



ほんものを たべよう

| | |
|--------|-------------|
| 提出日 | 11/ 火 水 木 金 |
| | 9 10 11 12 |
| 配達日 | 11/ 火 水 木 金 |
| | 16 17 18 19 |
| 翌々週配達日 | 11/ 火 水 木 金 |
| | 23 24 25 26 |

オルターの提案

本場に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、チェルノブイリ放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

Alter Weekly Order Catalogue

2010.11月3週号

米 RICE

アレルギーにやさしい 低タンパク米 ゆきひかり

アトピーの子にも安心。無農薬です。

市川農場(有)グルメライス旭川

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)

無農薬で栽培

北海道旭川市の市川農場の市川範之さんは、アレルギー対応米として知られる「ゆきひかり米」を無農薬で栽培しています。水田は43ヘクタールありますが、無農薬はそのうち4ヘクタールで、その他は除草剤1回使用のお米です。そのうちオルターには無農薬米だけを出荷していただいています。

市川農場は北海道大雪山麓のきれいな水が流れる旭川市西神楽御料地にあります。昼夜の寒暖の差が大きく、おいしい米の栽培に向いた気象条件に恵まれています。市川農場で収穫した米は、同じく市川範之さんが代表の会社(有)グルメライス旭川が販売しています。

アレルギーの少ないゆきひかり

ゆきひかり米は他の米の品種と違い、先祖が100%うるち米であるため、低タンパクなのが特徴です。

例えば「コシヒカリ」「あきたこまち」など一般的なお米は粘りがあり、おいしいお米ですが、「うるち米」に「もち米」を掛け合わせて品種改良されたもち系の品種です。そのため、もちの成分アミロペクチンが含まれ、タンパク質含有量が「うるち米」より多いのです。



お米のタンパク質もアトピー性皮膚炎に対しては、農薬との相乗作用でアレルギーになる場合がありますので、お米のタンパク質に敏感なアレルギー患者にとっては、もちの成分アミロペクチンを含まない「うるち米」のゆきひかり米、しかも無農薬栽培のものは症状改善に役立つと考えられます。事実、市川さんのところには、アトピー性皮膚炎に苦しむ多くの消費者から感謝の声が届いています。

身体にやさしい作物を消費者に

市川範之さんは三代目です。初代の祖父は北海道東部の風蓮湖の近くに入植されたそうです。お父さんは農業資材を扱う会社を営んでいます。市川範之さんご自身は、中学高校時代には実家が農家であることを知られるのが恥ずかしかったそうです。

都会にあこがれ、19才の時に札幌の大手住宅メーカーに就職しました。しかし、マンションに寝るだけの生活、食事は外食がインスタントばかりの生活、8ヶ月ほど経って体に変調が現れました。頭が重く急激な肥満、仕事も行き詰まり自信をなくしてしまいました。1年足らずで仕事を辞め、実家の旭川に戻ってきました。実家で目の前の田畑で穫れた有機米や野菜がこんなにおいしいものだったのか、と改めて気付きました。自然と体調も戻り、ス



市川範之さん

トレスも消えていきました。人間の健康と自然環境を守る農業がすばらしい営みであることに気づき、20才で農業を志すことになったのです。そして、できるだけ身体にやさしい作物を消費者に提供する決意をしたのでした。まずは水田17ヘクタールで米作りを始めました。今では「農業は毎日豊かな心で取り組める」と語っておられます。

一人の母親との出会いがきっかけ

ゆきひかり米は昭和50年代、北海道で栽培されていたお米の品種です。モチモチ感が少ないため、現在では北海道でも水稲作付面積の約1%程度と、ほとんど栽培されていません。お米アレルギーの方に「ゆきひかり」なら身体に合う場合があると解ってきて、再びゆきひかり米に注目が集まっています。

市川さんがこの「ゆきひかり米」の栽培に取り組み、いち早く復活させたのは、アトピー性皮膚炎の我が子に食べさせることのできるお米を探し求めて1996年に農場を訪れた一人の母親との出会いがきっかけだったのです。

市川農場(有)グルメライス旭川の ゆきひかり米

●品種

ゆきひかり

※ほかにも「あかげ」「おぼろ月」「かめのお」など珍しい米を栽培していますが、オルターへは出荷していません。

●栽培方法

農薬……無農薬栽培。反当たりの収量6~7俵程度と無理をしなければ十分に無農薬栽培ができる、とのお考えです。

※除草剤1回使用の低農薬米もありますが、オルターでは取り扱っていません。

肥料……米ぬか(自圃)、貝化石、糖蜜をEM発酵した有機肥料。育苗時にもみから、牛糞堆肥。

※化学肥料を通常の1/2程度使用している田もありますが、オルターでは取り扱っていません。

●ゆきひかり低タンパク米

玄米5kg、白米5kg(通常精米)、65%精米2kg(アレルギーカット米)を企画します。

65%精米はお米の表面を35%削ったゆきひかりで、たんぱく質4.6g/100g、脂質0.6g/100gというデータが出ています(分析依頼 食と環境科学研究センター)。

●ゆきひかり米粉(ライスパウダー)

米専用ラインで微粉碎していますので、小麦粉や大豆などのコンタミネーションはありません。石臼式二段式製粉をしています。

●ゆきひかり米粉(マイクロパウダー)

約300メッシュの微粉末になるまで製粉した超微粉末です。細かくしにくい米粉のざらざら感と重たさをとりました。

主にクッキーなどのお菓子やケーキなどを作る時に向いています。

ゆきひかりマイクロパウダー100%使用でもサクサク感のあるクッキーが焼きあがります。



ゆきひかり低タンパク米とゆきひかり米粉は、今週配布の「けんこう応援ひろば」チラシでご注文いただけます。