 カップ
・うるち米	3 カップ	(小豆の汁を含む)	
・小豆	ゆで小豆3カップ (生小豆 150g)	塩	小さじ 1.5

酒	大さじ 1
ごま塩	少々

- ① 小豆を圧力鍋または鍋で煮ておく(腹が割れないように気をつける)。圧力鍋で煮るときは小豆の面より2cmほど水がかぶるくらいにして、沸騰後弱火で5分程度煮る。
- ② 炊飯器にうるち米ともち米を研ぎ入れて、煮た小豆と煮汁を混ぜ、酒と塩を入れて炊く(柔らかめに炊き上げたいときは、水を5カップにする)。
- ③ 器に盛り、ごま塩を振る。

いっぱい食べて健康、近江米！



教えてくれた、柏原ゆきよさん

(一社)日本健康食育協会 代表理事
(一社)食アスリート協会 副代表理事
管理栄養士



柏原ゆきよ著書
『お腹からやせる食べかた』

健康元気のためにには、カロリーの大小より脂質比率が高いこと、ビタミン・ミネラル・食物繊維が不足したアンバランスが重要課題。これらは、米を中心とした日本型食生活で解決できます。

の源。筋肉にグリコーゲンとして貯蔵され、体温を上げ代謝も高めてくれます。米には脂質が少ないことも特徴です。

まず米の主成分・炭水化物は、生命を維持し体を動かすエネルギー

を促し、体内での工ク

ンス役に。しっかりと量をとることで植物性たんぱく質も確保でき、粒状のため咀しゃくや腸の運動

を改善します。

の代の食事においてバラ

の米を定期的に食べる

腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

ことで、自律神経のバランスも整います。

米をしっかりと食べて胃腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

ことで、自律神経のバランスも整います。

腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

ことで、自律神経のバランスも整います。

腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

ことで、自律神経のバランスも整います。

腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

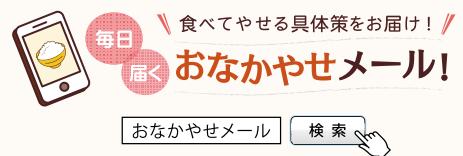
ことで、自律神経のバランスも整います。

腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

ことで、自律神経のバランスも整います。

腸を鍛え、必要な栄養が取り込める状態を維持。体温と体力アップ

お米を食べてお腹からダイエット



毎日届く 食べてやせる具体策をお届け！

おなかやせメール！

おなかやせメール

検索



特徴ある甘みが広がる「コシヒカリ」

良質、極良食味の早生品種で、滋賀県内での作付が最も多い近江米の主力品種です。湖北、東近江、高島地域を中心に全県で栽培されています。