

ほっぷ すてっぷ

じゃ

JAnぷ

Plus+

2022
Vol. 14

つくるを知ると
もっと、
おいしい



特集

岩手生まれのお米
「銀河のしずく」

Know 知る Story お米が 食卓に届くまで



①
収穫

「銀河のしずく」は9月中旬から収穫が始まります。収穫したお米は品質低下を防ぐため、乾燥機で均一の水分値に乾燥させます



②
乾燥
調整

乾燥させた粳(もみ)は、粳すり機で粳殻をとり、玄米に加工します



選別機(ライスグレーダー)を通して、くず米と出荷用の玄米に選別します



③
出荷

JAに出荷されたお米は厳しい農産物検査を受けて、全国各地に出荷されています



①5月下旬の田植え作業。勝浩さんは「米づくりで大切なのは水管理。生育のステージに合わせて、田んぼに張る水の量を調整しています」と話します ②コンバインでの収穫作業 ③育苗のしやすさも「銀河のしずく」の特長。勝浩さんは「寒さに負けず、すくすくと育ってくれました」と話します

「銀河のしずく」を栽培する生産者は、栽培マニュアルや栽培研究会で定めた品質基準を守り、おいしさを徹底的に追求しています。「銀河のしずく」は病気や寒さに強く、稲の丈が短くて倒れにくい。岩手県の中央に位置する、この地域の環境に適しているお米だと思います」という勝浩さん。「銀河のしずく」は、品種が持つ特長を最大限発揮できるよう、作る人や場所、栽培方法や品質管理を徹底することで、消費者の皆さんの期待に応えるこだわりの生産を行っているのです。

デビューから7年。全国的にも徐々に認知度が上がり、「銀河のしずく」の需要は年々増加しています。勝浩さんは「いかに良いお米を作るか、そして広げていくか。質と量のバランスをとりながら、しっかりと需要に応えていきたいです」と力強く話します。

「私のイチオシのご飯のおともは、イカの塩辛。銀河のしずくのさっぱりとした味わいと、の相性は抜群です！」と話す勝浩さんは、「お米の白さやおいしさを多くの皆さんに楽しんでもほしいです」と話しています。

Profile

Hosokawa Katsuhiro

細川 勝浩さん (58)

紫波町で水稻栽培や畜産を営む専業農家。岩手県銀河のしずく栽培研究会の会長を務める。



絶品！岩手が誇る 「銀河のしずく」

JAいわて中央(盛岡市・矢巾町・紫波町)では、
岩手県のオリジナル水稻品種「銀河のしずく」の栽培が盛んに行われています。
今回は、紫波町で「銀河のしずく」を栽培する細川勝浩さんの田んぼにお邪魔しました。

岩手の本気が生んだお米
白く、輝く「銀河のしずく」

「銀河のしずく」は平成28年にデビューした岩手県のオリジナル品種。味の「おいしさ」と、病気や寒さに負けない「強さ」を併せ持った日本一のお米を目指して、約10年の歳月をかけて開発されました。有望な種を選抜し、現地試験や食味試験を繰り返して徹底的に選り抜かれたお米が「銀河のしずく」。県が開発したオリジナル品種で初めて、米の食味ランキングで特A(最高評価)を獲得しました。

9月下旬、黄金色の稲穂が揺れる田んぼで迎えてくれたのは、紫波町で「銀河のしずく」を栽培する細川勝浩さん。「銀河のしずく」の誕生で、「味」を追求した米づくりへの意識が高まったという勝浩さんは「やっと勝負ができるお米ができた」と感じました。岩手のお米々と言える品種があるのは嬉しいです」と笑顔を見せます。



銀河のしずくでごちそうおむすび

Ginga no Shiruku

秋鮭と大葉のおむすび

材料(2個分)

ご飯…………… 350g
秋鮭…………… 120g
大葉…………… 5枚
塩…………… 適宜
白ごま…………… 適宜

作り方

- ① フライパンに油(材料外)を熱し、鮭を中火で両面焼く。焼き上がったら粗くほぐす。大葉は千切りにする。
- ② ご飯、①と塩、白ごまを混ぜ合わせる。

しいたけとねぎのおむすび

材料(2個分)

ご飯…………… 350g
しいたけ…………… 2〜3個
ねぎ…………… 1/4本
しょうゆ、砂糖…………… 各大さじ1

作り方

- ① フライパンに油(材料外)を熱し、1cm幅に切ったねぎとしいたけを炒める。焼き色がついたらしょうゆと砂糖を加え、強火で照りが出るように炒める。
- ② ご飯と①を混ぜ合わせる。

卵とおかかのおむすび

材料(2個分)

ご飯…………… 350g
卵…………… 1個
かつおぶし…………… 1/2パック
しょうゆ…………… 小さじ2
砂糖…………… 小さじ1

作り方

- ① フライパンに油(材料外)を熱し、溶き卵と砂糖を入れて炒る。
- ② ご飯と①、しょうゆと混ぜたかつおぶしを混ぜ合わせる。



お米をおいしく食べるコツ



① まずはお米の量を正確に
計量カップでお米を量ります。お箸やスプーンなどを使って擦り切りにして正確に計量しましょう。



② 最初はスピードが命！
お米が全部浸るくらいに水を入れ、手で軽くかき混ぜたら、素早く水を捨てます。最初の水は吸収しやすいので、汚れた水を吸い込む前に手早く水を切りましょう。



③ 米研ぎはやさしく、リズムよく
水を捨てた状態で米を研ぎ、たっぷりの水ですすぎましょう。ソフトボールを握ったような手の形で、優しく研ぐのがポイント。とぎ汁は少し濁ったままで大丈夫です。



④ 炊いたら全体を混ぜる
炊飯器の目盛りに合わせて水を入れ、30分〜1時間を目安に浸水させます。炊き上がった後蓋を開け、余分な水分を飛ばすように、全体を切るように優しく混ぜましょう。

白くてつややか、かるやかな食感

岩手の澄んだ空気や美しい水、肥沃な大地、生産者の熱い思いが育てる「銀河のしずく」。「銀河のしずく」は岩手県が開発したオリジナル品種として初めて、お米の食味ランキングで最高評価となる「特A」を獲得しました。

おいしさの秘密

DATA 1 炊き上がりの白さ

一粒一粒が透き通るような白さで、炊き上がりのつややかな美しさは抜群。粒が揃っている見た目もおいしいお米です。

	炊飯米の白さの測定値※1	炊飯米の白さ(食味官能値)※2	
		基準米:あきたこまち	基準米:ひとめぼれ
銀河のしずく	1.52	0.57	0.30
岩手県産ひとめぼれ	1.21	-	0

※1 色彩色差計(ミノルタ社製CR-310)による分析値。あきたこまちを基準とした場合、値が大きいほど炊飯米が白い。※2 食味官能試験の平均値(+3〜-3の7段階評価)。値が大きいほど炊飯米が白い。

DATA 2 バランスのとれた食味

粘りや甘みのバランスが良く、飽きの来ないあっさりとした味わい。和食や洋食など、様々なシーンで楽しめるお米です。

● 食味評価

外観	香り	味	粘り	硬さ	総合評価
4.1 (26%)	3.7 (10%)	3.9 (16%)	4.1 (23%)	3.7 (21%)	4.0 (19%)

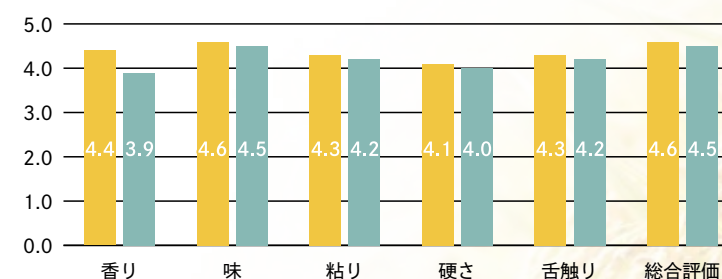
※東京都内の五つ星お米マイスター31人からの評価の平均値。評価点:5(とても良い)、4(良い)、3(どちらともいえない)、2(悪い)、1(とても悪い)下段()内は、5点と評価していただいたお米マイスターの割合。

DATA 3 冷めても変わらない味わい

程よい粘りがあり、噛むほどに口の中に甘みが広がります。冷めても変わらないおいしさでかるやかな食感を楽しむことができます。

● 温度変化による食味評価

■ 炊きたて ■ 冷めた状態



銀河のしずく

Ginga no Shiruku

【名前の由来】「銀河」は岩手の空に光る星のような、艶のあるお米一粒一粒の輝きを表しています。また、宮沢賢治の「銀河鉄道の夜」があることも岩手をイメージさせます。「しずく」はお米の特性である、つや、白さなど、おいしさを表現しています。



「岩手の本気が生んだオリジナル品種
銀河のしずく」を
食べてみて！



サン・フレッシュ都南店舗隣
「サンちゃん食堂」イチオシ！

冬季
限定



ひつつみ汁

冬季限定で、郷土料理「ひつつみ汁」を販売中！岩手県産の南部小麦を使用したもちもち食感の「ひつつみ」と、たっぷりの具材で満足感のある一品です。冷えた身体もポカポカに！



りんご

岩手の秋はりんごの季節！王道の「サンふじ」をはじめ、種類豊富なりんごが揃っています。

冬野菜

11月は、白菜やダイコン、キャベツなどの冬野菜が豊富。丸ごと買えばお買い得！使いきれずに余ったら冷凍保存もおすすです。



さつまいも

秋から冬にかけて人気のさつまいもは、甘さや食感も品種によってさまざま。料理にもデザートにも大活躍です。

イベント情報

贈答りんごまつり	11月19日(土)～12月18日(日)
しわポークまつり	11月26日(土)・11月27日(日)
しわもちもち牛まつり	12月10日(土)・12月11日(日)

サン・フレッシュ都南

〒020-0853 岩手県盛岡市下飯岡21-180
TEL:019-637-6801 FAX:019-637-6802

【営業時間】9:00～18:00
【休業日】1月1日～3日、2月末日

Twitter
@sun_freshTONAN



私たちが暮らす地域のこと、くらしのこと、
そしてJAのこと。
知れば知るほど、好きになるー。
第4回目は、紫波支所についてご紹介します。

教えて！
JAのこと、地域のこと
JA 通信

Vol.4
紫波

Q. JAってなあに？

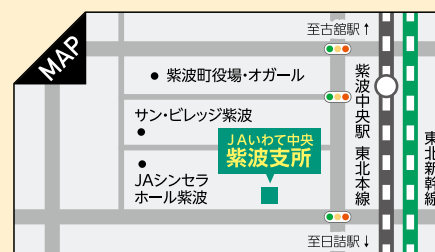
JA(ジェイエー)は、農業に携わっている人たちを中心に、全国に組織がある農業協同組合です。JAは、「農業協同組合」の英語表記「Japan Agricultural Cooperatives」の頭文字をとってつけられたニックネームです。JAは組合員の農家に、農業技術の指導をしたり、農業に必要な資材をできるだけ安く共同で購入したり、農畜産物の共同販売を行っています。その他にも、銀行や保険会社のように貯金や融資、万一の場合に備える共済(保険)等の事業も行っています。

Q. 利用できるのは農家だけ？

JAは農家以外のみなさんにも開かれた協同組合で、組合員以外の誰でも利用することができます。また、一定の出資金をお支払いいただくことで組合員資格を得ることができるため、組合員と同等のサービスを受けることができます。詳しくはお近くのJA支所へお問い合わせください！

私が
お答えします！

JAいわて中央
紫波支所共済課
田村 希々花 さん



JAへお気軽にお立ち寄りください

紫波エリアの 見どころマップ



紫波フルーツパーク

紫波町で採れた良質なブドウを使用し、自社のワイナリーで醸造する「自園自醸」をスタイルに掲げ、ワインの生産を行っています。隣接する直売所では定番商品の他、ワイナリー限定のワインや数量限定のワインなども販売。

「紫あ波せワイン」に
白が登場！

新商品



JAからのお得情報！

JAバンク岩手

ウインターキャンペーン2022

期間 令和4年11月1日(火)～12月30日(金)

定期貯金、定期積金の新規

または増額契約で先着プレゼント！

10万円以上

よりぞうグッズ(①～③)の中から1点選択

①
よりぞう畳める
保冷トートバッグ

②
よりぞう
ボタン付き
ブランケット

③
よりぞう抗菌加工
ミニタオル
2枚セット

30万円以上

県産ブランド米(①・②)のどちらか選択

①
「金色の風」
令和4年産新米
3合パック

②
「銀河のしずく」
令和4年産新米
3合パック

さらに！JAネットバンク限定 定期貯金 特別な金利上乘せ

店頭金利 **＋年0.05%**

【適用条件】期間中、JAネットバンクで新規に定期貯金10万円以上300万円以内(期間1年(12ヶ月)・自動継続)をお預入れの方

詳しくは最寄りのJA支所の窓口へ
お気軽にご相談下さい

拠点情報は
こちらから



答えて当ててね!

特産品プレゼントクイズ

Q. 「銀河のしずく」は〇〇〇生まれのブランド米!
〇〇〇に入る言葉は?

① 新潟県 ② 北海道 ③ 岩手県

正解者の中から抽選で10名様に

令和4年産「銀河のしずく」5kgをプレゼント!



※写真はイメージです

応募方法

ハガキまたはJAいわて中央HPのコミュニティ誌応募フォームからご応募ください。12月12日(月)の消印・ご応募まで有効です。ハガキでご応募される方は①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧本誌の入手方法⑨本誌のご感想⑩誌面に取り上げてほしい話題をご記入のうえ、右記の宛先までお送りください。



応募先

〒028-3453
紫波郡紫波町土館字沖田98-20
JAいわて中央 企画管理部 企画課行

当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※お客さまの個人情報は、アンケートの集計、賞品の発送、JAいわて中央のマーケティング活動の目的以外には使用することはありません。



もちもちとした食感、
さっぱりとした味わい。

透きとおるような白さとツヤで
見た目もおいしい「銀河のしずく」を食べてみて。
地域で育てて、地域で食べて
大切にしたい、岩手のお米。
食卓までの物語を知れば、もっとおいしい。



JAいわて中央のSNSでは写真や動画で農業や食の魅力を発信しています



JAいわて中央公式YouTube



一人ひとりの思いをカタチに



「食農立国」とは

JAいわて中央管内で生産される農畜産物のブランド化を目指した商標登録名です。
JAいわて中央が目指す「食農立国」には、食を囲む人々と、農業を営む人々との繋がりを大切にし、「その食卓の向こうに安全・安心で美味しい農畜産物と美しい農村の風景を提供し続けたい」という思いが込められています。

私たちは 次世代につなぐ美しい農村と豊かな農業継続のため環境を守ります
次世代を担う子供たちに食の大切さを伝えます
地域社会や多くの消費者とのふれあいを大切に訪れたい里づくりを目指します

支所のご案内

営業時間: 平日9時~15時
定休日: 土・日・祝日

紫波支所 〒028-3307 紫波町桜町字上野沢38-1
TEL: 019-676-3619
矢巾支所 〒028-3615 矢巾町大字南矢幅14-109
TEL: 019-697-6888

都南支所 〒020-0853 盛岡市下飯岡21-180
TEL: 019-638-0075
盛岡支所 〒020-0053 盛岡市上太田上野屋敷2-1
TEL: 019-659-0616

※JAいわて中央では新型コロナウイルス感染拡大対策のため、当面の間、各支所窓口の営業時間を平日は9時から15時までとさせて頂いております。ご不便をお掛け致しますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

JAいわて中央地域コミュニティ誌「ほっぶすてっぴJAんぶPlus」2022年第14号

発行/岩手中央農業協同組合 発行日/2022年11月 編集/企画管理部企画課 〒028-3453 岩手県紫波郡紫波町土館字沖田98-20 ☎673-7480