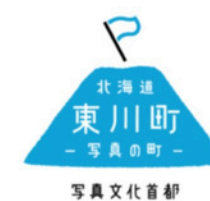




お米 探究ワークブック



目次

本書の使い方	1
探究学習とは	3
東川町について知ろう	5
お米のブランド	7
第1章 お米探究への入り口	9
美味しいお米への挑戦	
米粉パンにしかない魅力	
おせんべいへのこだわり	
第2章 お米の謎を解き明かす	29
JAひがしかわインタビュー	
お米づくりカレンダー	
発展編 お米探究の道は続く	39
お米づくりと土づくり	
町長インタビュー	
まとめ	
参考文献	

本書の使い方

本書を開いてくださり、ありがとうございます。「本書の使い方」では、教材を作成するにあたっての想いや探究活動に取り組むみなさんに向けたメッセージを記しています。また、この教材を活用するためのポイントや各章のテーマや構成も紹介しています。

お米探究ワークブックとは？

みなさんはお米というと何を思い浮かべるでしょうか？

おにぎり、たまごかけごはん、お弁当などの食事やお餅、お煎餅、米粉を使った料理など加工食品、そして田んぼの広がる田園風景などすべてみなさんの生活において身近なものです。探究学習においても食品を取り上げる生徒は多数います。その中で、もっとも皆さんに身近な「お米」を探究するため、ヒント満載の資料を北海道東川町の事例をもとに作成しました。

身近なお米ですが、その課題に目を向けてみると、国内における消費量の低下、耕作放棄地の増加、気候変動の影響、農家の後継者不足、価格や食品ロスなど多くのポイントがあげられます。ここでは、人口が増えているおしゃれな町東川町の主要な産業であるお米の取り組みについて、JAひがしかわやお米を使ったお店など関係者の方にその考え方や努力をインタビューしました。東川町は、大雪山の伏流水を使い「ゆめぴりか」や「ななつぼし」という品種を栽培している北海道において、お米の生産の一大拠点です。どのような想いでお米を生産しているのか、どのように商品をつくっているのか、課題は何かについて、読み解いて考えてみましょう。そして、自分の地域の米作について、あるいは消費について課題を発見考え、興味のあるテーマを探究してみましょう。本書は興味のある好きな部分から読み進めて構いません。また#のついているキーワードを検索してみましょう。

それでは#お米×#探究、楽しんでください！



監修 横田浩一

一般社団法人アンカー共同代表理事。株式会社横田アソシエイツ代表取締役。慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科特任教授。企業・行政のサステナビリティ分野などのコンサルタントを務め、地方創生や中高の探究学習・キャリア教育にも携わる。共著に「SDGsの本質」「ソーシャルインパクト」など多数。朝日新聞デジタルSDGsActionに「ビジネスパーソンのためのSDGs講座」連載中。

教材制作チームの大学生より

お米づくりの世界へようこそ！みなさんが普段食べているお米。それはどこで作られて、どのような道のりをたどってみなさんのもとに届くのでしょうか？この教材には、お米づくりや農業と、探究を結び付けるヒントがたくさん詰まっています。それらを堅苦しいものとは捉えず、みなさんの気づきや興味を持ったところを大切に、楽しんでください！きっと自分なりのテーマが見つかるはずです。この教材を通して、お米づくり、農業の世界に興味をもってくれる人が一人でも増えたら良いなと願っています。さあ、一緒にお米づくり×探究の扉を開けてみましょう！

ページ紹介

第1章 お米探究への入り口



おむすび×米粉パン×おせんべい

みなさんも一度は食べたことがあるはずのおむすび・米粉パン・おせんべいという3つの身近なものがトピックの章。「お米に関わる大人たち」のインタビューやお米にまつわるワークを通して、お米づくり探究を始めてみましょう。

第2章 お米の謎を解き明かす

新しい取り組み×お米づくりカレンダー

お米がどうやって作られ私たちのもとに届くのか、その過程に焦点を当ててみましょう。JAひがしかわのインタビューを通して、日本の農業を取り巻く課題や現状を知り、私たちの未来の食を守るために何ができるか考えてみましょう。



発展編 お米探究の道は続く



土づくり×農業×まちづくり

第1章・第2章で学んできたことを活かして、お米づくりをより広い観点から見てください。お米づくりに必要な土づくりについての記事やこの章で取り上げる東川町の町長インタビューから、お米づくりを行う環境を作るもの、人々に注目してみましょう。

好きなページから進めてみよう！



探究学習とは

探究学習とは、変化の激しい社会の中で、「探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力を育成する」ことを目標にしています。こうした力は、これからの時代ますます大切になっていくでしょう。

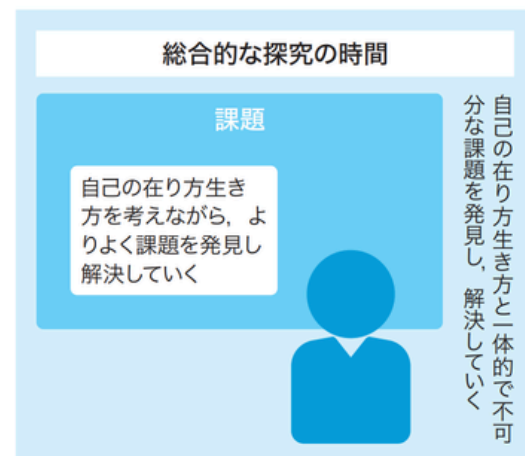
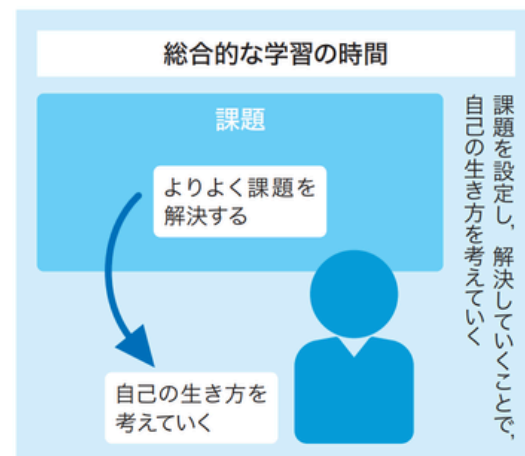
探究学習が伸ばす力

予測が難しい社会の変化においては、自分の感性を大切に、どのような未来を創っていくのか、どのように社会や人生をより良いものにしていくのかを、自ら考え、自分の可能性を最大限に発揮し、より良い社会と幸せな人生の創り手になることが大切です。これらを文部科学省は「生きる力」と呼んでいます。探究学習では、このようなこれからの変化の激しい社会を生き抜く力を身につけることを目指しています。



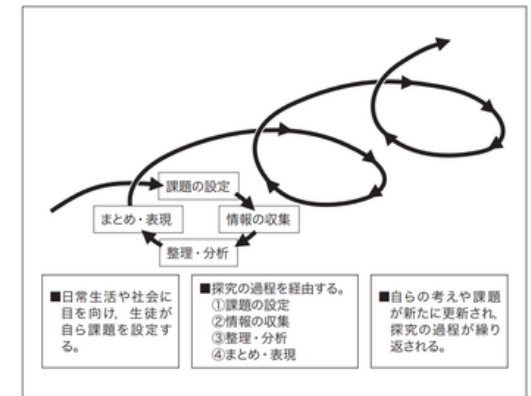
自ら課題を設定することが大事

生徒自身が自分の生き方や考え方で深く結びついた課題を見つけ、解決していくことが大切だと言われています。生徒一人一人が自ら発見し、設定したものであることが重要と言われています。さらに、生徒の中に生まれた問題意識がより重大で、より明確な「質の高い課題」になるためには、様々な現場に足を運んでその問題を肌で感じたり、課題に関することを幅広く調べたり、一人でじっくりと考えたりすることがとても大切です。



何度もサイクルを回し続けることが大事

探究は、「①課題の設定」「②情報の収集」「③整理・分析」「④まとめ・表現」の4つのステップからなるサイクルを回すことが大事であると言われています。こうした探究の過程は、いつも①～④の順番で繰り返されるわけではなく、順番が前後することもあるし、一つの活動の中に複数の過程が同時に行われる場合もあります。この探究の過程は何度も繰り返されて、高まっていくため、**何度も繰り返すことも大切です。**



情報の収集は一次情報を大切に

探究の4つのステップのうち、「②情報収集」は、本や論文などの文献やインターネットの記事なども含まれますが、街を実際に見ることや歩いて感じる、人と話して考えたことなども情報に含まれます。フィールドワークは、五感を使って様々な情報に触れることができるため、とても大切なのです。



Memo

わかったこと・気になったこと・さらに調べたいことをまとめておこう！

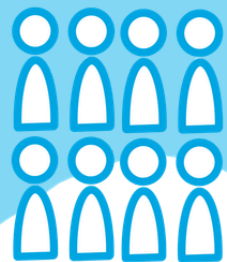
東川町について知ろう！

まず始めにこのページでは、今回の教材の題材となる北海道東川町の紹介をします。東川町のまちづくりの特徴やあなたの出身地域との似ている点・異なる点を探してみましょう！

東川町ってどんなところ？



人口



約8500人
2024年4月30日時点

面積

247.30km²

2020年12月31日時点

特徴的なまちづくり

米づくりが町の中心産業。ブランド米「東川米」のゆめぴりかやななつぼしなどの品種のお米を栽培している。田植え前の水を張った状態の田んぼに周囲の景色が反射して見える鏡面水田や、稲刈り前の稲穂が黄金に輝く風景など、四季によって移り変わる広大な水田が魅力的。

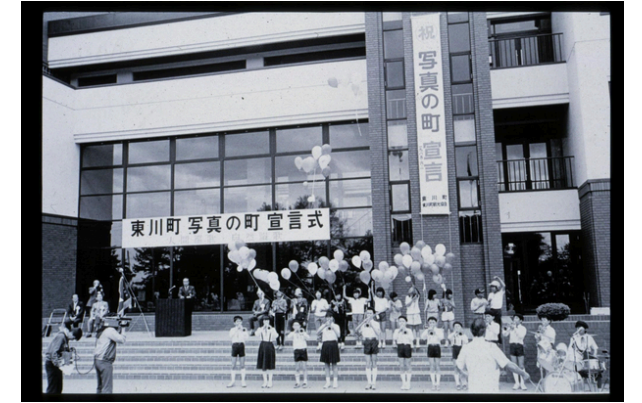
また、東川町は全国的にも珍しく、北海道でも唯一の上水道がない町。大雪山の雪解け水が長い年月をかけてゆっくりと濾過され運ばれてくる。ミネラルが豊富で雑味の少ないおいしい天然水を日々の生活水として暮らしている。



©「写真の町」東川町

写真の町

1985年に「写真の町」を宣言し、写真映りの良い町づくり、写真映りの良い人づくりに取り組んでいる。また、全国有数の写真の祭典である「東川町国際写真フェスティバル」や、全国の高校写真部・サークルの日本一を決める「写真甲子園」も開催している。



©「写真の町」東川町



©「写真の町」東川町

木工産業

日本5大家具産地のひとつ、旭川家具の約30%は東川町で生産される。町内には約30の家具・クラフト事業者が拠点を構え、町内の様々な施設で本物に触れることができる。また東川町で生まれた子どもたちに、成長を温かく見守りたいという想いを込めて手作りの椅子を贈る「君の椅子プロジェクト」を行っている。

WORKSHEET

東川町とあなたの出身地域の違いを比較してみよう

東川町

あなたの地域： _____

お米のブランド

みなさんが普段食べているお米はなんという品種のお米ですか？「コシヒカリ」、「あきたこまち」、「ひとめぼれ」など全国には様々なブランド化しているお米の品種があります。みなさんもこれらのお米の品種の名前を一度は聞いたことがあるのではないのでしょうか？家庭で買っているお米やスーパーに行って探してみましょう！

WORKSHEET

普段食べているお米の品種や知っている・聞いたことがあるお米について調べてみよう！

品種名：

主な生産地：

特徴：

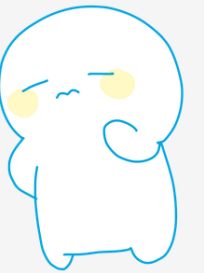
例

品種名：ゆめぴりか

主な生産地：北海道

特徴：甘みが強く、触感は粘り強くもちもちしている。名前の由来は「日本一」おいしいお米を提供したいという北海道民の「夢」とアイヌ語で美しいを意味する「ピリカ」を組み合わせている。

いつも、どこで作られたお米を食べていたんだろう...？
自分の知っている地域でもお米は作られているのかな？



品種名：

主な生産地：

特徴：

品種名：

主な生産地：

特徴：

品種名：

主な生産地：

特徴：



第1章

お米探究への入り口

私たちの生活に欠かせない「お米」。日本にはそのお米がたくさん場所で作られています。お米は機械や人の手など様々な方法で栽培され、収穫した後はお米としてだけでなくお菓子やお酒など、色々なものに形を変えて私たちのところへ届きます。今回はそのお米について、みんなで学びながら考えていきましょう！

CONTENTS

美味しいお米への挑戦

11

米粉パンにしかない魅力

17

おせんべいへのこだわり

23



WORKSHEET

日本各地のお米料理について調べてみよう

地域名	料理名
①	
②	
③	
④	

調べてみて気づいたことをまとめよう

美味しいお米への挑戦

#おむすび #大雪山の恵み #地産地消

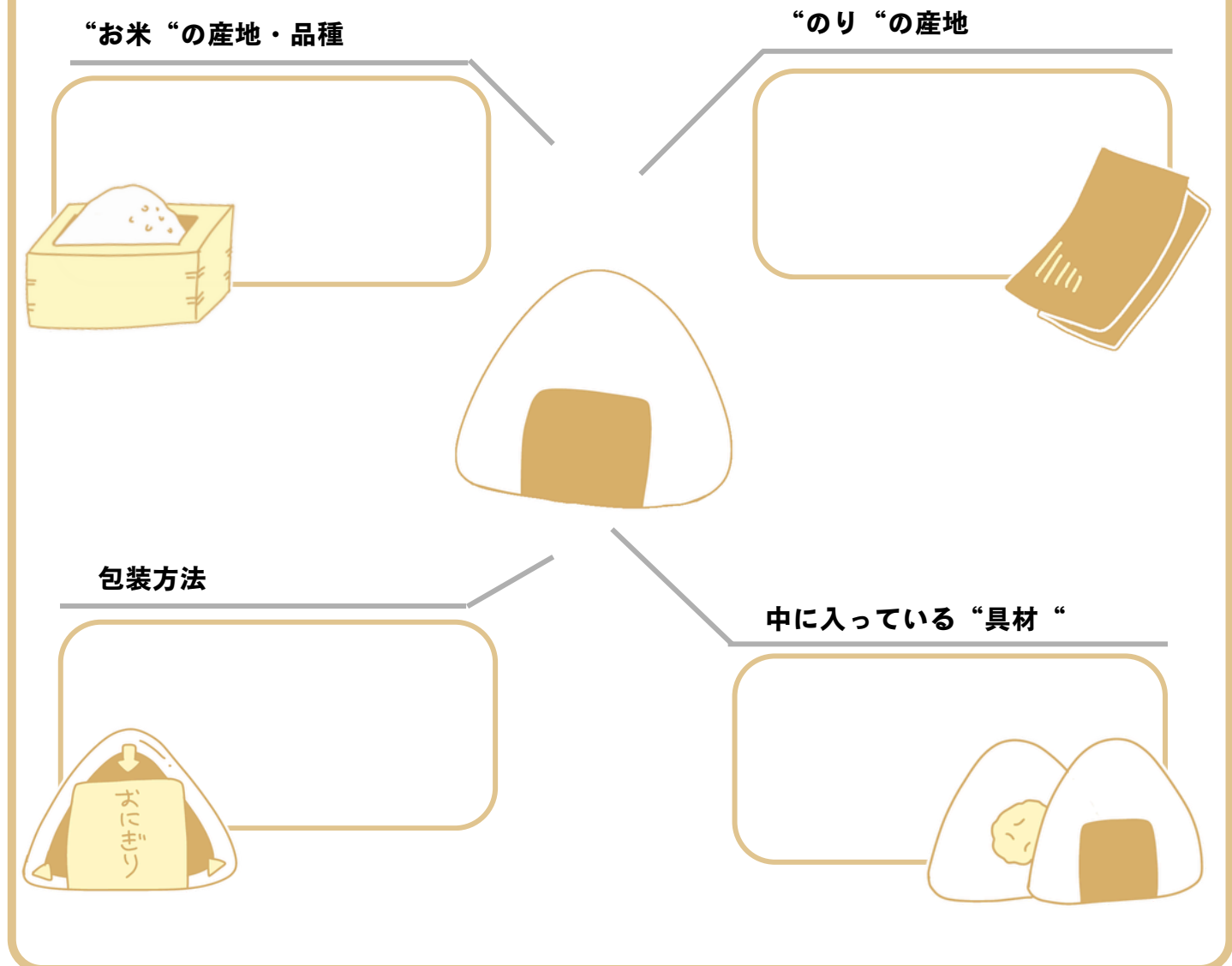
一面に広がる水田の中に、ぽつんと佇む木目調の一軒家。ここ東川町で唯一のおむすび屋さん「玄米おむすび ちゃみせ」だ。扉を開けると、そこには東川産のゆめぴりかを使ったたくさんの種類のおむすびが並んでいる。ご家族で2014年にこの場所におむすび屋さんをオープンさせてから10年が経つという。本日はこの店のオーナーである千葉さんにこれまでのお店の歴史と、今後の展望を語っていただいた。



おむすびを分解してみよう



おむすびを1つ作るのに、どんなものが関わっているかな？
身近なおむすびを分解してまとめてみよう！



お米に関わる大人たち

気になった部分には線を引いてみよう

ex) きっかけ、想い、印象に残った言葉

美味しいお水から生まれる
美味しいお米を、たくさんの人に
食べてもらいたい

千葉紘子（ちばひろこ）さん

1981年北海道旭川市生まれ。東川町の天然水とお米に惹かれ家族で移住するとともに、美味しいお米を味わってほしいという想いから2014年に「玄米おむすび ちゃみせ」をオープン。食育アドバイザー、雑穀マイスターの資格を取得し、商品に取り入れている。



東川町で おむすび屋さんを開くまで

千葉さんがここにおむすび屋さんをオープンさせたのは2014年。それまでは、ご家族で東川町のお隣旭川市で定食屋さんを営んでいたという。そこで気づいたのは、お米を残すお客さんが多いこと。せっかくの定食にも関わらず、お米を残されてしまう。そこで千葉さんが追い求めたのは、美味しいお米、そしてそれを作るための美味しい水だった。そしてたどり着いたのがここ東川町。大雪山の雪解け水が長い年月をかけて地中深くにしみ込み濾過され町中に流れているのだ。全国的にも珍しく、上水道の無い町としても知られるこの東川町の水に、千葉さんは惚れ込んだ。そしてまず、その水を汲んでお店がある旭川に持って行くところから始めた。そしてその数年後、自身も東川町に移住し、「玄米おむすび ちゃみせ」をオープンさせたという。

ちゃみせのこだわり

そんな念願が叶ってオープンさせた「玄米おむすび ちゃみせ」のこだわりは、東川町産の玄米と白米を使ったおむすびを作ること。さらにお米を炊くときには東川の天然水を使うこと。東川町の水は「雑味がなく、すっと入ってくる」と千葉さんは言う。そして、その水を使ったゆめびりかの玄米は、もちもちしていて美味しいのだそうだ。玄米は体に良く、本当は気軽に食べられるお米。でもその硬さのイメージゆえか、やはり敬遠されがちだという。そんな玄米を美味しくみんなに食べてもらうために、少しでも水を多く吸収させようと一釜につき60から70回も研いでいる。どんなに多くのおむすびを作っても、一切手を抜かないのが千葉さんの流儀だ。これだけ丁寧にするために、平日は午前3時、4時の起床が当たり前、そしてなんと土日は深夜の0時に仕込みを始めるそうだ。「暗闇から仕込みをするからこそ、時々見られる東川の綺麗な朝日が格別」と笑顔で語ってくれた千葉さんだが、その大変さは並大抵のものではない。



地元の魅力が詰まったおむすび

お米やお水だけでなくおむすびの具材にもこだわりがある。基本的には町内産や道産のものをなるべく使うようにし、北海道の美味しい食材をふんだんに使用している。なすやとうもろこしなどの野菜をはじめ、土日限定で販売している揚げ半熟卵や平田こうじ店の麴を使った自家製の塩麴を調味料として使用するなど、町内産を使用することにより地元のお店同士が連携して地元ならではの食べ物を提供する。そんな協力的な飲食店同士のコラボレーションが行われていることも、東川町の魅力の一つだと感じた。



美味しいおむすびを届けていくために

東川町で千葉さんが今後やっていきたいことを伺うと「東川米で美味しく炊くのが目標」。はじめは東川の美味しい水に惹かれてここでおむすび屋さんを始めた千葉さん。でも、どんなに水が美味しくても、炊いた米が美味しくない意味がない。お米を美味しく炊くためには、研ぎ方、浸水、炊き上がった後の混ぜるタイミングなど全てに気を配る必要があるそう。これらを極めて、もっと美味しいお米をお客さんに届けたい。そんな思いで今日も千葉さんは、東川町でおむすびを作り続けている。



WORKSHEET

気になった言葉・内容を書き出し、調べてみよう

言葉：

調べてわかったこと：

言葉：

調べてわかったこと：

疑問に感じたこと・感想を書いてみよう

無洗米と白米

「無洗米」という言葉の語源は、定かではありませんが、佐竹製作所（現サタケ）が「近代精米技術に関する研究」のなかで、「**無洗米とは研がずに水を加えただけで炊飯できる米**」と記したことが始まりと言われています。現在では、多く普及された無洗米ですが、どのように開発が進められたのでしょうか。

実は無洗米の開発は、戦前から農林省食品総合研究所などを中心に研究が進められていました。なぜなら、米を洗うことで**栄養成分**が損失されると考えられていたからです。昭和時代には、無洗化処理を行う研米機が作られ、付着ぬかを除去して貯蔵性を高める目的で使用されるようになりました。昭和50年になると、加湿して研米する、加湿精米機「クリーンライト」が発売され、大型精米工場を中心に普及していきます。1991年には、水洗式とぬかでぬかを除去する「**BG製法**」が相次いで開発されました。

無洗米は、昭和50年から、炊飯の簡便化、洗米による排水汚染の低減、精米の外観の向上、精米の貯蔵性の4つが実現されると言われていました。この特徴を活かし、現在では**被災地支援物資**としても活用されています。研ぎ洗い不要の無洗米は、東日本大震災が発生した際に、水道環境が整わない地域でも重宝されました。SDGsの観点からも、無洗米は注目されています。

あなたの地域の特産品を使ったおむすびを考えてみよう！

おむすびのなまえ：

イメージイラスト

必要な材料

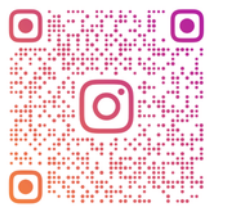
特徴



玄米おむすび ちゃみせ

東川産の玄米や白米を使ったおむすび専門店。東川の天然水で丁寧に炊いたお米と地元食材を具材としてふんだんに使った豊富な種類のおむすびが人気。早朝オープンのためツーリングやアウトドアのお供にも最適。

住所：東川町西2号北2番地
定休日：月曜日、不定休あり



CHAMISE_HIGASHIKAWA

米粉パンにしかない魅力

#米粉パン #アレルギー #マーケティング

旭岳に向かってまっすぐ進んでいくと、田んぼに囲まれた景色の中にふと「お米のぱん屋さんメルヘン」と書かれたのぼりが見えてくる。左に曲がってすぐの美しい木々に包まれた空間にここメルヘンはある。今回は北海道東川町で米粉のパン屋さんを始め、米粉パンの魅力を最大限に引き出し、多くの人に届けるための挑戦をし続ける宮崎美智子さんにお話を伺った。



小麦パンと米粉パンの違い



小麦パンと米粉パンの違いを比較してみよう！

小麦パン

米粉パン

材料

材料

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

工程

工程

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

お米に関わる大人たち

気になった部分には線を引いてみよう

ex) きっかけ、想い、印象に残った言葉

米粉パンを通して、 町の人に恩返しをしたい。

宮崎美智子（みやざきみちこ）さん

北海道旭川市出身。趣味がパン作りだったこともあり、米づくりが中心産業の東川町において地元の米粉を使ったパンの開発を始めた。近年はグルテンフリーの米粉パン作りに挑戦したり、SNSマーケティングなど新しいことも積極的に学んでいる。



米粉でパンの原点

宮崎さんは、実はもともとパン屋を開く予定はなかったという。きっかけとなったのが、宮崎さんが以前勤めていたお米を扱う企業で、遅くまで働いている人へ趣味で焼いたパンをプレゼントした時のことだった。喜んでもらえるだろうと思ったが、「こんなパンがあるから俺たちの米が売れないんだ」という反応でショックを受けた。当時、みちこさんは小麦でパンを作っていたため、自社のお米への強い想いから反発を受けたのだ。ショックを受けた宮崎さんはそれから2年間もパンを焼くことがなかった。

米粉との出会い

そんなある日、宮崎さんのところにある製粉会社で米粉のパンをつくることできるという情報が入った。これならお米関係の人にも喜んでもらい、またパンが焼けると思った宮崎さんは、製粉会社に何度も連絡し、米粉を1袋譲ってもらうことができた。しかし早速パンを焼いてみると、焼き立てはとても美味しかったが、時間が経つにつれ冷めて固くなってしまったことが分かった。どうしたらこのパンがもっと美味しくなるか、宮崎さんは試行錯誤を繰り返した。そして町内で開催されたお米の生産者大会に出品した。当時は米粉のパンがまだ北海道にはほとんどなかった頃。宮崎さんの取り組みが北海道開発局の方の目にとまり、ぜひ米粉のパン屋を開いてほしいと頼まれた。宮崎さんは突然の申し出を何度も断ったのだが、開発局の方の思いは強く、開発局の方の協力や周囲のサポートをもらいながら、2002年に「お米のばん屋さんメルヘン」がスタートした。

試行錯誤と新たな挑戦

それからは、米粉を使って様々な種類のパンを作り、町内の飲食店や学校給食での提供を続けた。こうしたアクションの中で、米粉でなくてはならない理由がさらに出てきたという。それが、「子供のアレルギー」だ。

お店の常連さんから、「子供がアレルギー持ちであるため、誕生日ケーキや、友達と一緒にベーグルを食べられない」という相談を受けた。これらを米粉で作れないかと挑戦を始めたが、生地の発酵具合が難しかったそうだ。しかし、アレルギー持ちの子が一人だけ別のご飯になるのではなく、全員同じものを食べて喜んでほしいという想いから、何度も試作し、完成まで辿り着くことができた。

米粉パンで町の人々に恩返し

宮崎さんは、なぜ東川町でパンを提供し続けるのか。それは「この町の方々へ恩返しをしたいから」と言う。東京でお店を開けば、米粉のパンは現在の倍以上の値段で売ることができる。しかし、初めてこの地を訪れたときから、この地域の農家さんには、親切にってもらったり、子供の面倒をみてもらったりと、とても助けられたという。だからこそこの地域の人に恩返しをするべく、パンの値段もできるだけ安くし、提供を続けている。

宮崎さんと米粉パンの挑戦は続く

宮崎さんはこれからも東川町で挑戦を続ける。今後は、グルテンフリーの成型パンを作ったり、販路を拡大するためにマーケティングも学んでみたいそうだ。また、新規商品の開発のため、中高生からの新しい米粉パンのアイデアも募集中だという。

宮崎さんはこれからも、東川町で、その優しさがつまった米粉のパンで、多くの人を笑顔にするだろう。



WORKSHEET

気になった言葉・内容を書き出し、調べてみよう

言葉：

調べてわかったこと：

言葉：

調べてわかったこと：

疑問に感じたこと・感想を書いてみよう

米粉についてまとめてみよう！

メリット

デメリット

メルヘンでは、新規商品の開発のため、中高生から新しい米粉パンのアイディアを募集中！考えてみよう！

パンのなまえ：

イメージイラスト

必要な材料

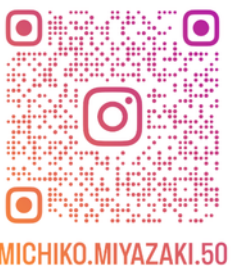
特徴



お米のぱん屋さん メルヘン

北海道東川町産「ゆめぴりか」の米粉を100%使用した、米粉パンの専門店。人気の食パンから甘いパンなどに加え、柔らかい触感のものからハード系まで様々な種類がある。最近ではグルテンフリーのパン作りにも挑戦中。

住所：東川町東7号北3番地
定休日：火曜日、水曜日



MICHIKO.MIYAZAKI.50

おせんべいへのこだわり

#国産100% #素材の味 #コラボレーション

おやつと言えば何を思い浮かべるだろう。チョコレートやドーナツ、クッキーなどの洋菓子はもちろん、スナック菓子やおせんべいを想像した人もいるだろう。その中でも、今回は老若男女に愛され、お米とも関係の深いおせんべいに焦点を当ててみよう。おせんべいはいつ頃からあり、どのようにできているのか。おせんべいについて探究するため、国産のお米でおせんべいを製造・販売している岩塚製菓株式会社の北海道事業部長、角地徹也さんにインタビューを行った。



お米の種類



お米には様々な種類があります。
気になったものを2つ選び、どんなお米なのか調べてみよう！

- 雑穀米
- もち米
- 玄米
- うるち米

1つ目のお米：

2つ目のお米：

特徴

特徴

お米に関わる大人たち

気になった部分には線を引いてみよう

ex) きっかけ、想い、印象に残った言葉

こだわりの一つは、
国産100%のお米を使用すること。

角地徹也（かくちてつや）さん

旭川市出身。2006年に岩塚製菓株式会社に入社。2024年1月からは北海道事業部長を務める。東川米を使ったおせんべい開発や北海道工場直営「ウタリちとせ」のリニューアルプロジェクトにも携わる。



北海道とおせんべい

岩塚製菓の北海道工場が設立されたのは、今から35年前の1990年。北海道は他の地域と異なり、海を渡らなければたどり着くことができない。そのため原材料や完成品の運搬など、製造に関するコストが他の地域よりも高くなってしまったことから、当時北海道に工場を持つおせんべい会社は少なかったという。だからこそ、北海道に住む方々に鮮度の高いおいしいおせんべいを食べてほしいとの思いで、北海道に工場を設立することが決まった。

東川米で限定おせんべいを

岩塚製菓のこだわりの一つは、原料に国産100%のお米を使用すること。中には東川のブランド米である「東川米」など産地を明らかにして製造しているものもある。それを味わうことができるのは、毎年10月に発売される「味しらべ」、「黒豆せんべい」、「塩せんべい」の3種類だ。そもそも、「東川米」を使っておせんべいを作り始めたのが2015年。ブランド米である「東川米」を使ったおせんべいづくりの背景には、JAひがしかわとの出会いがあった。小麦を使ったパン商品の開発が進み、米離れを感じざるを得なかった当時。生産者であるお米農家さんも減り、消費者も減っていく、そんな状況を変えたい。お米を使った商品を通じて、地元の子供たちにお米のおいしさに気がついてほしい、と当時のJAひがしかわの担当者は語った。その思いを受けて、「日本のお米100%」を謳う岩塚製菓は新たな商品開発に踏み出した。最初の発売は、全国的にも知名度が高い「味しらべ」。せっかくなら誰もが知っているおせんべいで「東川米」を多くの人に味わってほしい、との思いからこの商品に決まったのだという。おせんべいの製造を担当している工場の方によると、「東川米」は普段製造しているお米と比べても特に、サクサクとした食感が特徴だ。その後は、先述の3つのおせんべいとコラボレーションをしている。

素材の味で勝負を

2025年で10年目を迎える「東川米」を使ったおせんべいの製造・販売では、期間限定の「ゆめぴりか味しらべ」「ゆめぴりか黒豆せんべい」の2品に加え、通年で販売している「北海道発 塩せんべい」の3品で展開予定。3種類ある「東川米」を使ったおせんべいの中でも「塩せんべい」は北海道限定の完全オリジナル商品となっている。味付けは塩のみ、と他の商品に比べて非常にシンプル。高い評価を持つ東川の良なお米をそのまま食べてみたい、という消費者の声から、このような味付けとなった。また、当時開発に携わった角地さんが東川町で食べた塩むすびから着想を得たことも理由の一つと語る。いずれも東川米のおせんべいは北海道限定で期間限定の販売となっているため、北海道に来た際には是非おせんべいを通してお米の世界を覗いてみてほしい。



「できたてのおいしさを」



北海道工場が設立されてからは、本州同様、鮮度の高いおせんべいが道内でも食べられるようになった。しかしそれを上回る施設が今、全国から注目を集めている。それが岩塚製菓北海道工場直営「ウタリちとせ」だ。千歳にある工場直営の店舗であり、コンセプトは「お米となかよし、地域となかよし」。2024年5月にリニューアルオープンを果たし、観光客にも人気なおせんべいのお店となっている。

これからも細くてもいいから 長く届けていきたい

最後に今後の展望を伺った。現在行っている「東川米」を使ったおせんべいの製造・販売は2025年で10年目を迎える。今後もリニューアルを続けながら、町やJAと組んで商品を通じた「東川米」の魅力を感じてもらえるような活動をしていきたいと角地さんは語った。また新規の商品開発にも積極的に取り組んでおり、「北海道発 塩せんべい」を2024年10月に販売した。この商品は新たな試みである年間を通しての発売が予定されている。これらの活動を一時的なものではなく、細くてもいいから長く続けていくことで、おせんべいの魅力を、そしてお米の魅力をより多くの人に届けていきたいという。今後のさらなる展開に期待が高まる。



WORKSHEET

気になった言葉・内容を書き出し、調べてみよう

言葉：

調べてわかったこと：

言葉：

調べてわかったこと：

疑問に感じたこと・感想を書いてみよう

おせんべいとおかき（あられ）の違い

おせんべいとおかきの違いは、原料となる**お米の種類**です。おせんべいは、食卓のごはんと同じうるち米、おかきは、お正月に食べるお餅と同じもち米です。そのお米たちを冷たい水で洗って、おおよそ半日水に漬けてお米に水を吸わせませす。ここまでは一緒ですが、この後の**おせんべいとおかきの作り方**は大きく変わります。おせんべいは、まず水を吸ったうるち米をすべて粉にします。その後、蒸気を加えながら加熱していくとお団子になります。そのお団子はまだぼそぼそしているので、しっかりこねてコシのあるお団子にしていきます。それをシート状に伸ばして型抜きするとおせんべいの原型が完成します。型抜きは、丸や三角、星形などいろいろな形に変えることが出来ます。次に、乾燥機でお団子の水分を少し取り除いていき、水分を安定させたらきつね色になるまで強火で一気に焼きます。きつね色になると、**おせんべい独特の香りや味**が出て、その後、油や塩をかけたり、しょうゆタレをつけたりして味を付けて完成します。

おかきは、初めに水を吸ったもち米を粒のまま使ったり粉にしたりします。その後、蒸気を加えながら加熱していくと、おこわやお餅になります。おこわは、餅つき機などでキメの細かいお餅にして冷蔵庫で2日固めます。固くなったお餅をスライスしておかきの原型が完成。形は四角のブロックが多いです。そのお餅を乾燥機で水分を少し取り除いて水分を安定させたら、弱火でじっくり焼きます。きつね色にするのはおせんべいと同じですが、**火力と時間**が違うのが大きな違いです。またお餅はふくらみやすいので、四角形が球みたいに丸くなりやすいのが特徴です。ひなあられは丸いあられだけど、元の形はサイコロ状なのです。味付けは、おせんべいと一緒です。このように、みんなが食べているごはんやお餅は、さらに加工するとおせんべいやおかきみたいなお菓子になることをぜひ知ってください。

おせんべいの魅力を知ってもらうためのアイデアを考えよう！

以下から、一つを選ぼう

ポスター

SNS

イベント

その他：

いつ？：

どこで？：

誰が？：

誰に向けて？：

どのように知ってもらうのか、具体的に描いてみよう

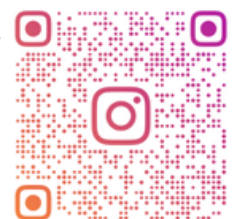
例) 電車のホーム広告など



岩塚製菓株式会社

1947年に創業。「岩塚の黒豆せんべい」や「田舎のおかき」をはじめ、国産米100%にこだわった米菓を製造・販売。2024年5月に北海道工場直営の「ウタリちとせ」がリニューアルオープン。出来立ての美味しさを味わえると観光客にも人気の施設。

本社住所：新潟県長岡市飯塚2958番地
「ウタリちとせ」：北海道千歳市大和4丁目1番2号



IWATSUKASEIKA

写真提供：岩塚製菓株式会社

第2章

お米の謎を解き明かす

お寿司、オムライス、チャーハン、お餅…。これら日本の食卓を彩る料理に欠かせない食べ物、お米。

毎日のように食べている人も多い一方で、その背景や生産の仕組みについて詳しく知る機会は少ないかもしれません。でも、もしこの先も「美味しいお米」を楽しみたいと思うなら、お米がどうやって作られ、私たちの手元に届くのか、その過程を知ることが大切です。

また、日本の農業を取り巻く課題や現状を理解することで、私たちが未来の食を守るためにできることも見えてくるはず。この章では、東川町という北海道でも稲作が盛んな地域を例に、お米づくりの現場を探っていきます。そこで見えてくるのは、伝統的な農業の姿だけでなく、現代の課題に立ち向かう生産者たちの努力や新たな挑戦です。

さあ、私たちの食卓を支える「お米」がどのように作られているのか、一緒に見ていきましょう。

CONTENTS

JAひがしかわインタビュー

31

お米づくりカレンダー

37



WORKSHEET

お米が私たちのもとに届く流れを予想してみよう

お米を育てる中で、どんな工程がありそうか書き出してみよう！

-
-
-
-
-
-

何月に何を行うのか、流れでまとめてみよう！田植えの後や収穫した後についても考えてみよう！



01 農業の特徴

農業 地域性 水田 東川 お米

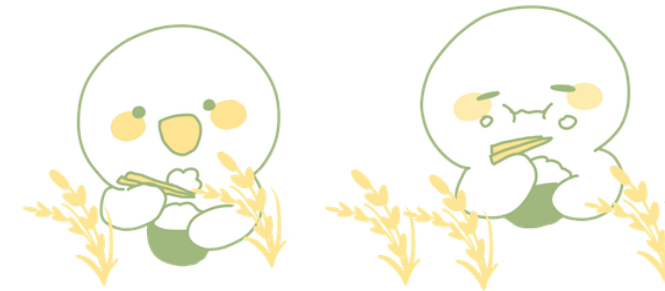
農業にも地域性がある。北海道全体では米穀、畜産がメインで、ホクレンが取り扱う約5割を米穀、約4割を畜産が占める。その中で今回取材を行った東川町は約3000haの農作地帯を持ち、主にお米と野菜を育てている。



02 課題感とそれを打破する取り組み

輸送費の高騰 人手不足

全体で12,000トン（JA出荷）もある東川町のお米は、今や札幌、日本国内をはじめ世界に市場を広げつつある。全国的にも東川米ブランドとしての知名度が向上しつつあり、人気が高まる一方だ。



しかし、**輸送費の高騰**によって、なるべく販売拠点を道内で完結させたいという意見もある。また、現在町内にある農家は100件ほどであり、**生産者の平均年齢は70歳に近い**。耕作者は減っていく一方だが、農地面積を拡大していこうと考える生産者も増えている。

こうした減っていく耕作者・労働力を補うために必須の農業のスマート化を目指すプロジェクトをいくつか紹介するよ。

Memo

わかったこと・気になったこと・さらに調べたいことをまとめておこう！

お米の等級と値段のつき方

お米の価格はこの等級によって決定しますが、これは生産者の年収を大きく左右するため、検査員の資格を持つ農協職員が厳格に審査を行います。また、ここで目を向けておきたいのがお米にかけたコストと値段は必ずしも比例しないということです。例えば、無農薬のお米で考えてみましょう。無農薬のお米は手がかかり収穫量も低いですが、それに見合う販売価格なのかは微妙です。等級が決まったお米はその後、農協を通して出荷され、小売店やスーパーなどで販売されます。また近年はアジア圏などを中心に海外に輸出されており、店頭に並ぶまでに1俵あたり約12,000円のコストがかかる一方で、販売価格がそこまで上がっていないという現状もあります。このような状況が続けば、全国的に水稲生産者が減少すると予想されるため、今後も米づくりを続けていくためには、コスト削減、販売価格向上が重要な鍵になってくるでしょう。

水稲うるち玄米の品位（農産物規格規程第1の2の3のハのイ）

	最低限度			最高限度				
	整粒 (%)	形質	水分 (%)	被害粒、死米、着色粒、異種穀粒及び異物				
				計 (%)	死米 (%)	着色粒 (%)	異種穀粒 (%)	異物 (%)
1等	70	1等標準品	15.0	15	7	0.1	0.4	0.2
2等	60	2等標準品	15.0	20	10	0.3	0.8	0.4
3等	45	3等標準品	15.0	30	20	0.7	1.7	0.6

規格外1等から3等までのそれぞれの品位に適合しない玄米であって、異種穀粒及び異物を50%以上混入していないもの。



課題解決への工夫

水田の大型化で効率アップ

スマート農業における効率化を図るため、東川町は2017年(平成29年)から水田1枚あたりの面積を拡大するプロジェクトを行っている。1つの大きな水田にまとめることで畔(あぜ)の移動がなくなればなくなるほど、大きな農業用の機械を移動させる必要がなくなり一度にできる作業効率が上がる上に、水田の管理もしやすくなる。



ただ、このプロジェクトを進めるにあたってさまざまな問題が生じることは想像に難くないだろう。まず、所有者が異なる7枚もの水田を1つにするためには、それぞれの水田の所有者に同意を得ること、また所有者間でのルールを決める必要がある。現に2014年(平成26年)から3年間かけて、このプロジェクトを進めてもらえるように農家さんが中心でルールを決めて進めてきた。このように、新たな施策を実施するには長い年月が必要だ。

Memo

わかったこと・気になったこと・さらに調べたいことをまとめておこう！



ひがしかわライスターミナル

生産者コストの削減・省力化 後継者問題

一方で、先述の文章(現状の課題感)にも記載したように、現在のお米生産者の平均年齢は70歳近い。そのうちの半分は後継者がいるが、農業分野における後継者不足は今後の高齢化に伴ってより顕著なものとなるだろう。一方で新規参入者へのハードルが高いことも課題である。農地がない、資金面で困難がある、また認定農業者になる必要もある、などなかなか新規参入できないのも現状だ。そんな現状を打破できる可能性があるのが、2025年(令和7年)より「もみ」での受入れが可能となる「ひがしかわライスターミナル」だ。この施設が完成すれば、生産者が所有する施設コストの削減と省力化が実現される。さらに新規参入者の施設投資も軽減され、東川町で水稻農業を目指すことが可能となりえるだろう。



↑ライスターミナル(写真提供:JAひがしかわ)



↑工場内の様子

Column

田んぼに広がるテクノロジー

現代の田んぼでは、GPSを搭載したトラクター、ドローンによる圃場の監視、センサーを使った土壌管理など、最先端の機械が活躍しています。これらが稼働することで、農家の労働が軽減されるだけでなく、より精密で効率的な農業を可能にしています。例えば自動運転トラクターは、人間の何倍も正確にかつ長時間にわたって作業を続けることができます。夜間や悪天候時でも、センサーと高度なナビゲーションシステムにより、作業を継続できるのです。



新たな精米方法

お米のブランド化

現在、東川町で生産しているお米の品種は、35%がゆめぴりか、50%がななつぼし、10%がきたくりん、残りが彗星、きたしずくなどである。またお米の成分は、たんぱく質が低いほどおいしいと言われている。そして、ブランド米である「東川米」のゆめぴりかとななつぼしについては厳しい基準が設けられており、特にゆめぴりかについては、優秀な生産者を中心により多く種子の配分がなされている。



写真提供：JAひがしかわ

このように厳しいルールでの高品質米の生産に加え、健康米（機能性健康米製法）と呼ばれる新たな精米方法によって差別化を図っている。

※ 健康米とは、食味が落ちないようにヌカや胚芽などの栄養価の高い部分をできる限り残したお米のことで、北海道ではJAひがしかわでしか製造ができない。

Memo

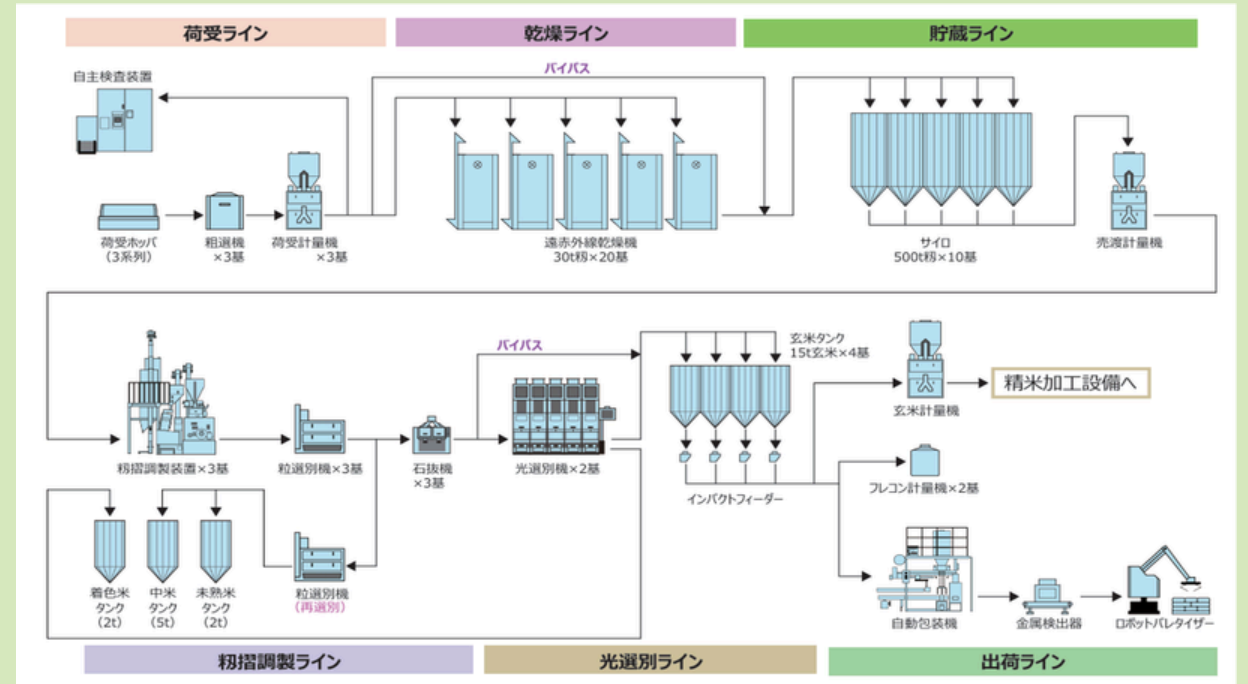


わかったこと・気になったこと・さらに調べたいことをまとめておこう！

Column

ライスターミナル

ライスターミナルとは、お米を乾燥させて貯蔵する大きな施設のことで、お米をたくさんの機械にかけます。収穫したもみは乾燥、もみすり、精米が行われます。もみの状態から、精米までを一貫して行えるのが強みであり、作業の効率化や設備投資の抑制にもつながります。このライスターミナルに入れることで、品質保証や衛生的な管理、長期保存が可能になるのです。おおまかな中身を見てみましょう。



写真提供：JAひがしかわ

工程

- 殺菌・殺虫・殺卵する装置にかける
- ミルコンボなどで精米加工される
- 選別する機械にかける

これらの工程以外にも、様々な工程を経て私たちの食卓にお米は届くんだね！

お米づくりカレンダー

1年間のスケジュール

5月

田植え

田植え機を使って行うが、広大な水田に稲を植え付けるためには、かなりの**人手が必要**。昔は近所の人々の手伝いで間に合っていたが、今は人手不足のため派遣人材の制度なども使って作業しているという。しかし、人件費の高騰もあり費用がかさんでいる上、派遣でも**若い世代の農業従事者が減っている**という問題に直面している。



6月

草刈り

病害虫の発生を抑えるために行っている。また景観保護のため行われる。必ず行わなければならないものではないが、草刈りを行い景観を保つことで補助金がもらえるため、すべての生産者が行っている。



7月

田んぼの除草

雑草に肥料の養分が吸われてしまい、稲の生育を妨げてしまわないように必ず行う。こちらでも人手が必要なため、**農家さんにとって一番の負担**である。棚田など面積が小さい農地は、入って作業することができる。しかし東川のように広い農地の場合は、**人が入って作業することには限界があるため、最低限の農薬は使用する**。使うしかない。農薬をドローン、ラジコンを使って散布するところもあるが、ドローンの使用には国の許可が必要であり、また一機200万以上と高額な費用もかかる。また農地が広い東川町は、限られた数のドローンを複数の農家間で**シェアする形は難しい**のが現状である。現在はドローンやトラクターを生産者ごとに購入・所有している。また作業委託を行っている場合もある。



8月

防除

害虫と病気の予防のために行われる。お米の病気として一番恐れられているのが、「いもち病」だ。いもち病は高温多湿の環境で発生し、アジアでしかみられないが、かかるとお米が全滅し、**収穫が0になる恐ろしい病気**だ。したがって、その年の気候状況に応じて散布方法を変えろといった工夫をしている。また、もみの中の汁を吸ってお米を黒くさせる吸汁被害を起こすカメムシにも注意が必要だ。さらに農薬は外国産のものが多く、ただ、外国産の農薬はいつ生産や販売がなくなるか分からないため、農薬に頼らずとも生育できるように稲自体を強くする必要があり、種子などの品種改良も行っている。



9月

刈り取り

コンバインで刈り取った後のお米は、個人が所有する倉庫内で乾燥させる。乾燥にも基準があり、玄米の状態での水分を15%まで下げているものが良いとされている。逆に、17%以上だと品質が悪くなってしまうため、この2%が非常に重要だということがわかる。乾燥後のお米はもみすり機にかけられ、玄米となる。その後、農産物検査法という**国の法律に基づいて検査されお米の等級が決める**。



10月

Memo

わかったこと・気になったこと・さらに調べたいことをまとめておこう！

発展編

お米探究の道は続く

第1章ではお米探究への入り口として、おむすび・米粉パン・おせんべいの3つの視点からお米を取り上げてみました。また第2章では、お米探究の一環として、お米づくりに関わる課題点やそれを解決するための取り組みについて紹介しました。みなさんは、この2つの章からどんなことを学びましたか。また、その学びをどのように自分に活かそうだと思いますか。第3章では、これまでの章の中で学んできたことを活かして、お米づくりをさらに広い視点から見てください。

CONTENTS

お米づくりと土づくり

41

町長インタビュー

43



WORKSHEET

お米からできる加工品を調べてみよう

加工品	どうやってできているか
①	
②	
③	
④	

調べてみて気づいたことをまとめよう

お米づくりと土づくり

近年、私たちの食卓を支える農業のあり方が大きな転換期を迎えています。化学肥料の海外依存や環境負荷の問題、そして消費者の食の安全への関心の高まりを背景に、土づくりの重要性や有機肥料の活用など、新たな取り組みが始まっています。そこで今回は、国内肥料資源である木の皮（パーク）や家畜ふん尿を発酵させ堆肥化処理した有機肥料を製造販売している富士見工業株式会社の影山専務取締役にお話を伺いました。



富士見工業って？

1962年に国内初となるパーク堆肥の製造を開始。現在では、鶏ふん、豚ふん、牛ふんを原料とする有機肥料を製造販売し、「地力をデザインする」事業を展開。農業と自然環境を土づくりから支えている。

みどりの食料システム戦略とは？



「みどりの食料システム戦略」とは、海外依存からの脱却を目指す国家戦略です。持続可能な食糧システムを構築し、環境負荷の低減と農業の生産性向上を両立させることで、国内の食料自給率向上を目指します。具体的に化学肥料については、2050年までに、輸入原料や化石燃料を原料とした化学肥料の使用量を30%低減。有機農業については、日本全体の耕地面積のうち有機農業に使われている面積の割合を25%（100万ha）に拡大する。このような取り組み方針があります。現在日本は、化学肥料原料の大半を海外に依存しており、世界的な政治経済の動向や人口増加、食料需要増加などの影響による国内の化学肥料の価格高騰が課題となっています。

そのような環境下で、令和2年度の肥料制度改正により国内肥料資源が見直され、その活用が注目されています。特に、「混合堆肥複合肥料」という化学肥料と家畜ふん肥料を混ぜた新しい肥料が注目されています。当社では、国内で発生する家畜ふんの中で約60%を占める牛ふんに注目。新技術により牛ふん堆肥の粒状化技術を開発し、機械散布や広域流通を可能にするなど、国内肥料資源の有効活用を促進する取り組みが進んでいます。



なんのために堆肥を使うの？

農業において土づくりは最も重要な基盤です。農業とは、「地力」をつくること。地力とは、「土の生産力」です。土壌の体力とも言えるこの地力を高め、維持することが持続可能な農業の鍵となります。土に活力を与え、土の健康を維持するには、堆肥など有機物の施用が欠かせません。堆肥（有機物）は、土壌中の微生物の餌となり、その活動を活発にします。活性化された微生物は土壌粒子を結合し、団粒構造をつくり、通気性や透水性を改善し、保水性を高めます。これにより、作物の根が張りやすく、根の呼吸も促進され、健全な作物の生育が可能となります。つまり堆肥（有機物）は、土壌の物理性の改善に大きな効果を発揮し、土壌構造をつくり出す理想的な肥料です。



有機肥料の特徴



化学肥料は、一般的に水に溶けやすく植物が素早く吸収できるため即効性があり、作物を成長させる力があります。しかし、肥料成分の効果しかないため、土壌の地力を高め維持することはできません。一方、有機肥料は、微生物の有機物分解（無機化）により、ゆっくり肥料成分が発現します。例えば、発酵鶏ふん肥料の場合、初年度は30～40%程度が微生物により分解・無機化され、その肥料成分が植物に吸収されます。残りの60～70%は有機物としてまだ分解されず土中に残存し、ゆっくり分解・無機化されながら次作以降で活用されていきます。つまり、有機肥料の場合は、継続使用により肥料効果が土中に蓄積されていきます。これが有機肥料の特徴です。有機肥料を使った有機栽培では、初年度に作物の収穫量は減少する傾向がありますが、3年～5年で地力が高まり持続的な生産力が得られようになり収量が上がります。ここまでくると、化学肥料を「使わなくても大丈夫」な栽培が可能になります。

うまく肥料を使っていくために

食の安全性や健康への関心が高まる現在、特にアレルギー問題への意識から、化学肥料や農薬の使用に対する消費者の関心が増大しています。これを受けて農水省はじめ地方自治体や各地JAは、「みどりの食料システム戦略」に基づき国内肥料資源の活用を推進しています。実践的なアプローチとして、熟練農家の多くは有機肥料と化学肥料を適切に組み合わせしており、完全な有機農業だけでなく、両者のバランスを取る栽培方法も広がっています。

今後は、土壌の健康と食の安全を両立させながら、環境にも配慮した持続可能な農業の実現が、より一層重要になっていくと考えられます。



写真提供：富士見工業株式会社

町長インタビュー

それぞれが愛着を持ち町全体で盛り上げていることも大きな要因

町長
菊地 伸さん



2023年3月に町長に就任した東川町出身の菊地伸さん。東川町で育ち、現在も東川町に住み続けている町長ならではの目線から、子どもの頃からの町の変化や東川町と米づくりのあゆみについて、そしてお米の町としての今後のまちづくりについてのお話を伺った。

町長が語る東川町とは

今年開拓130年を迎えた町

まず、東川町の歴史を振り返ろう。東川町は2024年に、開拓が始まった明治28年から130年を迎えた。また、東川町が区域の一部となっている日本最大級の自然公園「大雪山国立公園」が国に指定されてから90周年でもある。大雪山の美しい景観や豊富な水資源などは当時から人々を魅了していた。



©「写真の町」東川町

東川町と農業のあゆみ

東川町では、開拓当時から冷涼な気候と旭岳の恵みを受けた土地を生かした米づくりが行われていたという。最初に移住してきた人々は北陸や四国、東北などの出身者が多かった。その中にはそれまで米作りをしていなかった人も含まれていたそうだが、次第に米づくりが町の中心産業となったことで、農業を生業とする住民が増えていったという。



©「写真の町」東川町

北海道は本州に比べて寒冷な土地であるため、当時から米づくりは難しいとされ、「やっかい道米」と揶揄されることもあった。しかし品種改良を重ねてきたことで、品質は徐々に向上し、現在は「ゆめびりか」や「ななつぼし」など人気の品種で「東川米」としてブランド化されるほどに成長した。



©「写真の町」東川町

JAひがしかわと町がタッグを組んで生まれたブランド米

現在東川町で中心的に生産される「ゆめびりか」と「ななつぼし」は、ブランド米「東川米」として今や道内にとどまらず全国各地にファンがいるほど大人気の品種である。ブランド米誕生の背景には、町とJAひがしかわがタッグを組んで進めてきた取り組みがある。

JAひがしかわが品種改良などにも積極的に取り組み、販売する小売店の協力も得てそのお米を「東川米」として販売したことが知名度向上に繋がった。また「東川米」として地域団体商標に登録しているが、この商標に米で町の名前が付けられたのは初めてのことだったそう。さらに町内の飲食店も積極的に「東川米」を使用しており、それぞれが愛着を持ち町全体で盛り上げていることも大きな要因である。



©「写真の町」東川町

美味しいお水から美味しいお米が育つ



©「写真の町」東川町

東川町で育つお米が人気を集める理由の一つには、東川米が育つ贅沢な環境がある。特に東川米を育む天然水は大きな魅力である。長い時間をかけてゆっくり濾過される大雪山の雪解け水は、「大雪山旭岳源水」として地域団体商標に登録され、お米と合わせて高い評価を得ている。そのミネラル豊富な天然水が、稲の生育にも良い影響を与えているのだろう。

お米を中心とした持続可能なまちづくりのために

東川町にとって米づくりは町の基幹産業である。それだけではなく、町としてこの伝統を守っていくことは東川特有の美しい田園風景を維持していくことにも繋がる。そのためにはJAひがしかわをはじめ、町全体としても農業をより強く、持続可能なものにしていく必要がある。具体的にはライスターミナルの建設やライスレジンという資源米を作り、町のごみ袋に活用するなどの取り組みがすでに動き出しているという。



©「写真の町」東川町

また今後は町民にも「東川米」をたくさん食べてもらえるよう、町内に配達する仕組みなども展開していきたいと菊地町長は語った。



まとめ

最後までお読みいただきありがとうございました。このページでは、この教材を通して印象に残ったこと、これまでの学び・気づきをまとめてみましょう！

この教科書では、米どころである北海道東川町の事例を参考に、お米づくりについて取り上げました。

第1章では、おむすび・米粉パン・おせんべいなど、身近な食べ物からお米づくりについて取り上げました。また第2章では、お米づくりの課題点やそれを解決するための取り組みについて紹介しました。そして第3章では、東川町長のお話やお米づくりと土づくりのテーマを通して、より広い視点でお米について学びました。

私たち日本人がいつも口にしているお米。

実は私たちは白米としてだけでなく、お菓子やパンなど思ったよりも多くのところでお米を食べています。またお米が私たちの口に届くまで、たくさんの方が協力してお米に関わっていることにも気付いたのではないのでしょうか。

今日本では、さまざまな農作物において課題が山積しています。お米も例外ではなく、消費量の減少や農家の高齢化、後継者不足など、多くの課題を抱えています。しかし、お米は私たちの文化や食生活に深く根付いており、日本人にとっては昔から主食とされてきた大切な食べ物です。そのためお米を守り未来へとつなげていくことが、日本にとってとても重要です。

お米づくりについて、自分の興味のあるテーマは発見できましたか。また、あなたの探究テーマ「○×○」（#お米×#探究）は見つかりましたか。もし興味のある分野を見つけられた人がいたら、ぜひそのテーマを探究してみましょう。お米づくりを未来へつなぐために、私たち一人ひとりがどのように関わることができるのか、ぜひ考えてみてください。

Memo

WORKSHEET

これまでの気づき、学びを書き出してみよう！

.....

これまでの学びから、どんなことを探究したいか考えてみよう！

興味を持った・印象に残ったキーワードを書いてみよう！

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

書き出したキーワードを2つ掛け算させたらどんなことが考えられるかな？

例) お米×環境 田んぼに生息する生き物を観察してみる

これからやってみたいこと

参考文献

今回の教材を制作するにあたり、参考にさせていただいた資料です。ご活用させていただいた皆様、ありがとうございます。この教材を読み終えたみなさんも、ぜひ以下の資料で学びをさらに深めてみてください。

全体構成

- 1 写真の町東川町ホームページ「町の紹介」
- 2 松本講二（2017年）株式会社日本食糧新聞社『コメの注目ブランドガイドブック』
- 3 杉田尚（2018年）株式会社日本食糧新聞社『全国お米のこだわり銘柄事典』



第1章 お米探究の入り口

- 4 米・米粉情報まとめサイト



第2章 お米の謎を解き明かす

- 5 東川町役場（2024）「広報ひがしかわNo.847」2024年5月1日発行 pp.10-11「東川農業の未来を語る」
- 6 東川町農業協同組合（2024）「大雪清流てっぺんだよりvol.611」2024年7月号 p.5
- 7 「【現地レポート】JAの水田農業戦略「東川米」の国際ブランド化めざす JAひがしかわ（2）」（2024、3月19日）『農業協同組合新聞』



Memo

調べたいことや、今後の活動でやってみたいことを書きだしてみよう！

次は自分のテーマで探究してみよう！



お米探究ワークブック

2025年3月31日 第1版発行

発行・制作 一般社団法人アンカー
〒103-0022

東京都中央区日本橋室町1丁目12-3 3階

監修 横田 浩一

株式会社横田アソシエイツ 代表取締役

一般社団法人アンカー 共同代表理事

慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科特任教授

協力 写真の町東川町 JAひがしかわ