



おコメ^き作^{つく}ってみよう! 「ひとめぼれ^{めい}チャレンジ^{ちやんじ}」

いつもおいしく食べているお米。どんな風に育つのかな？
観察しながら稲を育ててみよう！！

『産地へのおたより』で送ろう！！

じょうずに育ててお米を収穫したキミも、途中でうまくいかなかったキミも
この育て方ブックの最後にある『産地へのおたより』で応募してね。
応募者全員にお米の産地からプレゼントがもらえるよ！！

- ☆ 参加賞 … 応募してくれた方、全員に
- ☆ ひとめぼれ賞 … 3名
- ☆ 産地応援賞 … 7名
- ☆ チャレンジ賞 … 20名

ほくといっしょにそだてて、
みんなでプレゼントを
もらおうね！！



とれたてトマトくん

締め切り；2011年10月28日（金）まで

いわて 岩手ひとめぼれってどんなお米？種もみってなあに？



コープ特別栽培米 岩手ひとめぼれ

特別栽培米とは化学合成農薬・化学合成肥料をその地域の一般的使用の半分以下に減らして育てたお米のことです。

(財)日本穀物検定協会による
食味ランキングで
平成21年産 岩手県南ひとめぼれ
が15回目の「特A」(最高位)
を獲得しました！



このいろいろ
つぶはなに？



JAいわて花巻
菊池さん

「お買物めも」で人気の、CO・OPのグリーン・プログラム
△「岩手ひとめぼれ」っていうお米の種なんだよ。



とれたてトマトくん：へええ～！おコメのたね？そのおコメ、おいしいの？

大村さん：粘りが強くなってたんぱく質で
やわらかいところがおいしいって、人気なんだよ。

とれたてトマトくん：どうして「ひとめぼれ」って名前なの？

大村さん：色とツヤがきれいで、
おいしいお米だから“ひとめぼれ”するようになって
名付けられたんだよ。

JAいわて花巻の田んぼ
では、茶美豚のごはん
(飼料用米)も作ってる
んだよ！

四季を通して温暖な
気候で育ったお米だ
よ。お米になるまでを
観察してね。



JAいわて南
佐藤さん

「安全・安心」なお米作
りのために毎日努力し
ています。みんなも
一緒にがんばろう！



JA岩手ふるさと
青木さん

環境と人にやさしく
て、味も優しい米づく
りをやっています。



JAいわて中央
藤原さん

いね こめ
稲がお米になるまで



めだし



種まき



分けつ



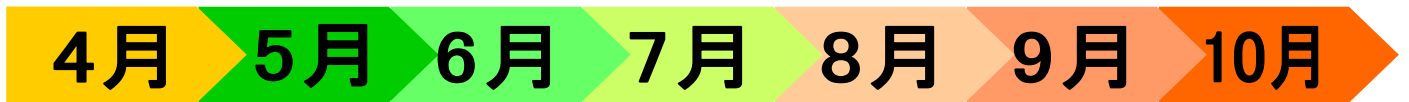
分けつがすすむ



穂が出る



お米ができる



さあ、
やってみよう!



じゅんぴはかんたん!



・ バケツ



・ 種もみ

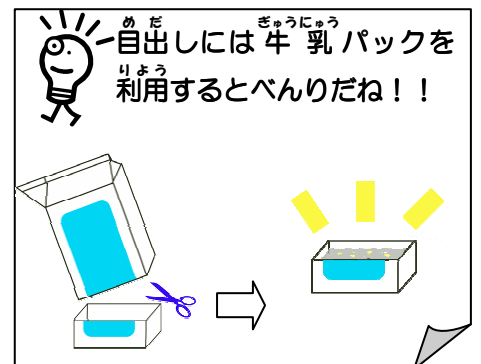
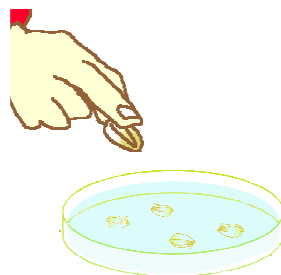


・ 土 (おうちの土でOK)

←この土は、「お買物め
も」にも掲載されます。

① **めだ
芽出し**

あさいようき たね
浅い容器に種もみをいれ、ひたる
くらいのみずをいれます。あたたか
い場所においてね。種もみに、
さんそ
酸素がじゅうぶんに行きわたる
よう、みず まいにち
よう、水は毎日とりかえましょ
う!!

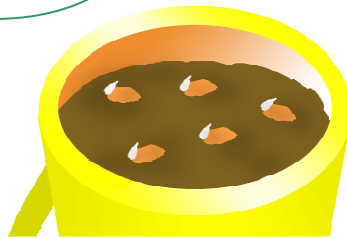


② たね 種まき

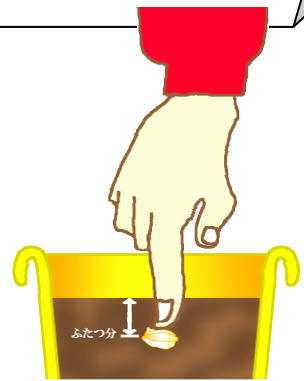
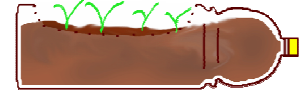
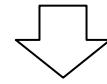
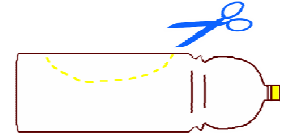
土をいれたバケツやペットボトルに、表面に水がたまらないくらいの水を入れます。少しずつ離して種もみをまき、深さ6~7mm（種もみふたつ分）ほど指でおしこみます。土をかぶせたあと、土に水たまりが少しできるくらいまで水を入れます。



白い芽が1mm
ぐらい見えたら
タネまきだよ！

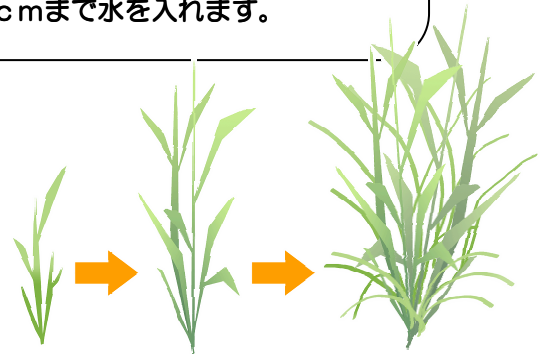
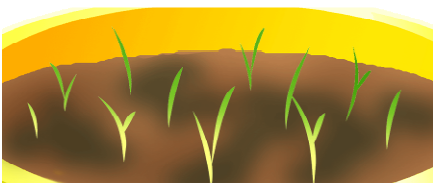


バケツのかわりに2L ペットボトルをつかうと軽いし土もたくさんいらナイよ!!



③ 苗の移しかえと分けつ

葉が3~4枚にふえたら苗をぬき、よい苗を2~3本にまとめ、容器の真ん中に2~3cmの深さに植え直します。しばらくは水を少なめにし、3日後くらいから深さ5cmまで水を入れます。



④ 中ぼし ポウフラ対策にも!!

稲の莖の数が20本、高さが40~50cmになったら、2~5日くらい水をぬきます。土の表面がかわいたらバケツに水を5cmくらい入れ、なくなったら足します。



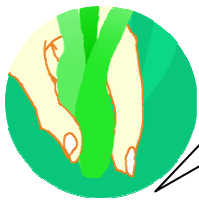
ちゅうい 注意してね

根が水をほしがって伸びるように、水を抜くことを「中ぼし」といいます。稲がじょうぶに育つための大事な作業だよ。雨が当たらない風通しのいい場所に移してね。

ペットボトルのときは中ぼししないでいいんだよ！

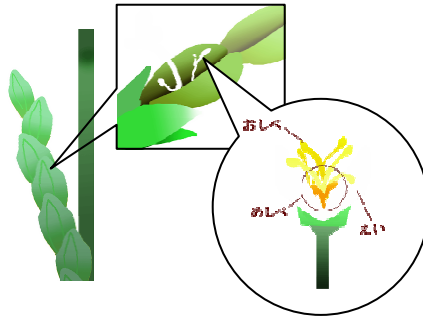


5 こめ お米になる

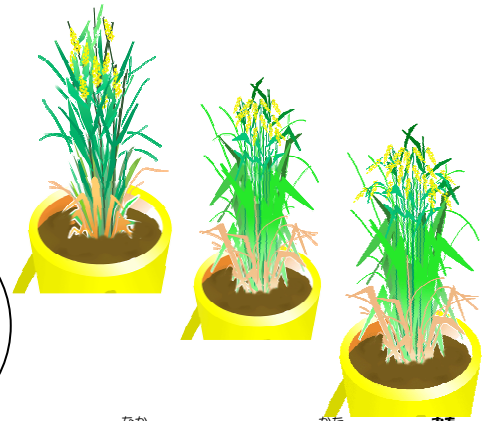


さわると
かたいよ

①穂の赤ちゃんができると、
茎がふくらみ、約20日で穂
がでます。



②つぼみから花がさきます。
おしべの花粉がめしべにつ
き、受粉します。



③もみの中のでんぷんが固まって重
くなり、穂がたれてきます。



ちゅういほう
ススメ注意報!



6 いねか 稲刈り

稲刈りの目安は、穂が出てから、40~45日ごろ、穂の約90%が黄金色になったころです。その10日くらい前に水をぬき(落水)、かわかしてから穂をかります。かりとったら穂を下にして根元をしぼり、風通しがよい場所で10日くらい干してね。ススメはおコメが大好き! 食べられないように注意しよう。



①水を抜く



②稲をかる



③穂を干す



7 こめ お米にする

お米ができたなら食べてみよう!

①脱こく(穂からもみをとる)



茶わんに穂を入れて引っぱると、もみが茶わんの中に残ります。

②もみすり(玄米にする)



すりばちにもみを少し入れ、軟式野球ボールでゆっくり上の方まですり上げます。息をふきかけて、もみがらを飛ばします。

③精米(白米にする)



玄米をピンに入れて棒でつき、出てきた粉(これがヌカです)はふるいなどで落とします。

みんなのお米はどんなかな？ コミュニティでおはなししよう!!

☆おうちCO-OP eふれんず トマトカフェにいてみよう!! 登録すると色々な情報を見ることができるよ!

おうちCO-OPのインターネット注文 eふれんずのコミュニティサイトトマトカフェには、
『公式コミュニティ ひとめぼれチャレンジ』があるよ。

- *みんなのお米のようすや、わからないこと、こまったこと…などなど、なんでもおしえてね!
- *産地からのメッセージや、おいしいごはんやお米についての情報も発信しています!
- *育て方ブックもカラーで印刷できるよ。
(各会員生協ホームページからも印刷できます。)



まずは おうちCO-OP
eふれんず にアクセスしてみよう!!
はじめての方は登録をしてね(無料)。
おうちCO-OP を利用していなくても、
登録できます!

携帯からも登録できます。↓



☆わからないことを メール、電話で質問できるよ!

hitomebore@ucoop.or.jp までメールしてね!



みんなの質問に答えるよ! 電話でのお問い合わせは下記までどうぞ。

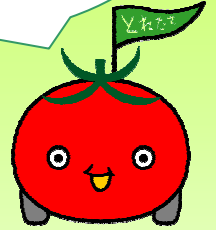
コープの商品活動参加申し込みダイヤル

0120-553-379

「産地へのおたより」 応募しよう!!

締め切り；2011年10月28日（金）まで

お米ができた人も
ちょっと失敗した人も、
みんな応募してね!!



☆おたよりはどんな形でもいいよ!

1. 育て方ブックの真ん中についている『産地へのおたより』の応募用紙を使ってね。
2. 応募用紙を自由につかってね。
3. 内容はキミが好きなものにしてね。

- ① 育てたお米の成長記録（文字、写真、絵 など）
写真を貼るときはしっかりと貼り付けてね。
- ② 産地、生産者の方へのメッセージ
- ③ お米を育てた感想 など

※ 応募用紙はeふれんずコミュニティ、各会員生協HPから印刷できます。

※ 提出していただいたおたよりはお返しできません。
あらかじめご了承ください。

インターネットでも応募できます!

応募はMIO投稿フォームで受け付けています。各会員生協HPのMIO投稿フォームにアクセス必要事項をご記入の上、「MIOカフェ投稿」の欄に投稿してください。始めに『ひとめぼれチャレンジ 産地へのおたより』とタイトルを書いてください。

携帯からも
投稿できます。⇒



☆『産地へのおたより』が書いたら、コープに送ってね!

1. おたよりの用紙を書いたら、折りたんで封筒にしてそのままポストに投函してね。
のりをしっかりと貼り付けてね。（小さいキミはお家の人に手伝ってもらおう。）
2. 『産地へのおたより』を hitomebore@ucoop.or.jp にメールで送ってもいいよ。
応募用紙のフォーマットはおうち CO-OP eふれんず『公式コミュニティひとめぼれチャレンジ』もしくは、各会員生協ホームページからダウンロードできます。

☆産地の生産者のみなさんにコープが届けるよ! 応募者全員にプレゼント!

1. 応募者全員に参加賞をプレゼント
2. 生産者のみなさんに審査をしていただき、優秀な作品を選んでもらうよ。

☆ ひとめぼれ賞 3名

☆ 産地応援賞 7名

☆ チャレンジ賞 20名

選ばれた作品には岩手県の産地からさらにステキなプレゼントが届くよ!!

かんさつにつき
観察日記

育てた稲の観察日記をつけよう！
工夫したことや気付いたことを書いておこうね。
絵を書いたり、写真を貼っておいてもいいね。



____ 月 ____ 日 (____)

____ 月 ____ 日 (____)