



上越市食育推進キャラクター
もぐもぐジョッピー

特集 食べて応援！棚田米

全国屈指の美味しいお米の産地として知られる上越市は、全国的に見ても多くの棚田を有する地域でもあります。手間暇をかけて生産される棚田のお米を、ぜひ味わってみませんか。

■問合せ…農村振興課 ☎025-520-5754



市ホームページ



牧区泉「棚田テラス」で撮影

棚田地域の米作りを応援しています



中山間地域支え隊
(中郷区岡沢)
澤野 貴志 さん

出身は静岡市(旧清水市)で、前から農作業に興味を持っていた折、市から「中山間地域支え隊」について紹介を受け、2年前から参加しています。現在は月に1、2回程度、牧区棚田を中心に田植え・稲刈りや用水路周辺の草刈りなどでお手伝いをしており、米作りの大変さを身を持って感じています。生産者の皆さんはとてもフレンドリーで、「また来てくれたね」「ありがとうだね」と言ってもらえると、またお手伝いしたくなりますね。個人で支え隊に参加している人はまだ少ないので、一緒に活動する仲間が増えてくれるとうれしいです。



法面で草刈りをする澤野さん



中山間地域支え隊制度

雪室貯蔵で新米同様のおいしさを



雪だるま物産館
ましの
増野 秀樹 さん

当館では、安塚区の棚田米を雪中貯蔵施設「ユキノハコ」に貯蔵し販売しています。庫内は雪の冷熱エネルギーを利用して約5度に保たれており、収穫して時間がたったお米も新米同様のおいしさが保たれますので、年間を通じておいしいお米をお客様に味わっていただいています。昨年8月からは、このお米をふるさと納税のお礼の品として登録し、遠方のお客様からも好評をいただいています。皆さんもぜひ一度、自然豊かな環境で作られるおいしい棚田米をご賞味ください。



店頭に並ぶ棚田米

豊かな環境でこだわりの米作りを



カントリーアウルズ(柿崎区水野)
清水 徳幸 さん 筒井 惇貴 さん

「おいしいね」の音が聞きたくて

清水さん 今から20年前、農作業中に大けがを負った父親に代わって米作りを始めました。不整形な棚田では田植え機やコンバインなどの機械が使いづらく、法面の草刈りや土側溝の土さらいなど大変な作業も多いので、始めた頃は条件が良く生産効率も高い平場での米作りをうらやましく思ったこともありました。春から初夏にかけて米山の冷たい雪解け水が直接流れ込む水野の棚田では、稲の生育過程で分げつ(枝分かれ)が進みやすく、収量は平場に比べて少ないです。その反面、夏場

は昼と夜の寒暖差が大きいことで、気温が下がる夜には稲が米にデンプンを蓄え、おいしい米に育ちます。これまで、この土地に合わせて収量にはこだわらず、おいしさと安全・安心にこだわった米作りを続けてきた中で、私の米を選んで食べてくれる人が徐々に増えてきました。

自然と向き合い、楽しみながら

筒井さん 今年6月末に地域おこし協力隊としての3年の任期を終え、現在は清水さんの下で米作りを学んでいます。棚田の地形や自然条件をそのままに、化学肥料や農薬をなるべく使わない米作りには苦労もありますが、自然と向き合い、楽しみながら米作りをすることが、米をおいしく育てる秘訣だと思っています。

こだわりの米をご賞味ください

清水さん 棚田で米作りをしている農業者の皆さんは、それぞれに工夫を重ねながら、おいしい米を作ろうと励んでいます。棚田の米をいろいろな人から食べていただき、棚田での米作りにも興味を持っていただけたらうれしいです。

棚田米を購入できる『農産物直売所』

名称(所在地)	営業時間	定休日	電話番号
旬菜交流館 あるん畑 (大道福田)	午前9時30分～午後6時	年末年始	☎025-525-1183
雪だるま物産館 (安塚区樽田)	午前9時～午後6時	月曜日(祝日の場合は翌日)、 年末年始	☎025-595-1010
森の駅 大島青空市場 (大島区岡)	○4～11月 午前8時30分～午後5時 ○12～3月 午前9時～午後4時30分	水曜日(1～3月のみ)、 年末年始	☎025-594-3257
朝日池「むら市場」 (大潟区内雁子)	○3～12月 午前9時～午後5時 ○1～2月 午前9時～午後4時30分	月曜日(祝日の場合は翌日)、 年末年始	☎0120-345-956
よしかわ道の駅 四季菜の郷 (吉川区杜氏の郷)	午前10時～午後4時	月曜日(祝日の場合は翌日)	☎025-512-7100
道の駅 うみてらす名立 食彩鮮魚市場 (名立区名立大町)	午前10時～午後6時	8月を除く毎月第2水曜日、 ほか臨時休館あり	☎025-531-6300

※入荷状況などにより、棚田米を販売していない場合があります。