



かけ橋とは…

農地と担い手をつなぐ…  
現場と農政をつなぐ…  
消費者と農業者をつなぐ…  
農地と農村をつなぐ…  
次の世代と農業をつなぐ…

かけ橋

「おいしい記憶」



南魚沼市立三用小学校

校長 井口 聡子

「給食で何が好きだった？」何と答えるかで年代が分かってしまうようです。油のじむ揚げパンや四角いマーガリン、主食は食パンの時代は、今はもう遠い昔です。今月の献立表を見ると、きりざい、

糸瓜和えなどの郷土料理、国際色豊かなトッポギやチーズタッカルビ、チリコンカン。また、無限にんじんやイワシのピリカラフルと、給食で初めて味わうメニューもあり、工夫されていることを感じます。好き嫌いや、普段の食事の偏りがあっても、給食でかなりリセットされていると思うのは私だけではないでしょう。「元気でいられるのは給食のおかげ」と話す一人暮らしの同僚もいます。おいしい給食を支えるたくさんの方の手に感謝、そして豊かな南魚沼の食材に感謝する毎日です。

世界各国の料理が味わえる豊かな食文化の国、日本。その気になれば手に入らないものはないのかもしれない。また、一緒に食べる仲間や先生という味なスパイスがあるからこそ、給食が生涯忘れえぬ思い出になるのだと思います。「誰と食べたか」が、おいしさを左右するのです。

南魚沼ではまだ実感がないかもしれませんが、子どもと食をめぐる現実、面白い話ばかりではありません。習い事や仕事のシフトなどで、子どもが一人で食事を「孤食」、「ワンオペ育児」、「子ども食堂」で命をつなぐ子どもたち…「体はあなたの食べたものでできている」と言われます。みんなで食べたおいしい記憶は心まで満たしてくれます。

三用小学校では六月に食育出前授業を実施しました。米について学び、ぬか釜で炊いた魚沼コシヒカリをおにぎりにしていただきました。ぬか釜から立ちのぼる湯気に目を輝かせ、夢中でおにぎりをほおぼる子どもたちを見ると、子どもにとっても最高のご馳走、家族が笑顔で食卓を囲めることを願ってやみません。



食育出前授業 (北辰小学校)

南魚沼市農業委員会へのお問い合わせは

電話 025-773-6664 FAX 025-773-6710

E-mail nouchi@city.minamiuonuma.lg.jp までお願いします。

# 食育出陣授業

農業委員会では、小学5年生を対象に、毎年市内6、7校程度に食育出陣授業を行っています。

授業は、ぬか釜体験(写真)と「お米のできる過程や、農業者の米作りへの思い」そして「食べ物の大切さやご飯の力」の講話からなります。炊き上がったご飯は、児童がおにぎりにして、まずは何もつけずにお米本来の味を楽しんで貰っています。



ぬか釜にもみ穀を入れる様子(城内小)

## 食育感想文

### 三用小学校

5年 石田 樹 栞

今回、初めてぬか釜でご飯をたく体験をしました。そして、ご飯についての食育のお話も聞きました。ご飯は、お茶わん一杯が三十円くらいだそうです。そのお金で買えるものは、コーラなら100ml、ポテチ

だったら七枚だそうです。同じ値段で考えるとお米はすごくお得な食べ物なんだと思いました。さらに栄養素がたくさん入っていて、腹もちのよいお米は健康にもとても良いと聞きました。たくさんのことを聞いた

5年 櫻井 絢 佳

農業委員会のみなさんが、あいごもを田んぼに放しておくことよことや、お米についてのたくさんの話を分かりやすく教えてくださいました。特にわたしは、「お米を育てるには八十八の苦労がある。」という言葉が気に入りました。たくさんの苦労があつてできているお米なので、これからは感謝をして、全部食べきろうと思います。ぬか釜で炊きあがつたご飯はとてもおいしかったです。

5年 山崎 椋 満

初めて、ぬか釜でご飯をたきました。炊飯器よりもとても大きくておどろきました。米がたき上がるまでの間のお話では、農業をラジコンやヘリコプターでまいている田んぼもあると聞きました。

また、米の完成まで八十八の手間があると聞いて、米作りはいろいろな工夫や苦労があることが分かりました。ふだん「いただきます」や「ごちそうさま」を言わないことがあるので、生き物の命や農家の方の苦労に感謝しながら食べていこうと思います。

ました。

担任 土田 翔 英

「ぬか釜で米を炊いて食べる」私自身、教師という職に就いていない限り、体験することのないことであつたと思います。強火から弱火へと変化していく釜の構造、蓋を開けた瞬間溢れる香りと感動。古来からの伝統から学べることで、そこから進んできた米作りや炊飯の工夫を大いに実感する機会となりました。普段、あたり前のように食べているお米。そこに至るまでの工夫や苦労に感謝しながら、今日も私は、「いただきます。」

### 藪神小学校

5年 永井 千 陽

わたしがぬかがま体験をして一番思い出に残っている事が一つあります。それは、ぬかがまに火をつけた事です。すぎつ葉というすぎの葉ともみというお米のまわりについているからで火をつけておどろきました。お米がたきあがつて何もつけずにたべたら、あまくてすごくおいしかったです。楽しくできたのは、農業委員会の人が協力してくれたからです。

5年 宮崎 茜

わたしは、十月二十九日にぬか釜体験をしました。

ぬか釜でお米をたく前に、もみからとすぎの木の葉を中に入れてお米をたきました。

わたしはぬか釜を見た時、とても大きくておどろきました。お米をたいてたべたらあまくて、もちもちしておいしかったです。とてもいい体験なのでよかったです。

担任 秋山 祐 介

私も子どもたちと同じく、初めてぬか釜体験をしました。ぬか釜でたいたご飯は普段食べているご飯とはまったく違い、とてもおいしかったです。子どもたちにとってもとても良い経験になりました。南魚沼市の誇りであるコシヒカリ、そして美しい自然、里山の風景がいつまでも続いていくことをいっています。

### 城内小学校

5年 南雲 美 海

ぬか釜すいはん体験やお米についての話で心に残ったことが三つあります。

一つ目は、ぬか釜を準備するところ。もみが入れたり入れたり杉の葉を入れたりしてみても、昔は一つ一つを手作業でしていたことが分かりました。

二つ目は、お米についてのお話を聞いたことです。かもを放して草を食べさせたりすることや、いねの病

気について聞いたりして、農家の私たちの工夫や大変さを知ることができました。また、朝ご飯を食べることの大切さも教えてもらいました。三つ目は、試食です。ぬか釜でいたご飯は、ふたを開けたらすごくいいにおいがありました。そして食べてみたら、いつものご飯より甘みがあつてすごくおいしかったです。

担任 柳 隆子

「ぬか釜でたくと、なぜおいしいのだろう？」

多くの子どもたちからの疑問です。科学的な根拠はもちろんあるのでしようが、昔の人の知恵と経験、そして何よりも「南魚沼産コシヒカリ」の本来の味のすばらしさであると思います。貴重な体験をさせていただき、ありがとうございます。

### 北辰小学校



5年 阿部夏美

私は初めてぬか釜でいたご飯を食べました。炊飯器でたくご飯とはちがつてもちもちしていて、すごく甘くてとてもおいしかったです。また、米ができるまでの事や朝ご飯の大切さなど、米について様々な事を学ぶことができました。ありがとうございます。

5年 鈴木蔵ノ介

先日は、ぬかがま体験をさせてい

ただきありがとうございます。ほくは、白米になるまでのこうていが多くおどろきました。また、米作りの一年の作業がとても多く「こんなに農家の人は苦勞しているのだな」と思いました。南魚沼の農業のためがんばってもらいたいです。

5年 中俣日乃

先日は、ぬかがま体験やお米の一年などを教えてくださつてありがとうございました。私はぬかがまでいたお米は炊飯器で炊くお米よりも甘くなるのが分かりました。また、ぬかの香りがしてもっとおいしく感じました。毎日食べたくなるようなお米でした。

担任 沖山 直

子どもたちにとつてよい体験をさせていただきありがとうございます。コシヒカリのおいしさを再確認するよい機会となりました。また、ご飯を食べることの大切さについても学べました。これからもお米に感謝する心を育てていきたいです。

### 第一上田小学校



5年 上村春奈

私は今回、初めてぬか釜のことを知りました。

炊き上がるまで、お米を食べるよさや栄養のことなどを教えてもらいました。私は米ぬかを使って、入浴

ざいや石けんができることにおどろきました。

ぬか釜で炊いたご飯は、おにぎりにして食べました。自分たちで作つたお米は、いつもよりおいしく感じました。

5年 日熊珠乃

ぬか釜体験では、まず釜で米を炊き始めました。炊き上がるまで、米の栄養について勉強しました。お米が炊き上がると、おにぎりにしてみんなで食べました。何もつけずに食べてみましたが、すごく甘くておいしかったです。今日食べたご飯は、家で食べるご飯よりもおいしく感じました。機会があれば、また食べてみたいです。

担任 新井貴晶

今では、あまり食べる機会のない釜で炊いたご飯は、ふつくら炊けていてとてもおいしかったです。米の甘味だけでなく、ぬかの香りも感じる事ができて、炊飯器で炊いたご飯とはちがうおいしさがありました。今回の体験を通して、お米のおいしさを再発見した気がします。ありがとうございます。

### 栃窪小学校



6年 金澤万奈

「おいしい！」と幸せそうにぬか釜で炊かれたおにぎりを頬張って

るのは、ぬか釜初体験の一年生たち。今日は農業委員会の方に学校へ来ていただき、ぬか釜体験を行いました。ぬか釜は名前の通り、電気もガスも使わず、もみからだけを使ってお米を炊く、まさに、スーパーエコな炊飯器で、火をつけると一気に燃えあがり、高温で炊きあげます。まきでもなく、木の枝でもなく、もみからで炊くことがとてもおいしく炊ける秘訣だということを研究した昔の人たちはすごいと思いました。そして、実際に私はそのおいしさに驚き感動しました。南魚沼で育てられたお米とこの炊き方を全国、そして世界中の人たちに知ってもらいたいと思います。とても貴重な体験ができました。

職員 坂井周平

先日、人生初のぬか釜体験をしました。二十年以上、新潟県で過ごし、県産のお米のおいしさもわかっているつもりでした。しかし、ぬか釜で炊きあがったお米の香り、つや、そして味のどれもが、人生初の衝撃的なおいしさでした。気づけば子どもたちと一緒に夢中でぬか釜について質問したり、おにぎりを頬張ったりしていました。何よりも捨てるどころが一つもないというお米の素晴らしさに改めて感動しました。

# 「冬のおやしこ干し芋を…」

塩沢地域で米、野菜、野菜苗を作っています。自分で栽培したサツマイモで、冬は干し芋を作っています。

サツマイモに、干し芋用に作られた品種があるのをご存じですか？ 代表的な干し芋用品種は「タマユタカ」ですが、現在では改良が重ねられ、「ほしキラリ」や「ほしこがね」などの新しい品種も出てきています。

もちろん、専用品種でなくても干し芋は作れますよ！最近よく見かけるのは「べにはるか」の干し芋。基本的には、ホクホクしたもののよりしっとりしたものの方が干し芋には向いているので、「べにはるか」は干し芋にしてもおいしい品種です。同じくしっとり系サツマイモでもよく名前のあがる「安納いも」も、干し芋に最適。少しあぶつて食べれば、焼き芋以上に甘さを感じられます。冬場は、南魚沼市内の直売所や道の駅などでも様々な品種の干し芋が販売されているので、品種ごとの甘味や香りの違いを食べ比べてみてはいかがでしょうか。

(大木八 荒川治美)

## 青年農業者との懇談会

9月3日(火)に青年農業者との懇談会を行いました。青年農業士会とJA青年部から参加いただき、聖籠町にある「サトウのごはん」で有名な佐藤食品工業(株)の工場見学にお邪魔しました。

徹底した品質管理のもと、国内メーカー唯一の直火炊き製法にこだわった技術と熱意が伝わってきました。

会場を移した懇談会では、地域振興局農林振興部からも参加をいただき、情報交換や懇親を深めることができました。

(牛木友哉委員)



## 農業者経営移譲年金受給者の皆さまへ もうすぐ確定申告の時期です！

農業者経営移譲年金は後継者または第三者に経営を譲ることで受給できる年金です。

後継者移譲の場合、後継者の名前で農業所得の申告をしてください。

受給者の名前で申告をすると農業経営の再開となり、経営移譲年金の支給停止となります。

もうすぐ確定申告の時期となりますので、ご注意ください。

ご相談は、農業委員会事務局窓口へ。

「高齢で農業が続けられない…」  
「農地を相続したが、農作業ができない…」

## 農地中間管理機構で 「農地の貸し付け」の相談を

農地中間管理機構を通じて、中心的経営体に農地を貸し付けた場合に、要件を満たせば、農地の貸し手(出し手)は機構集積協力金の交付が受けられる制度があります。

希望される方は交付要件の確認等があるため、お早目に、市農林課(電話773-6663)、農協までお問い合わせください。

## 農業委員会の主な活動(9月~11月)

- 9月3日(火) 青年農業者との懇談会 (工場見学) (聖籠町・佐藤食品工業(株))
- 9月25日(木) 第9回農業委員会総会(大和庁舎) 農業者年金加入推進特別研修会 (新潟市)
- 10月23日(水)
- 10月25日(金) 第10回農業委員会総会(大和庁舎) 農業委員会管外視察研修 (小千谷市・真人町)
- 10月29日(火) 食育出前授業 (菟神小学校)
- 10月31日(木) 食育出前授業 (栃窪小学校)
- 11月5日(火) 食育出前授業 (第一上田小学校)
- 11月7日(木) 第二回農地パトロール(市内全域) (塩沢小学校)
- 11月13日(水) 食育出前授業 (塩沢小学校)
- 11月19日(火) 新潟県農業委員会大会 (長岡市)
- 11月25日(月) 第11回農業委員会総会(大和庁舎)

## お知らせ

### ◆認定農業者と農業委員会との意見交換会

農業委員会では、地域の担い手である認定農業者の現場の声を肌で感じ、集約して今後の農業委員会としての要望活動など具体的な活動へとつなげ、地域農業の発展に寄与することを目的に、今年度も認定農業者と農業委員会との意見交換会の開催を予定しています。

開催予定日は、令和2年2月ころの予定です。

## 編集後記

早いもので、令和元年も残すところわずかとなりました。この一年を振り返ってみると、あっといふ間の一年でした。嬉しかったこと、楽しかったこと、辛かったこと、悲しかったこと、色々なことがありました。何か成果はあげられたでしょうか？今年も反省がたかさんある一年でした。「冬来たりなば春遠からじ」気持ち新たに令和二年を迎えたいと思います。

(井上理恵子委員)