

## こめたびだより 7月



手で田んぼの土をかき回し、稲の天敵「ヒエ」など雑草をとる。稲とそっくりなヒエの葉は、素人の私には見分けがつかない。この日の最高齢は70ウン歳。みな女性だ。「若い人は忍耐がつつがねえからできねんだ」と黙々と草を取る。貴重な草取り手は、この時期引張りだこ。この姿勢で一日中草を取り、色々な田んぼを20日間程回って歩くという。ご近所6人で来て休憩時間はかき餅を食べてワハハと笑う。北国の女性はとにかく明るい。

いつもこめたびのお米をたべてくださり、ありがとうございます。むしむしとした暑い夏がやってまいりました。皆様お元気でお過ごしでいらっしゃいますか。今月もこめたびのお米をお届けいたします。

秋田は田植えもひと段落し、除草（草取り）の季節です。こめたび農家の近況をお知らせします。

この湿気と、暑さは、カビや劣化の原因となり、お米には大敵です。できればお米は、ペットボトルに入れて冷蔵庫で保存して頂くと鮮度が保たれて長く美味しく食べることができます。かくいう私も、冷蔵庫が小さいため、半量冷蔵庫に入れて、入らない分から食べるようにしています。ぜひお試しください。

秋田は6月は雨乞いをするほどでしたが、7月は雨続きで涼しい朝夕です。どうぞご自愛ください。

7月20日 こめたび首藤郷

### 阿部淳さん、まきこさん夫妻（秋田県大潟村）



ツヤツヤで粒立ちの良い白米ならイチオシのお米です。無農薬、無化学肥料で、紅白の玉ねぎをこっそり作っている。阿部さんのお米を食べていると、オマケとしてついてくるかも。



阿部さんの田んぼは、なんと東京ドーム3個分。夏の間100名ほど草取りの母さんたちにお願ひして手で除草する。(写真上)自分たちでも「信じられない農法」と言いながら、それでも環境に負荷をかけない、安全で美味しく食べられる米のために、米づくりをしています。

### 金澤一男さん（秋田県鹿角市）



言わずと知れた、アイガモ農法、天日干し「微生物農法」で作る金澤さん。「毎日、すべての稲に目が届く範囲で」作る米は、まさに手づくりそのもの。毎年最初に売り切れる。

この日も撮影のために訪れた田んぼでは、アイガモたちが大忙しで虫やカエルを追い回していた。金澤さんが田んぼに近づくと、グワグワとついて回る。私が近づくと逃げていく・・・

雪が降る直前に出来上がる「金澤にんじん」のジュースは柿のような甘さと濃さ、むせかえるような香りで絶品。今年は、少量ですが、「金澤にんじんジュース」にして発売する予定です。

### 伊藤春光さん（秋田県八郎潟町）

こめたびで、最も多くお届けしている、伊藤春光さんのお米。

モチモチ感と、柔らかさから、冷めても美味しいおにぎり米としてお子さんを持つお母さん達から大人気。

夏の一番暑い時期は、ご注文いただいたお米の半量を真空パックしています。真空になっていない方からお召し上がりください。

こめたび農家の中でも一番の若手、3児のパパとの両立で毎日大忙し。

森山（後ろの山）の水源地から直接流れ込む水と、砂地のような細かい土質は秋田県内でも有数の米どころ。



### こめたびセレクト「夏のお取り寄せ2013」

「夏鍋じゅんさい」「無農薬生ブルーベリー」で暑い夏を乗り切ろう！

夏と言えば鍋?! そうなんです。秋田県の森岳はじゅんさい日本一の産地。ここでは



比内地鶏の出汁にたっぷりのじゅんさいをしゃぶしゃぶの様に食べて夏を過ごします。一度食べたらリピーター必須の大人気鍋です。田沢湖の生ブルーベリーも朝採りを手詰めし、その日にお送りしています。ぜひ一度ご賞味下さい。

詳しくは、パンフレットをご覧ください☆

