

～ 栄養たっぷり、おいしい毎日～

おひさまサカタ

ぐりん

Green

44号 2020.7月

1 播種作業



4月中旬、ハウスの中で種が苗になるまで育てます



水稻の成長の様子

2 しろ代かき



5月中旬、田んぼの土を細かくし、凸凹をなくします。水が均等に行き渡るようになり、苗が植えやすくなります

3 移植作業



5月下旬、ハウスの中で育てていた苗を機械で田んぼに植え付けます

4 防除



7月下旬、病害虫対策として、ビーグルと呼ばれる機械を使って農薬を散布します

5 収穫作業



9月下旬、黄金色に色づいた稲穂をコンバインで収穫します



北海道はもち米の生産量日本一!

これからの時期、
田んぼでどんどん大きくなるよ。
ほくたちの成長を見守ってね☆

もち米

お祝いごとや行事で大活躍なお餅やおはぎなどの原料「もち米」の多くは北海道で栽培されていることはご存知ですか?実は、北海道のもち米の生産量は日本一を誇り、きたみらい管内でも盛んに生産が行われています。
この機会にもち米についての知識を深めて、魅力を再発見してみましょう!



もち米についてもっと詳しくなろう!!

北海道のもち米の種類



きたゆきもち
やわらかい

- 冷めてもやわらかさ、粘りが長持ち
- 白度が高く、つやと味が良いと評価されている



はくちょうもち
やわらかい

- 長年北海道のもち米ブランドを支えてきた品種
- 冷めてもやわらかさが長持ち
- 粘り強い

風の子もち
やわらかい

- 冷めてもやわらかさ、粘りが長持ち
- 白度が高く、粒張りが良い品種

きたふくもち
かたい

- 硬化性が高く、もちにした時の食味も良い
- 切り餅などの加工や、米菓に適している

うるち米ともち米の違い

私たちがいつも食べているごはんはうるち米、もちや赤飯などに使われているものがもち米です。

うるち米



半透明の白色
でんぷんの成分には水に溶けにくい「アミロペクチン」に加えて、水に溶けやすい「アミロース」が含まれている

粘り気が弱く、ふっくらと炊き上がる
消化に良い

もち米



不透明で真っ白
でんぷんのほとんどの成分が水に溶けにくい「アミロペクチン」

粘り気が強い
もちもちに炊き上がる
腹もちが良い

きたみらい地域ではもち米「きたゆきもち」を栽培しています!

違う特徴をもつ、もち米とうるち米が花粉の飛び込みなどによって混ざってしまうように、北海道のJAで扱っているもち米はすべて生産団地で作られています。生産団地栽培を徹底し、純度の高いもち米づくりを目指しています。

ほくたちはみんな団地育ちだよ! 「もち米団地」と呼ばれている生産方式で、もち米だけが集团的に栽培されているの。

もち米の保存方法

米は臭いを吸ってしまふので、密閉できる容器にいれる



常温保存もできるが冷蔵庫(野菜庫)がおすすめ! 冷気の噴出口は避ける

常温保存をする場合は、直射日光を避ける。18℃以上の高温多湿な場所に置くとカビや虫が発生しやすくなるので注意!!



もち米は割れやすいので上にものを乗せないでね

北海道産きたゆきもちを使った商品



セイコーマート 大福

北海道産のもち米と小豆・手亡豆が使用されている大福です。
北海道産「きたゆきもち」を使用しており、「きたゆきもち」のやわらかさと粘りが長持ちする特徴が生かされた、もちりとした食感が味わえる商品です。


田んぼの役割

田んぼは米を作るだけじゃないよ

- 水をきれいにする**
米作りに使われた水は、田んぼの土の層を通るときにこされてきれいになり、地下水や川に戻される。
- 洪水や土砂崩れを防ぐ**
大雨が降っても、田んぼが雨水を巨大なプールのようにいったん受け止め、ゆっくり放出するので、洪水や土砂崩れを防ぐ。
- 空気をきれいにし、気温を調節**
稲の光合成によって空気中に酸素を増やし、気温が上がるのを防ぐ。田んぼは天然クーラー!!
- ワラや雑草などが肥料に戻る**
稲刈り、脱穀が終わった後、ワラや籾殻、米ぬか、雑草などが田んぼの土と混ざり、肥料になる。
- 植物や生き物のすみか**
【植物】ウキ草、セリ、ヒエなど
【動物】クモ、テントウムシ、アマガエル
- 緑がやすらぎを与える**
美しく豊かな緑が心やすらぎをもたらす。田んぼは日本人の心のふるさと。

もち米を使ったラクラクレシピをご紹介します!

BBQにもピッタリ!



肉巻きおにぎり


もち米.....2合
白米.....1合
豚肉バラ薄切り...20枚
北見玉葱焼肉のたれ...適量
片栗粉.....適量

作り方

- もち米と白米をあわせ、1時間水に浸し、炊飯器で炊き余熱をとっておく。
- 1個分にとり分けた①をラップに包み、長丸に形づくる。(棒付きにする場合は、真ん中に割りばしをさしておく)
- 平らなところに、豚バラを並べ、片栗粉をまぶし②に巻く。
- フライパンに油をひき、豚肉がしっかり焼けたら、焼肉のたれをかけさらに15秒くらい焼き完成。

*炭焼きにしてもさらにおいしいよ。

手が汚れない



おはぎ

もち米.....3合
ねりあん又は粒あん...400g程度
きな粉.....少々

作り方

- もち米は1時間水に浸し、炊飯器で炊き余熱をとっておく。
- タッパーにラップを敷き、あんこが平らになるように入れる。
*ラップは長めに切っておくのがポイント!
余った部分を折り返して上から押し形を整えてね。
- ②に炊いたもち米を軽く潰しながら入れる。
- タッパーをひっくり返して、ラップをはずし適当な大きさに切って、きな粉をかけたら出来上がり。

1日農業バイト

あなたの休みの日だけ

made in Japan

JAきたみらい

daywork

iPhone/iPad App Store

Android Google Play

JA共済 自動車共済 クルマスター

お見積りキャンペーン 実施中!!

JAの自動車共済でお見積りしてみませんか？ スタッフが安心・丁寧にご対応いたします！

●納得の掛金で安心の充実保障と頼れるサービス!!
●お得な割引制度を多数ご用意! 共済掛金がお得です!!
●24時間365日の事故受付!
●お車のトラブルも安心サービス!!

令和2年 8/30月 ▶ 10/30金

現在ご加入の他損保証券をご持参のうえ 新規にお見積りされた方 先着150名様に

JAきたみらい 「玉ねぎと牛すじのカレー」と「玉ねぎとチーズが溶け込んだポークカレー」をセットでプレゼント!!

JAの自動車共済は 色々な割引やサービスをご用意しています。

お得な掛金割引をご用意! お得な掛金割引で、負担が軽くなるかもしれません。

「自賠責共済セット割引」 対人賠償の共済掛金 **7%割引**

「農業用貨物車割引」 共済掛金 **10%割引**

「複数契約割引」 共済掛金 **5%割引**

「自動継続割引」 共済掛金 **2%割引**

「長期優良契約割引」 共済掛金 **2~6%割引**

※上記以外にもASV割引・新車割引などがあります。※割引の適用には所定の条件があります。

もちろん頼れるサービスも! もしものときに、頼れるサービス・体制も充実しています。

サービス ●24時間365日の事故受付 ●レッカーサービス ●ロードサービス ●夜間休日現場急行サービス 等

体制 ●事故対応窓口…全国約2,530カ所 ●損害調査サービス担当者…全国約5,450人 (2019年4月1日現在)

※サービスのご利用にあたっては所定の条件があります。

お問い合わせ先 JAきたみらい

北見本店 TEL 33-3171 置戸支店 TEL 57-7070 上常呂支店 TEL 38-2122

温根湯支店 TEL 45-2070 訓子府支店 TEL 47-4823 端野支店 TEL 56-3115

留辺蘂支店 TEL 42-2212 相内支店 TEL 37-2022

43号の応募総数は、424通でした。たくさんのご応募ありがとうございました。頂いたご意見・ご要望は今後の特集の参考にさせていただきます。また、今までのぐりんgreenはJAきたみらいのHPから見る事ができますのでご覧ください。

正解者の中から抽選で30名の方に、

セットでプレゼント!

応募締め切りは、8月7日(金)当日の消印有効

※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

※個人情報情報は目的以外の用途には使用致しません。

JAきたみらい 玉葱の塩だれ

JAきたみらい 麦まろしゅつ汁

JAきたみらい 玉ねぎと牛すじのカレー

プレゼント応募方法

北見市中ノ島町1丁目1番8号 JAきたみらい ぐりんGreen クイズ係

ハズレの番号

お名前

ご住所

お名前

年齢

電話番号

JAきたみらいのHPから応募する

クロスワードパズル

一重マスの文字をアルファベットの順に並べてできる言葉をお答えください。

★タテのカギ

- テレビのリモコンにはたくさん付いています
- なだらかな丘陵地
- 合唱部が練習するもの
- 耳かきと共に行方不明になりやすいついで
- 今からこれじゃ、が心配だなあ
- 仲人から紹介を受けて、伴侶候補と会います
- 宴会でグラスをみんなで掲げて……
- 相撲の勝敗を記録した一表
- ゴホゴホゴホ
- 価格が高くなること
- 煮物などに使う、アルコールを含む調味料

★ヨコのカギ

- 9月1日は、の日。非常持ち出し袋や避難経路を確認しましょう
- 高知の名物料理、カツオの……
- 皮膚の表面にある細かな模様。……の細かい肌
- 食器を拭く布です
- いかに守られた実がなります
- 晴れた十五夜にはとても明るい
- 矢を射る道具
- 陽の反対語
- 国や地方自治体に納めます
- 首都はモスクワ。大きな国です
- 肉料理に添えたり、刻んでスープに浮かべたりする香草
- 傘にも風(たこ)にもあります
- バラの茎にある突起

前回のクイズの答えは「モクレン」でした。

※63円切手のハガキでご応募願います