

**豪雨被害の苦難を乗り越え
コンテストで2年連続受賞**

「いのちの忝」とは、2000年に下呂市で発見された米の品種名。コシヒカリよりも10〜15cmほど高く育ち、炊き上げたご飯の甘みや粘りが大きな特長です。

関市上之保の河江睦さんと千草さん夫妻が農業を始めたのは2012年。睦さんが観光業の仕事で退職し、実家に戻ってきたことがきっかけでした。

「当時は私たちの地元でも、農家をやめてしまう人が少なくなかったです」と睦さん。地域の人たちから使われなくなった農地を託されるかたちで、千草さんと力を合わせて農業という新しい道に進みました。

地域の農業の灯りを消してはいけません。そんな強い思いのもと、2014年に地元の有志6人で農業法人の株式会社「矢倉」を創業します。同社のメンバーを通して、「いのち



コシヒカリの穂よりも10〜15cmほど高く育つ「いのちの忝」。粒のサイズもほかの品種に比べて大きいのだとか



地域の人たちから託された土地の中には、農業機械が入らないような小さい田んぼも。入り口を加工するなどの工夫を加えています

す」と睦さん。とくに田んぼに水を張る前の土づくりでこだわっています。「大切なのは、肥料ではなく、土で育てるようにすること。そのため、どのような肥料を使って土台となる土をつくっていくかは、今も勉強を続けています」



冷めても硬くなりにくいいため、おにぎりやお弁当にも最適です



おいしいお米をつくっていきます

「いのちの忝」を育てている

河江 睦さん

地域の休耕地を活用して米や野菜を育てる農業法人矢倉の役員と、「いのちの忝」を栽培する龍の瞳生産組合（下呂市）の組合員を務めます

の忝」の発見者である下呂市の今井隆さんと知り

合い、「農業を減らした米づくりを行っていたみたい」という考え方に共感。自らも「いのちの忝」の栽培を志しました。

しかし2018年、全国各地に被害をもたらした西日本豪雨により、農業機械の多くが水没。壊れて使えなくなってしまう。大きな苦難に遭い、一時は農業を断念しかけた夫妻を支えてくれたのは、周りの人たちからの温かい励ましでした。そして新たに農業機械を購入して再スタートを切り、2020年に全国4大米コンテストの一つである「あなたが選ぶ日本一おいしい米コンテスト」に初参加。プレミアム部門で、最優秀金賞に次ぐ優秀金賞に輝きました。

さらに翌年も同コンテストに出品し、上位12点が選ばれる優良金賞を獲得。2年連続での受賞を果たしたのです。

**自然の恵みを活用した
人にも地球にも優しい米**

河江さん夫妻は、睦さんが中心となつて1年ごとに栽培方法を改良。毎年正月に、それまでの日記を読み返し、1年のスケジュールを立てています。

「最初の計画が、私たちの米づくりにおいてもっとも重要な作業で

米をつくっていくみたい」と話します。さらに田植えの時期に関しても、毎年のように試行錯誤を繰り返しています。できるだけ田植えを遅らせて、害虫被害の少ない時期に花が咲くようにし、農薬の使用を抑えるのが目的です。

また「いのちの忝」は穂の背が高いため高く、茎が太いことも特徴。そのため高さがあっても倒れにくいのですが、ケイ酸を使用し、病気に強い稲を育てていくとしています。

そして水は、矢倉山から流れ出た、きれいな谷の水を厳選。地域の自然の恵みも最大限に生かしながら、おいしい米づくりに励んでいます。

**今年も出来栄え良好！
さらなる改良を重ねたい**

今年も土づくりに使う肥料を植物性に変え、使用量自体も削減。春に谷の水が枯れてしまい、田んぼに張る水を確保するためにポンプを使う

頭集
巻特

「あなたが選ぶ日本一おいしい米コンテスト」
3年連続受賞を目指して

**関市の米農家が栽培する
プレミアム品種**

「いのちの忝」



「あなたが選ぶ日本一おいしい米コンテスト」で、

2年連続の受賞を果たしている

関市上之保の河江さん夫妻。

夫妻が育てるプレミアム米の名は

「いのちの忝」(ブランド名・龍の瞳)。

米づくりを始めたきっかけ

栽培のこだわりと合わせ、

3年連続受賞に向けた手応えを聞きました。

9月下旬、上之保にある河江さんの稲田。山々に囲まれた自然豊かな場所で、大切に育まれた稲穂が黄金に輝いていました

などの苦労もありましたが、10月に入つてすぐ、コンテスト用の「いのちの忝」の刈り取りを無事終えました。

今年の出来栄えを尋ねると、「米のツヤ、粒の大きさ、甘みや香り、歯ごたえのある粘りなど、例年に負けないくらいの上質さ。自信を持ってコンテストに参加できます」と、大きな手応えを口にします。参加応募を済ませ、現在は11月下旬頃の結果発表を待つばかりです。

「今後の一番の目標は、地元で『あなたが選ぶ日本一おいしい米コンテスト』の最優秀金賞に選ばれること。そのためにはまだまだ改良を重ねていく必要がありますので、これからもできるだけ長く米づくりを続けていきたいと思っています」

「いのちの忝」は、今井さんが運営する株式会社龍の瞳の公式ウェブサイトで販売しています。数々のこだわりによって生み出されたおいしさを、一度味わってみてはいかがでしょうか。

**河江千草さんに聞きました！
おいしい米の炊き方**

1 米をとぐときは優しい手付きで

●目安は3回
3回ほど洗います。水が透明になるまで何度もとぎ続ける必要はありません

●米は「早く」洗う
吸水時に米が又かの匂いを吸うのを防ぐため。洗いきれぬ食味が落ちてしまうことも。「研ぐ」より「洗米」を心がけて



2 新米の場合は、水の量を少しだけ減らしましょう

米の量や水加減は計量カップや釜の表示を目安にきっちり。全体にムラなく火が通るように米の面は水平に

3 浸水時間は15〜30分ほど

「いのちの忝」は10分ほど
予約炊飯などで、長時間浸けっぱなしにしておくのは避けましょう

4 炊きあがったら、なるべく早めにほぐす

保温はしないようにしてください



龍の瞳
公式通販サイト

購入は
コチラ