赤米ニュース

第 307 号

（2022 年 10 月 31 日）

東京赤米研究会

〒186-0003　東京都国立市富士見台 4-11-13 メゾン国立 201　長沢方（TEL042-577-6855）

10 月の赤米作り---------- 2
おしらせ---------- 4
おたより---------- 7
『赤米ニュース』第 300 号記念報告：赤米の利活用（Ⅶ）---------- 8
表紙解説：国分寺市の年中行事⑩―国分寺の薬師堂大祭― ---------- 8

［2022 年版赤米栽培マニュアル］

10 月の赤米作り

●10 月の赤米作りのポイント

皆さん、お元気でしょうか。毎月お届けしてきましたこの「2022 年版赤米栽培マニュアル」も、いよいよ完結の時を迎えております。４月以来、半年間にわたって赤米作りに奮闘してこられた、皆さんのチャレンジ精神に対し、心から拍手を送ります。よくぞここまで、頑張って下さいました。感動のゴールインの喜びを、皆さんとともに分かち合いたいと思います。

10 月の赤米作りの課題は、要するに稲刈りをするということだけです。稲刈りのやり方に特別なルールはありません。お好きな方法で適当にやっていただき、収穫の秋を心ゆくまで楽しんでいただきたいと思います。

●稲刈りについて

赤米稲の稲刈りの時期は、出穂・開花から約３週間後が目安となりますが、東京でいえば、おおよそ 10 月上旬～中旬頃といったところです。ただし、「武蔵国分寺種」のような超早生種の場合はもっと早く、９月中旬頃が稲刈りの適期となることでしょう。稲穂が充分に垂れ下がり、籾が黄色く色づいて、指で押すとしっかり硬くなった状態になれば、もう刈り取ってもよいです。あまりに長く稔らせておくと、どんどん籾がこぼれ落ちますし、スズメにも食われますので気をつけましょう。

できることであれば、スズメ除けの防鳥ネットを張っておくのがもっとも安心で、ホームセンターなどで売っていますから、探して

写真 10　スズメ除けの防鳥ネット

みて下さい。バケツの回りに支柱を立て、バケツ全体をすっぽりネットで覆ってしまえば、もう絶対にスズメに食われることはありません。少しでもネットに隙間があいていると、そこからスズメが侵入しますので、気をつけて下さい。

稲の刈り方は、どのようにやっていただいても結構です。オーソドックスにやりたい方は、根本から鎌でザックリと刈ればよいですし、穂だけをハサミで切り取ってもかまいません。弥生時代の雰囲気を味わってみたいという方は、石器で穂刈りにしてみて下さい。お子さんと一緒に石を割り、石器の石庖丁を作って稲刈りをやってみるのも一興です。あとで藁を正月用のシメ縄・リース作りに利用する場合、根元刈りでも穂刈りでも大丈夫で、どのようにしても藁は利用できます。赤米稲は通常稲よりも茎が長いので、藁細工に適しており、どのように刈り取っても充分に藁を用いることができます。

稲刈りには鎌があればベストですが、農家であればいざしらず、一般家庭には普通、鎌などありません。だからといって、わざわざ買ってくるにはおよばず、普通のハサミで充分に代用できます。ハサミで少しずつ根本を

切っていけばよろしいでしょう。根刈りにした場合、刈り取った稲穂を束にして紐で縛り、物干し竿にさかさまに吊るして天日乾燥させましょう。穂刈りにした場合は、刈り取った穂をザルなどに入れて日に干して下さい。いずれにしても、スズメの食害には十分に気をつけ、雨が降りそうであれば屋内に取り込んで下さい。脱粒性の高い品種（武蔵国分寺種など）では、ボロボロと籾がこぼれ落ちますので、拾ってザルにでも入れ、天日にあててておきましょう。

●脱穀法について

こうして１週間ほど稲穂を日によくあてて干し、充分に乾燥させた後、いよいよ脱穀の作業にかかります。脱穀機も千歯こきもない一般家庭で、いったいどうやって稲の脱穀をやるのかといえば、実に簡単なことで、要するに自らの両手の指を使って、しごいていけばよいのです。稲穂を１本ずつ手に取り、左手で稲の穂首をしっかり押さえ、右手の親指と人差し指の爪を毛抜き状に合わせて穂をはさみ、下から上へとしごいていけば、実に簡単にボロボロと籾が取れていきます。この時に、籾が遠くにはじけ飛んだりしますので、下に新聞紙などを敷いて、作業をおこなうとよいでしょう。一般家庭でのバケツ・プランター栽培程度の規模であったなら、手で１本ずつ籾をしごくくらいの作業は、それほどの大仕事ではありませんし、かえって楽しいものです。お子さんやお孫さんにやらせてみるのも、よい経験になるでしょう。

こうして脱穀した籾はザルに入れ、さらに天日に当てて干します。収穫された籾粒の数や重量、または計量カップで容量を計り、春にまいた種子の量（粒数・重量・容量）でそれを割ってみれば、おおよその種子の増え方がわかります。収穫量の全量をそのまま来年用の種籾とする場合には、お茶の缶などに詰めて翌年まで保存しますが、煎餅や海苔についてくる乾燥剤（シリカゲル）を中に入れておけば、カビの防止になります。種籾は、もちろん品種別にきちんと分けて保管し、混じり合うことのないように注意して下さい。友人・知人で、来年ぜひ赤米を育ててみたいという人がおられれば、種籾をどんどん分けてやって下さってもかまいませんが、その際に品種名・産地名を、そして育て方などをきちんと教えてあげて下さい。

●調製法について

収穫された赤米を食べてみようと思われる方は、ご自分で籾の調製をしなければなりませんが、これも簡単にできることです。戦時中のように、一升瓶の中に籾を入れて棒で突く方法もありますが、わずかな量であればすり鉢であたった方が早いです。すり鉢の中に籾を入れ、スリコギでゴリゴリと軽くすっていくと、籾殻がどんどん割れていき、中から小豆色をした赤米の玄米が飛び出してきます。あまり強くスリコギでこすり過ぎると、玄米が割れてしまいますので、力加減に注意をしましょう。

すり鉢の中に溜まった籾殻や芒などのカスは、フーッと息を吹きかけると飛んでいきます。スリコギですってはカスを飛ばし、何度かこれを繰り返しているうちに、すり鉢の底にはしだいに玄米のみが残っていきます。時折、すり鉢の中の籾をザルに移し、風であおると一層効果的です。この作業は、籾殻のカスがあちこちに飛び散りますので、庭やベランダなどでおこなうようにしましょう。

調製後の玄米は、もうそのまま煮たり炊いたりして食べられますが、さらにすり鉢ですって糠を落とし、ていねいに精米をすれば上等な白米になるとはいうものの、赤米の命である赤い色素や栄養分が失われますし、赤米本来の味を楽しむためにも、ぜひ玄米のままで食べることをおすすめします。バケツ栽培の場合、収穫量はわずかなものに過ぎませんし、茶碗１～２杯分がいいところでしょうから、通常米と混ぜて増量させて炊くとよいでしょう。ほんの少し赤米を混ぜただけでも、充分に赤い色素が溶け出し、美しいピンク色～小豆色の御飯になります。土鍋で粥に煮ると、一層よく赤米の味がわかります。

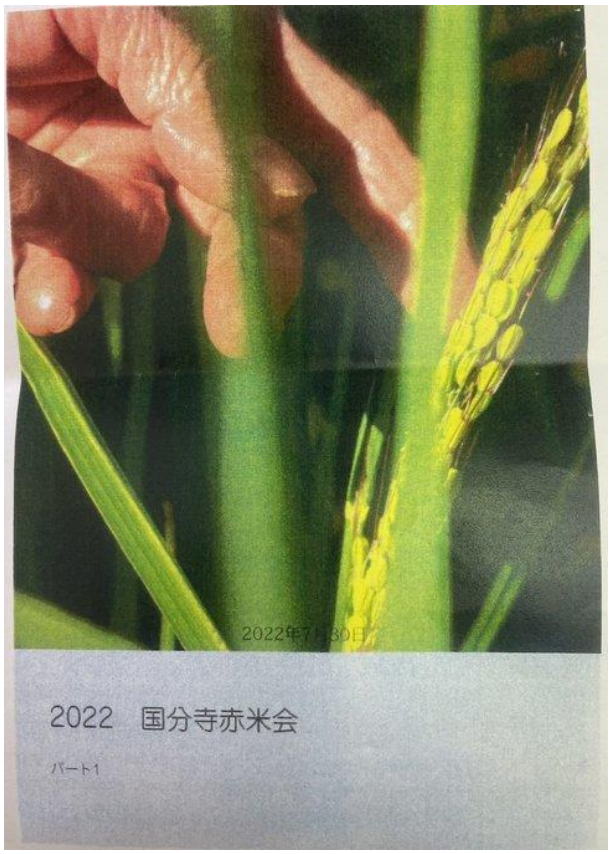
おしらせ

●赤米稲、ついに開花！

東京都国分寺市内では、赤米稲の出穂・開花が今年も順調に始まりました（写真参照）。武蔵国分寺種赤米稲は、初夏のゴールデン・

武蔵国分寺跡地の赤米畑で、待望の赤米稲の出穂・開花が始まりました（８月 16 日）

ウイーク中に播種をおこなえば、３ヶ月後の７月 30～31 日頃には必ず出穂期を迎えることになっており、機械のようなその正確さに、私たちも例年驚かされているのですが、今年も７月 30 日に開花が確認され、予想通りとなりました。その後の日照りや台風８号の接近による被害も少し出ておりますが、赤米会の方々による連日の散水と、支柱設置による防風対策が効を奏し、８月中旬現在、畑には稲穂がどんどん稔り始めています。10 月３日（月）には、小学生たちによる稲刈りがおこなわれる予定ですので、皆さんぜひ、見学に来て下さい！。



●赤米会の写真集ができました！

国分寺赤米会の活動に今年から参加しておられる宮寺幹夫さんは、日本リアリズム写真集団武蔵野三鷹支部に所属しておられるアマチュアの写真家です。武蔵国分寺跡の赤米畑でおこなわれた春の種まきや、その後の除草作業、第五小学校での特別授業などなど、ことあるたびにカメラを持って駆けつけられ、素晴らしい写真をたくさん撮影して下さいました。その写真の一部がこのたび、『2022　国分寺赤米会（パート 1)』という冊子にまとめられ、出版されております。その表紙だけ、ここに掲載させていただきましたが、1部500円にて一般にも販売されておりますので、ご希望の方はぜひ宮寺さんに直接連絡して、ご注文をお願いします（送料は別途必要です)。

連絡先は、「〒185-0012 東京都国分寺市本町2-2-1Ｅ2401　宮寺幹夫」となっております。よろしくお願い申し上げます。

●赤米甘酒を作ります

国分寺赤米会では現在、昨年収穫した武蔵国分寺種赤米を用いて赤米甘酒を仕込み、一般にも販売する計画が進行中です。仕込みを請け負うのは愛知県内の業者で、ボトル200本ほどを発注する予定です。甘酒のブランド名は会員内でのアンケート投票の結果、第1位を獲得した「赤米小町」に決定しました。現在、クラウド・ファンディングで資金集めをおこなっております。フェイスブックなどをご覧になって下さい。

●「沖本カフェ」で赤米稲展示中

東京都国分寺市内に残る旧沖本家住宅（国分寺市内藤2-43）は、昭和時代初期に建てられた貴重な洋館建築です。貿易商であった土井内蔵氏の別荘として1932年に建設されましたが、設計者は川崎忍氏で、後に和館も隣接して建てられました。のちに海軍少将沖本至氏の自邸となり、戦時中は米軍による空襲被害を受けたものの、今でも建築当時の姿を

旧沖本家の洋館

展示中のプランター赤米稲

そのままとどめています。2017～2019年には国分寺市教育委員会の手で、総合的な学術調査が実施され、有形文化財としての重要性が明らかにされました。

近年、この沖本邸の洋館がカフェとして再利用されることになり、広く一般に開放されて、誰でも建物の中を気軽に見学できるようになりました。カフェは毎週金～月曜日にオープンしておりますが（営業時間は11:00～17:00、夜の部は金～土曜日の18:00～）、そこで食事をする場合は事前の予約が必要です（℡042-572-1243）。

沖本カフェは国分寺赤米会とも連携しており、広い庭園内ではプランター栽培中の赤米稲も展示されていて、稲穂が稔っています。本年は特に、屋外にあるピザ焼き窯の屋根上に土を盛り、そこに赤米稲の種子をまいて育てるという、ユニークなこころみもなされたのですが、なかなかうまくいかなかったようで、今では雑草のカヤツリグサの繁茂する草屋根になってしまいました。とはいえ、それはそれで風情があり、おもしろい光景を見ることができます。皆さん、ぜひ一度、お寄り下さい。

おたより

●宝満神社の赤米はいつから？（高橋寿子）

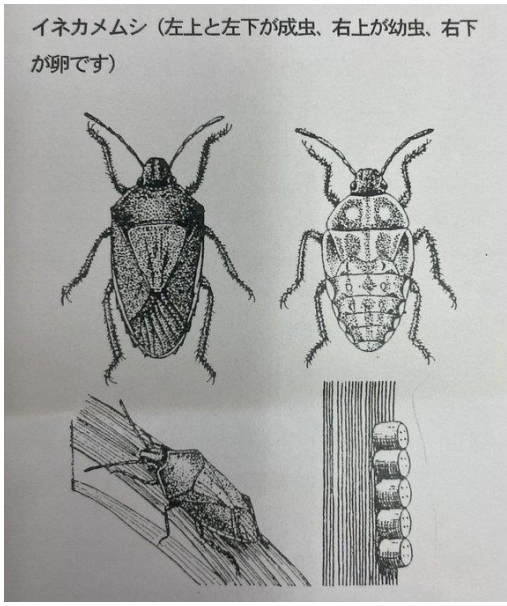
此の度はジャワニカ種に関する資料をお送り頂き、有難うございました。又一つ疑問が生じました。宝満神社で赤米栽培が始まったのは、いつ頃でしょうか。ジャワニカ種かどうかの手がかりのの一つ、米粒の大きさに注目し、我家の収穫が楽しみになって来ました。スマホの天気予報サイトに、国分寺市と南種子町の二ヶ所を登録し、毎日チェックしています。我市の方が異常高温です（8/6：東京都国分寺市）。

●種子島の赤米（高橋寿子）

種子島宝満宮縁起（1807 年）のコピーを有難うございました。200 年以上前に記された書ですが、赤米神田、水鳥や神社をとりまく風物等、彷彿として来ました。現在チェックしている当地の天候で、東京よりはるかに良さそうな様子がわかった気がします。貴重な種子島赤米を大切に育て、又いろいろな人に喜びを広めます。有難うございました。オファーがすでに 8 月 14 日に来ています！（8/（8/16：東京都国分寺市）。

●害虫の被害にご用心（長沢利明）

皆さんのお宅のバケツやプランター内の赤米稲が、害虫の食害を受けてはいませんか？。出穂・開花期を過ぎると、害虫の被害は急速に増えますので、ご注意願います。国分寺市の赤米畑ではカメムシが大発生して、馬鹿にならぬほどの被害が出ております。開花直後の稲の籾の中には澱粉質が乳液状の汁になって満たされており、しだいにそれが硬化して



ハネナガイナゴ（体長は４～５㎝）

かたまり玄米になります。カメムシは、米になる前の籾の乳液を吸って栄養を得ています。乳液を一度吸われた籾は白穂の空籾になってしまい、決して稔りません。白穂が出ていたら、カメムシにやられた証拠ですから、徹底的に駆除しましょう。上の図に示しておいたのは、もっとも被害の大きいイネカメムシですが、これとは別に胴体が細くて緑色をして

いるクモヘリカメムシというものがおり、それも害虫で、武蔵国分寺跡地の赤米畑では今年、大量にそれが発生しております。

次にイナゴですが、そこに稲が生えていることを、するどく嗅ぎつけ、どこからともなく害虫のイナゴが飛んできて、稲の葉を食い荒らします。街中の住宅地内にあるバケツ稲やプランター稲にさえ、やってきますから、油断してはいけません。見つけしだい、踏み潰して駆除して下さい。下の写真は、イナゴの中でも特に悪質なハネナガイナゴという種類で、普通のイナゴより一回り大型です。ものすごい食いっぷりで稲を食い荒らしますから、要注意です（8/17：東京都国立市）。

『赤米ニュース』第 300 号記念報告

赤米の利活用（Ⅶ）

長沢　利明

２　赤米の商品開発

(1)　玄米の販売実態

さて、赤米を用いた新商品開発も、各地でさかんにおこなわれていますので、今度はそのことについて、少し触れてみることにしましょう。いうまでもなく、赤米は栄養価も高いすぐれた食材であり、その赤い色は人体に無害な天然色素なので、それを活かした美しい色の食品を作ることができます。穀物ですので麺類・惣菜類・菓子類など、実にさまざまな食品に加工することができ、非常に利用価値の高い食材であるともいえます。さらに赤米は古代へのロマンを誘う、きわめて話題性にも富んだ食材なのですから、開発された新食品に高い付加価値を与えることもできるのです。こうした利点をおおいに活かし、赤米を用いた新商品の開発・販売を通じ、観光開発や地域活性化のこころみも、さかんになされていますので、その実態を少し紹介してみることにしましょう。

まずは、それぞれの地元産地で収穫された赤米を、玄米のまま少量ずつ袋詰めにして商品化し、一般に販売している例を、取り上げてみましょう。表３はその一覧表なのですが、全国各地に結構多くの販売事例があって、意外に思われるかも知れません。関東地方各地にも、それを売っている産地業者がいくつか見られますが、多くは品種名も不明で、おそらくは「ベニロマン」などのいわゆる「現代赤米」が、用いられているのであろうと推察されます。しかし、それらの産地に古くから在来赤米稲が栽培されていたことの証拠は特になく、ごく最近になって一部の農家が他所からそれを導入して栽培し、話題作りをこころみているのでしょう。

けれども、本物の古代米としての四大赤米級の赤米を、それぞれの伝承地において栽培を復活させ、その収穫米を販売してこそ価値があるわけで、話題性もあるうえに地域おこしへの貢献度も高まるのではないでしょうか。そこで、四大赤米の各産地の実情を見てみると、長崎県対馬以外ではすべて在来種玄米の商品化がなされていることがわかります。

（つづく）

［表紙解説］国分寺市の年中行事⑩―国分寺の薬師堂大祭―　西元町の国分寺の裏山にある薬師堂の大祭は、毎年 10 月 10 日におこなわれる。一年に一度のこの日だけ、堂の扉が開けられるので、平安時代後期作の本尊、木造薬師如来坐像を拝観することができる。その両側に立つ脇侍の日光・月光菩薩像は室町時代の作といわれている。十二神将像もまた、素晴らしい。