

everybodyHAPPY everybodyOHMIMAI



女子プロ野球  
ウエストフローラ 捕手 池山 あゆ美

京都の出身です。高校時代、ソフトボールをしていたのですが、本当は硬式野球をしたいとずっと思っていました。卒業後、四国の銀行でソフトボールを続けていましたが、女子プロ野球の創設を知って“いつかはここでプレーしたい”という想いを持ち続け、今年叶える事が出来ました。

これからが本番で、一日一日が勝負だと思っています。女子プロ野球リーグを盛り上げていけるよう、精進します。

小さいころから近江米には慣れ親しんできました。でも、生産者の方を訪ねたのは初めてです。お米づくりは大変だなと思いました。毎日いただきご飯ですが、こんなに多くの努力、気持ちが集まって作られているのだな、と改めて感じました。私も心を込めてプレーします！

●女子プロ野球リーグ【JWBL】  
ホームページ <http://www.jwbl.jp/>

2009年創設 世界唯一の女子プロ野球リーグ  
2013年よりウエストフローラ、イーストアストリア、サウスディオーネ、ノースレイアの4球団制とし、全国でトーナメント戦とリーグ戦を展開。

3/30・31 わかさスタジアム京都で開幕戦が行われる

お取り扱い店

しあわせ@近江米  
近江米振興協会  
Ohmimai Promotion Association  
SHIGA PREF.

〒520-0807 大津市松本1丁目2番20号  
滋賀県農業教育情報センター内  
TEL 077-523-3920 FAX 077-523-5611

近江米振興協会

検索

やつぱりおいしい……

もうすぐ春、産地では  
近江米づくりの準備が始まります。

# 近江米

私、  
だから

REPORT | VOL.3  
近江米ファン「魅力」リポート | 2月～5月

女子プロ野球  
ウエストフローラ 捕手 池山 あゆ美さん

元気のもとはおいしいご飯!  
近江米、好きです。

everybodyHAPPY everybodyOHMIMAI

しあわせ@近江米



すごく寒かったけど、生産者の皆さんとの熱意に触れて、「元気」をもらいました。

近江米ファン「魅力」リポート  
(近江米のふるさと訪ねて) 代表 廣嶋久平さん

あいしょうアグリ[滋賀県愛知郡愛荘町]

2月

空気や栄養を補給して、元気な土をつくります。



鶏糞などの有機質を散布し、土壤をトラクターで掘り返して、土中に空気と栄養をいれます。1年間お米をはぐくんできた土は、空気や栄養分が減って痩せています。空気や栄養分を補給して元気にするのです。粘りのある黒土は、米づくりにも最適です。この黒土に今年の米づくりのためのエネルギーを与えます。



水

4月

田植えに備えて品種ごとに苗床で、苗を育てます。



今年のお米のもとなる苗を育てるために、苗床を作ります。稻は、品種ごとに生育の時期が違います。これに合わせて床土を整備し、薬を使わず温湯消毒をした種から苗をそだてます。苗はハウスの中で水やりを大切に育てます。



3月

田植えの準備をします。

どの田んぼにどの品種を栽培するのかを決定します。田植えのために、再び田んぼを耕して土壤を平らにします。また、田んぼや畔に生えている草を刈ります。土壤に栄養分の補給もします。



5月

田植えが始まります。



5月には田植えが始まります。よいお米を作るために、ゴールデンウイーク過ぎから5月いっぱい田植えをします。



あいしょうアグリで、昨年から米づくりをしている宮田諭さんは、一昨年まで京都市で洋服の販売をしていました。米づくりに魅力を感じて、あいしょうアグリに参加しました。「ものづくりにかかわりたいと思っていました。1年間米づくりに携わってみて、その大変さが身にしみてわかりました。でも、やりがいもありました。少しでも多くの人に、おいしい近江米を食べていただるために、がんばります!」

安全安心のための様々な取り組み

私たちは、人にやさしく、自然に優しい米づくりをめざしています。農薬や除草剤なども最低限しか使いません。水は鈴鹿山系に降る雨が流れ込む愛知川の水を引いています。土と水に恵まれて、おいしいお米ができます。田んぼに引いた水は、琵琶湖に流さないようにしています。環境にやさしいことが、人にもやさしいことにつながると思っています。



毎日お昼は「近江米」のお弁当。毎朝炊き立てのご飯をご提供しています。  
お子さまからお年寄りまで、好評をいただいています。

Voice of  
流通  
Ohmimai



## 株式会社大津給食センター

お弁当の製造を統括する工場長の岡本佳子さんは語ります。

「1日2000食を作っています。幼稚園から働き盛りの方、お年寄りまで幅広い層の方に、バラエティ豊かなお弁当、給食をお召し上がりいただいています」

大津給食センターのお弁当は近江米100%。その理由を栄養士の清水紗理さんは力説します。「何と言っても滋賀県のお弁当会社ですから。他のお米も試食したのですが、近江米は美味しいさでも一番でした。銘柄は『秋の詩』を使っています。炊きたての食味も良かったのですが、お弁当という制約上、冷めてもおいしいのが決め手でした。甘みがあって、食べ飽きないですね。本当は、すべての料理を地産地消で作りたいところなのですが、日替わりメニューを何種類も作る中では、なかなか難しいです。でも、お米だけは近江米にこだわっていきたいと思います」

大津給食センターは、滋賀県北部にまでお弁当を届けています。できたてを毎日お届けするために、早朝からお弁当作りが始まります。

炊飯担当の中村有貴さんの出勤時間は、何と午前3時。

「真冬はさすがに大変ですが、おいしいご飯を



食べていただくためには必要なことです。季節によって、水加減や炊飯加減も調整しています。お米の浸漬時間も微妙に変えています。冬場は時間をかけてじっくりと炊きます。焦げないように気を遣います。新米の季節は、水を減らします。冷めてからもおいしく、食感も良くするためには、少し柔らかめに炊くようにしています。それでも毎日炊き上がりが違うので、いつも気を遣いますね。幼稚園児向けの給食は、麦を混ぜ込んで炊きます。また、高齢者向けには一部おかゆも作ります。ニーズ別の細かな対応もしています」



## 近江米ファン「魅力」リポート

### (近江米ファンの現場訪問)



株式会社大津給食センター

〒520-0835 大津市別保三丁目11番35号  
TEL 077-537-2807(代表)

滋賀県大津市の株式会社大津給食センターは、大津市を中心に滋賀県全域にお弁当、給食を提供している会社です。



栄養士の清水さんが毎日、頭を悩ませているのが献立。

「おいしい近江米のご飯に負けないようにメニューを考えています。ご飯が進むおかずが基本ですね。でも同時にメニューバランスも大事です。お客様に、『今日は美味しかったよ』と言って下さると励みになります」

一番食数が多いのは、一般弁当の『しあわせランチ』です。コストも関係しますが、郷土料理ができるだけ取り入れたいとも考えています、また、季節感も欠かせないです。バリエーションとし



て、小豆ご飯やお寿司なども作っています。これも好評をいただいている

安心してお弁当を食べていただくために、衛生面も大事だと岡本工場長は強調します。

「うちは昔ながらの炊飯設備でお米を炊いています。熟練した人の経験、勘と最先端の衛生管理で、おいしくて、安全安心なご飯を毎日炊いているのです。

ご飯がおいしい、と言っていただいと、本当にうれしいですね。これからも近江米のおいしいお弁当、給食を作りつづけていきます」





素材の持ち味を生かした「ごはんに合う料理」。  
関西各地の海、山の幸が、目にも鮮やか。

Voice of  
ファン  
Ohmimai

コクのある牛すじとほくほくの新じゃが、ご飯が進みます。

### 牛すじと新じゃがの肉じゃが風



【材料】 2~3人分

牛すじ	200 g
新じゃが(小玉)	6~7ヶ(内1ヶは千切り用)
人参	1/3本
板コンニャク	1/3丁
ベコロス	3ヶ (又は新玉ねぎ 1/2ヶ)
出汁	400cc
濃口醤油	100cc
みりん	100cc
砂糖	適量
青身(キヌサヤ等)	適量

- ①たっぷりの水に砂糖を少量加え、スジ肉を軟らかく下茹でする(※この時、あれば野菜の皮やネギの頭等も一緒に)
- ②じゃが芋は皮付きのまま、他は適当な大きさに切り分け、やや硬めに下茹でしておく
- ③スジ肉を下茹でした煮汁の灰汁などを濾して400cc量り、出汁、醤油、みりんを加え、具材を弱火で煮含める
- ④じゃが芋一つを千切りにし、低温の油でカリカリに揚げる
- ⑤器に盛り付けて、揚げた芋と青身をあしらう

### 近江米ファン「魅力」リポート (近江米ファンの創作レシピ)

柚子の香りと菜の花のはのかな苦み、早春のごちそうです。

### 筍とイカ、菜の花の柚子釜田楽



【材料】 2~3人分

<味噌ダレ>	
八丁味噌	100 g
砂糖	50cc
みりん	80cc
筍(根元の方が好ましい) 100 g	
ロールイカ	100 g
菜の花	3~4本
柚子	3ヶ
八方出汁	出汁8:薄口1:みりん1

- ①柚子をヘタから5mm程で切り落とし、くり抜いて釜にする
- ②下処理した筍を1cmの角切りにし、八方出汁(出汁8:薄口1:みりん1)で煮含める
- ③鹿の子にしたイカと菜の花も同じ大きさに切り、塩茹でしておく
- ④下ごしらえたイカ・筍・菜の花を軽く炒めた後、味噌ダレを加えて炒め和える
- ⑤柚子釜に均等に分け入れトースターで5分程焼く

カツオの鮮烈な味わいを、温泉卵がさらに豊かに引き立てます

### 初カツオの和風ユッケ



【材料】 2~3人分

砂糖	20 g
濃口醤油	50cc
ゆずこしょう	小さじ1
刺身用カツオ	150 g
温泉卵(又は卵黄)	1ヶ
お好みの葉味	

(写真は茗荷・芽ネギ・玉ねぎ・長芋・柚子)

- ①醤油に砂糖を溶かして、ひと煮立ちさせる。冷めたらゆずこしょうを混ぜ溶かす(お好みで辛さ調節を)
- ②カツオを一口大にスライスし、皿にならべる
- ③合わせた①のタレを回しかけ、卵・葉味を飾る

こんなおかずでご飯が食べられたら、いつもより  
おかわりてしまいそう。

牛すじはすごく柔らかくなっていて、食べやすかった!

和風ユッケは、柚子こしょうと相性が良くて、びっくりしました。

柚子釜田楽は、八丁味噌の甘さが食欲をそそります。

スポーツ選手にとって「食」は基本です。  
おいしく食事をすることができれば、  
スマミナ、体力、気力、すべてが充実します。  
そして食事の基本は、「おいしいご飯」。  
近江米と、おいしい料理で、  
身体に力がみなぎってきました!

©日本女子プロ野球機構



# 近江米を使っている飲食店にお邪魔しました!



浪速の風情の残る町屋でいただくおいしい近江米。  
女子プロ野球でがんばるための元気をもらいました!

お店の入り口には、大きな羽釜が。大阪、谷町の「釜戸ダイニング&雑貨 縁」さんは、見るからにご飯がおいしそうなたたずまいのお店です。



**池山「うわー、大きなお釜ですね」**

**石本店主「羽釜といいます。下の釜戸(へつとい)ともども、全部この店のために一から作ったんですよ。おいしいお米のためにはこういうお釜が必要なんです」**

**池山「毎日、このお釜でご飯を炊くのですか?」**

**石本店主「そうです。私はもともとご飯が大好きで、自分自身が本当に美味しいと思えるお米とそれに合う水を探して、全国を歩きました。そして、近江米にたどり着きました。近江八幡市の生産者の方が丹精込めて作ったコシヒカリを使っていました。**

**これを毎日炊き上げる分だけ自家精米しています。そして羽釜で炊いているのです。**

**釜戸にくべる薪は桜の木と楓の木。炊きはじめは桜を使い、その後は火力の強い楓をくべます。お若い方はご存じないかもしれません、『はじめちよろちよろ中パッパ、赤子泣いてもふた取るな』を忠実に守っているわけです。水も全国のものを試しましたが、毎日安定的に手に入れる必要があるので、浄水器の水にたどり着きました**

**池山「薪の香ばしいにおいが店内に広がりますね。それにきれいなおこげ」**

**石本店主「きれいなおこげができるのは、釜の底に均一に火が回っている証拠ですね。このおこげが、お米の味をぎゅっと濃縮していて、おいしいんです。この釜でご飯を炊くには技術と経験が必要なんですよ。お客さまにはおこげも一緒に**

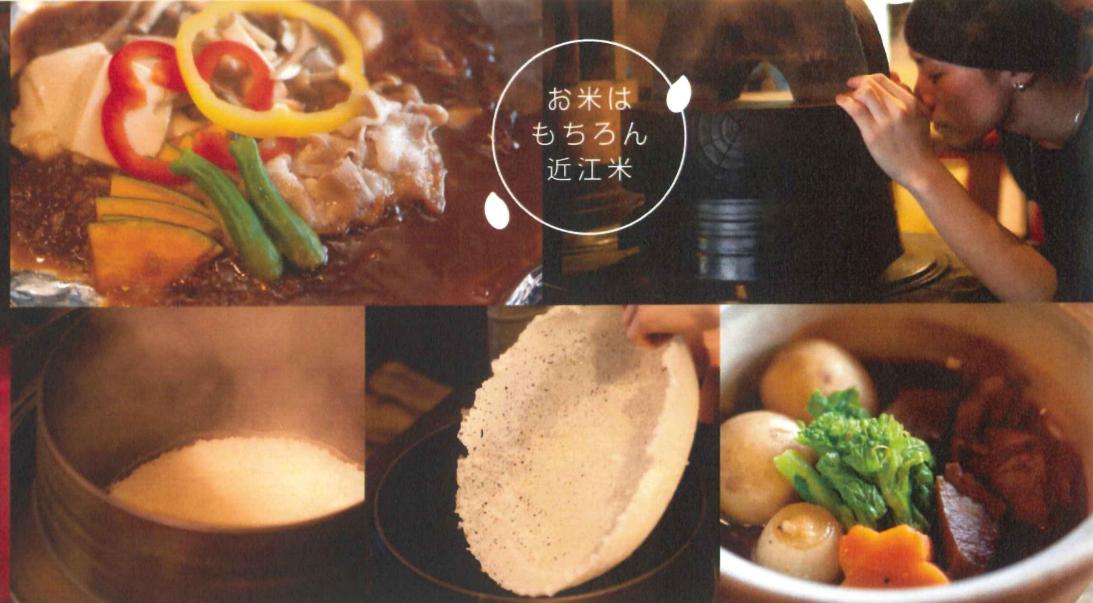
**【池山さんの感想】**今、自主トレーニング中ですが激しい練習を終えて、愉しみながら何と言っても食事です。このお店のようなおいしいご飯と、料理なら、疲れていてもどんどん食べられそうですね。近江米は、おいしい元気をくれますね。それから、お店のたたずまいもすごく素敵でした。今度、チームメイトと来てみたいと思います。

**釜戸ダイニング&雑貨 [えん]**

〒605-0073 大阪市中央区上本町西2-6-24

TEL 06-6763-0110 <http://www.eonet.ne.jp/~nomad/index.html>  
毎日11:30~14:00 夜17:30~23:00 ◎定休日:毎週月曜日【祝日の場合は翌日火曜日】

**縁**



**詣道=熊野街道でした。私はこの熊野街道沿いの新鮮な食材を集めています。大和肉鶏、泉州の犬鳴豚、熊野灘の干物、天王寺蕪、田辺大根など。こうした食材の持ち味を生かした料理をお出ししているのです**

**池山「どの料理も、近江米にぴったりですね。特に朴葉味噌はこくがあって、優しい甘さでご飯が進みますね」**

**石本店主「若い方から年配の方まで、楽しんでいただけると思います。ダイニングですから、夜はお酒を楽しんでいただきますが、基本はご飯です。ご飯のおいしさを実感していただきたいですね」**

**味わっていただきます」**

**池山「ほんと、ごはんがもちもちとしていて、本当においしい。おこげもパリッとしています。自然の甘みがありますね! それに、お店はすごくいい雰囲気ですね」**

**石本店主「地下にも部屋があるのですが、地下の壁はもともとあった石垣をそのまま使っています。江戸時代の大坂の町割りをしたときにできた石垣とも言われています。独特の雰囲気がありますよ」**

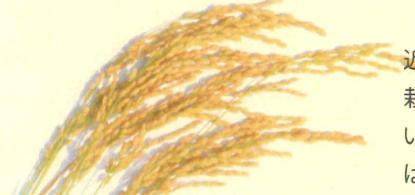
**池内「お料理ができてきましたね!」**

**石本店主「近江米とともにこだわっているのが、料理の素材です。**

**店の前を通る谷町筋は、京都から熊野への参**

どんな種類があるの?  
どんな特徴があるの?

# 近江米カタログ



近江米は滋賀県の自然の中で、生産者が心を込めてつくるお米。栽培時期や品質、用途などに合わせて様々な銘柄が栽培されていますが、安全安心を第一に考え、自然環境に配慮した生産方針は共通です。



## 近江米3つの約束

### 安全・安心の確保

私たちは適正な施肥、防除を行います。また、生産履歴を記帳し、異品種などの混入(コンタミ)防止対策を徹底します。農業生産工程管理(GAP)を導入し、環境こだわり米の生産を拡大していきます。

### おいしいお米の品質確保

消費者ニーズに応じた「売れる品種」「おいしいお米」を作ります。また、土づくりや早生品種の選定など、品質向上へ向けた基本技術を徹底します。さらに、米の品質分析に基づく栽培技術の改善を進めます。

### 安定した生産体制の確保

米づくりの担い手を中心として、安定生産を図り、いつでもおいしい近江米を提供できるようにします。農地の集積や機械、施設などの共同利用によって、低コスト稲作を実践します。

## Catalogue @ Oh!mimai



無洗米コシヒカリ



無洗米秋の詩



天恵米コシヒカリ



近江米キヌヒカリ



近江米日本晴



滋賀県産ゆめおうみ



滋賀県産レーク65



滋賀羽二重糯

### お米の品種

#### コシヒカリ

湖北、高島地方を中心に全県で栽培。食味が良く、高品質で好評をいただいています。

#### キヌヒカリ

コシヒカリの血を受け継いだ品種で、食味もコシヒカリに匹敵します。

#### 日本晴

良質、良食味の品種で、品質、収量とも変動の少ない安定した品種として定評があります。

### ゆめおうみ 本県育成品種

いもち病に強く、減農薬栽培に適していることから、より環境にやさしい農業への貢献が期待される良食味品種です。

#### 秋の詩 本県育成品種

コシヒカリを父親にもち、粒が大きく粘りが強い極良食味で良品質の品種です。コシヒカリ等の早生品種より収穫期が遅いため、作期分散の面からも注目されています。

#### レーク65 本県育成品種

ヒノヒカリ(母)とキヌヒカリ(父)を親として暑さに強く、良食味の早生品種です。

#### 滋賀羽二重糯

昭和13年に育成されて以来、もち米として最高の評価を受け、70年にわたる生産の歴史を誇っています。



### 釜戸ダイニング & 雑貨 緑さん自慢の「近江米の友」



昆布の佃煮

一番出汁をひいたあの昆布を細切りにして、山椒の実と共に甘辛く煮きました。



太刀魚とままでりみりん干し

昔ながらの製法で仕込んだみりん干し。お店ではお客様自身に七輪で炙っていただき、焼きたてを召し上がっていただけます。

(※魚は仕入れにより変わります)



自家製食べるお味噌

八丁、信州、ごく味噌など、数種類の味噌と香り野菜、胡桃や松の実を加え練り上げます。キノコやそばろ等混ぜ合わせ、具だくさんにお店のコース料理では、メインの朴葉焼きとしてもお楽しみいただけます。