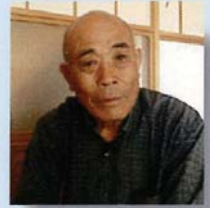


# 北魚沼あぜ道情報

**カラッ梅雨?** 梅雨入りなのになかなか降らない雨。今年はカラッ梅雨? とにかく暑いけど、田んぼの稲たちは「どうだ!」と言わんばかりに元気に成長しています。

生産者紹介コーナー



「北魚沼の匠人」  
佐藤 清二 さん



第3段は山間部では珍しく小豆を作っている生産者です。  
「稲作には、農業機械が普及する前、馬を使って耕していた頃から携わってきた。最近では他県からも美味しいコシヒカリが出るようになってきたがブランドの名に頼らず、より美味しいコシヒカリを作れるように日々努力しています。」  
山場にある佐藤さんの田んぼの水田は、涼しいけれど水源が安定しないので、品質を守るため猛暑の夏は麓から水をタンクに汲んで持ってきたそうです。そこまで手間暇をかけてこそ、高品質で美味しいコシヒカリになるのですね。

暑い! いたた! あー暑い! あー暑い!  
溝切り、草刈りと過酷な農作業が続いている父ちゃんは、まるでこの二つの単語しか知らないのか?と思うほど動くたびに悲鳴を上げます。身体がでつかいたため、地面まで距離があるから腰に負担がかかるんだよね。今年も暑さも加わって本当につらそうです。(冷たいものを飲む時は一層美味しそうですよ。)

さて、田んぼの稲は穂の赤ちゃんが出来始める大事な時期を迎えました。(幼穂形成期)これから成熟期を迎えるまでの間栄養状態を良好に保つため、追肥の散布が行われます。

最後の施肥となる追肥は水管理同様、本年産の食味や品質に大きな影響を与えます。

栄養失調の不揃いのコメ粒になるか、ふっくらツヤツヤのコメ粒になるか、農家の技が試される大事な判定をする時です。

現地での指導が行われる「あぜ道研修会」が各地で実施されていますが、若い方も年配のべ

テランの方も真剣な眼差しで指導に耳を傾けています。暑いなんて言っていない、品質を左右する真剣勝負の時期です。

今、魚沼の地はカラッ梅雨とはいえず、暑く蒸し暑い環境でパソコンとらめっこをしている私は、座っていても汗が噴き出てくる始末。外での作業を終えて帰ってくる職員は疲れ切っていて、やっと歩いているような状態です。日中はこんなに暑いのに朝晩は布団がなくて涼しくて、寒暖差が激しいため、非常に体調も崩れやすく体調管理も気が抜けません。

しかし、自然とは素晴らしい! この体調を崩しやすく食欲が減退する時期に、いろいろな野菜が旬の時期を迎えます。

まずはトマト。小さい頃、学校から帰るとトマトが台所に山のようにあり、それを丸かじりおやつがわりに食べてました。今は二日酔いのお世話になってます。トマトの赤い色素リコペンがガンを防ぎボケを予防します。酸味のクエン酸やリンゴ酸は疲労物質を取り除き、ビタミンCが高血圧を改善する。トマトが赤くなるに医者や青くなるということわざは有名ですね。それから茄子。茄子は身体を冷やす野菜と言われ鎮痛や消炎に効果があるほか、利尿作用もあります。また茄子の色素のナスニンは細胞の老化を抑えコレステロールの酸化を防ぎます、さらに眼精疲労を和らげる効果も。

あとはなんととってもキュウリ。生で食べても漬物でも、ウインナーと一緒に塩コショウで炒めても美味しい。

体力が落ちてくるこの時期にきちんと栄養を取るように出来てくれるんですね。

話はずいぶんそれてしまいましたが、ご飯と旬のものを沢山食べて、猛暑に備えてしっかりと体力づくりをしましょう!(JA北魚沼 佐藤)



野村の田んぼ観察日記

7月。朝晩は少し肌寒いですが、日中の日差しがすっかり夏らしくなりました。

会長の水田はたくましく育った稲株が風になびき、あぜ道に咲き誇る花にはモンシロチョウが飛び交い、なんともどかな風景を作り出してあります。

さて、7月は稲穂を作るための準備をする大事な時期です。根を健康に保つ「中干し」作業を終えてしっかりと土台を作ったら、今度は穂に栄養分を与えるために肥料を入れます。この肥料入れのタイミングが大事なのです。お米が実るまでの稲の身体をしっかりと保ちつつ、品質は最上級に仕上げるため、農家の技が光ります。



田んぼの生き物調査を行っています!



6月下旬、地元の小学生と一緒に田んぼの生き物調査を行いました。

今回の調査では数種類のトンボの幼虫やゲンゴロウ、水路には二枚貝やサワガニも見つかり、普段何気なく通り過ぎる場所にも珍しい生き物がいることに驚きました。今後ともイネの様子だけでなく、周りの環境についてもお伝えしていけたらと考えております。

(水田環境鑑定士 関)

