

1 今日食べたお米の特徴

品種	特徴	品種紹介
① コシヒカリ	米どころ新潟の トップブランド米	◆ 適度な粘りを持ち、柔らかく、しっかりした味わいで、一噛みでうま味がはじけます。
② つきあかり	ツヤがあり、うま味にも優れる良食味品種	◆ 粒が大きく、艶やかで、ほどよいもちり感があります。食味に優れ、白飯として楽しめます。 【適したメニュー】洋食(皿盛りのごはん)
③ みずほの輝き	冷めてもおいしい、食味が優れ晩生品種	◆ 粒が大きくツヤがあり、冷めてももちり感が持続します。コシヒカリとは異なる、あっさり系のおいしさです。 【適したメニュー】朝ごはん、弁当
④ にじのきらめき	暑さに強く多収の極良食味品種	◆ 高温にも強く、玄米の品質に優れます。食味はなめらかでうま味があり、「コシヒカリ」と同等です。

参考：新潟県HP
農研機構HP

<https://www.pref.niigata.lg.jp/site/syokuhin/216817.html>

https://www.naro.go.jp/publicity_report/publication/files/nijinokirameki.pdf



食べ比べして、みんなのお気に入りのお米は見つかったかな？上の表も参考にしね。
実は、「つきあかり」、「みずほの輝き」、「にじのきらめき」は、上越生まれの品種だよ。今後も応援してね！！

2 お茶碗一杯のごはんはいくら？



米ってなんだか値段が高いイメージ？

みんなは、お茶碗一杯のご飯っていくらくらいだと思う？

農林水産省のホームページでこんなデータを見つけたよ！



茶わん 1 杯のお米の値段

- ご飯は経済的な食べ物
- 茶わん 1 杯のご飯を炊く前のお米（精米）の重さは 65g くらいです。5 kg の精米は約 77 杯になりますので、2,013 円（小売価格の平均）のお米を買ってごはんを炊いた場合、1 杯当たりのお米の値段は約 26 円となります。※

※ 茶わん 1 杯のご飯は、精米 65g 使用、5 kg 当たり 2,013 円（POS データによるコメの平均小売価格（令和 5 年 12 月））で算出。

出展：農林水産省HP「最近の米をめぐる状況について（令和 6 年 3 月）」より

なんと・・・ 一杯あたり **約 26 円**

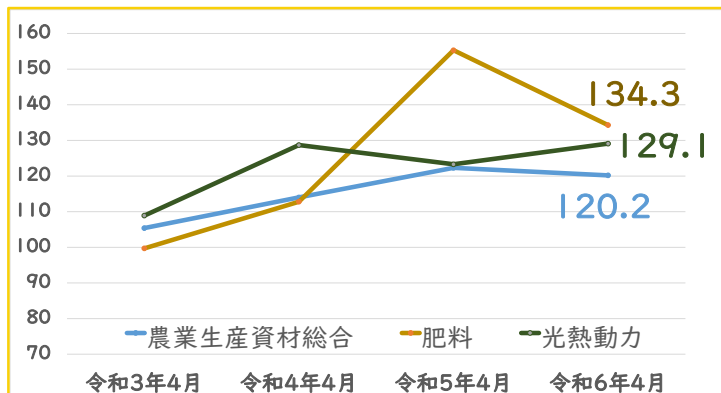
炊飯器で使う電気代を考えると、
おうちで炊いたご飯って経済的なんだね☆彡





3 お米農家を取り巻く状況

① 農業生産資材の高騰



出展: 農林水産省HP「農作物価指数(令和6年4月)ー令和2年基準ー」より

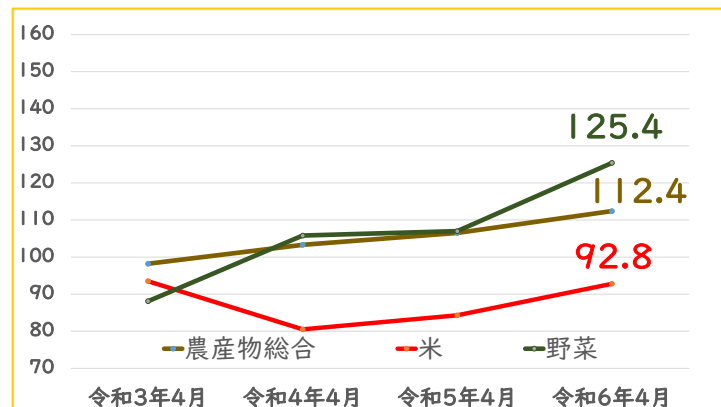
令和2年を100とすると、

・生産資材総合は **+20.2**

・肥料は **+34.3**

・光熱動力は **+29.1**

② 米の価格の低迷



出展: 農林水産省HP「農作物価指数(令和6年4月)ー令和2年基準ー」より

令和2年を100とすると、

・農産物総合は **+12.4**

・米は **▲7.2**

・野菜は **+25.4**

③ 昨夏の渇水被害



◆ 昨年の夏、新潟県は日本で最も暑く、一番雨が降りませんでした。

◆ 上越市でも、中山間地域を中心に多くの水田で、被害を受けました。

令和2年と比べて肥料などの農業生産資材が値上がりしているけど、米の価格は逆に下がっていて、さらに、昨年の夏の渇水被害など、お米農家の皆さんはとても苦しい状況の中でお米づくりを続けてくれているよ。

なるべく安い方がいい。けれど、そればかりでは、お米づくりは続けられなくなってしまう。お米の価格についても、しっかりと考えていかなければならないね！

