2024
8月号
Vol.101

担い手サポートセンター通信

写真上：リゾケアフィールドツアーの様子
写真下：JAなす南　ニラ農家　脇阪　安希奈さん

CONTENTS

サポートセンター情報　営農・経済担当者研修会を開催しました …… 2
サポートセンター情報　頑張る担い手インタビュー!! …… 3
中央会情報　農業会計ソフトのご紹介 …… 4
サポートセンター情報　熱中症からカラダを守ろう …… 6
米麦情報　お米は大切な商品です …… 8
米麦情報　稲・大豆の技術対策（8月） …… 9
生産振興情報　加工用馬鈴薯生産者募集 …… 10
園芸情報　防草段ボールシート …… 11
農薬情報　殺菌剤のご紹介 …… 12
肥料情報　低コスト液肥新登場！ …… 13
農業機械情報　JA& ヤンマー　スペシャルトラクター …… 14
生活情報　暑さ対策に　甘酒 …… 15
野生を食べる／編集後記 …… 16

JA グループ栃木

営農･経済担当者人材育成研修会 ～リゾケアXLフィールドツアーの開催～

2024 年 7 月 24 日（水）営農・経済担当者人材育成研修会
～リゾケアＸＬフィールドツアー～を開催しました。

研修会は、省力化技術の普及・理解促進を目的としてJA うつのみや管内でリゾケアフィールドツアーを実施しました。リゾケアＸＬとは、シンジェンタジャパン（株）が提供する「水稲湛水直播向けコーティング処理済み種子」で、2021 年より栃木県内でも作付けが始まりました。

研修会には営農・経済担当者他 30 名が参加しました。座学研修では、シンジェンタジャパン（株）担当者よりリゾケアＸＬについて、栃木県内の試験状況について説明がありました。

その後、実際に栽培に取り組んでいる生産者圃場の視察を行い、参加者からは播種・除草・収穫・品質などについて質問があり、担当者同士の意見交換も行われました。栽培に取り組む生産者からは、「労力軽減と播種作業の短縮により省力化につながった。」「直播栽培に抵抗なく取り組むことが出来た。今後も取り組んでいきたい。」といった前向きな意見がありました。

今後も研修会の開催を通じて省力化技術の普及・推進に取り組んで参ります。

サポートセンター情報

頑張る担い手インタビュー!!

▶お名前（年齢）：脇阪　安希奈さん（22）
品　種（面積）：ニラ、ゴーヤ、人参他（40a）
就農年数：３年目

本日はJAなす南管内で野菜の栽培に取り組む脇阪安希奈さんにお話を伺いました。

▶就農までの経緯を教えて下さい。

両親が農業に関わる仕事をしており、父から農業大学校への進学を勧められたことが農業に興味を持ったきっかけです。授業で農業に触れるなかで、自分でもやってみたいという思いから就農を決めました。現在は週に3回アルバイトをしながら、土日は父と一緒に作業をしています。

▶栽培品目をニラに決めた理由は何ですか。

私ひとりでも栽培ができる作物として、祖父の農地を借りてニラの栽培を始めました。栽培技術は周囲の農家さんに教わり、今年JAのパイプハウス導入支援事業を活用してハウスを4棟新設しました。来年からは自分のハウスで育てたニラを収穫できるので楽しみです。

▶就農して大変だったこと・良かったことは何ですか。

就農当時は周囲からの反対もあり、思ったような支援も受けられずきつい思いもしましたが、両親は反対することなく、農作業を手伝ってくれたり、地域との繋がりを作ってくれたので心強かったです。私が育てた作物を地域の人に美味しいと言ってもらえることが嬉しく、続けてきてよかったと思います。

▶今後の目標を教えて下さい。

現在は週に3回アルバイトをしていますが、農業だけで生活できるようになることが目標です。私自身、農業で活躍する女性がもっと増えてほしいという思いがあり、SNSを通じて情報発信をしています。女性が参入しやすい農業になるように農業を盛り上げていきたいです。

農業を通じて地域との繋がりが深まり、それも農業の魅力とお話していたのが印象的でした。本日はお忙しい中、ありがとうございました。

ソリマチ

愛されて38年 農業会計ソフトのベストセラー

農業簿記12

JA全中推奨製品

✔ インボイス制度

✔ 電子帳簿保存法

農業者専用
（個人・法人）

AIやFintechの力で仕訳を自動化!

インターネットバンキングや
クレジットカードの利用明細
から仕訳取込

領収書の写真データを
仕訳取込

※2024年6月ごろ提供予定

ソリマチ
イメージキャラクター
松岡 修造

New Farmer

新規就農者
応援特別価格

申請の要件が緩和されました

新規就農者の方に農業簿記を特別価格でご提供!

詳しくはこちら

特別価格
定価¥66,000 → ¥33,000（税込価格）
50% OFF

【重要事項】特別価格の適用条件

過去5年以内に、以下のいずれかに該当する方
①青年等就農計画を市町村に提出し「認定新規就農者」として認定
②所轄の税務署に「開業届（所得の種類「事業所得」）」を提出

＋

農業簿記を初めて
購入される方が対象

ご購入後のサービスも充実

導入前の不明点やご質問はお気軽に
ZOOMでオンライン相談
ソリマチの経験豊富なプロアドバイザーとご相談いただけます

01 最新の制度、税制に対応したプログラムを随時提供

2023年10月 インボイス制度
2024年1月 電子取引データ保存
2024年6月 所得税の定額減税
2025年1月 ……

目まぐるしく変化する税制や制度改正にも、対応するプログラム等や対応製品の提供でサポート！

02 領収書などの電子データをクラウドに保管できるストレージを提供

電子帳簿保存法の要件で保存可能

電子帳簿保存BOX

請求書・領収書・見積書・契約書などの電子データを電子帳簿保存法の要件でクラウド保存できるサービスです。追加料金なく無料でお使いいただけます。

03 誰でも使えるサポートセンター

電話　AIチャットサポート　メール　FAX

お客様のご希望やワークスタイルに合ったサポートをご用意しております。たとえばお仕事で手が離せないときなどはメールでお問い合わせをいただくなど、ご都合に合わせてご利用いただけます。

旧製品お持ちの方もお得！

	農業簿記12（最新製品）	旧製品
サポートセンター	○	×
インボイス制度	○	×
電子取引データ保存	○	×

定価¥66,000

農業簿記11▶12 ¥24,640
農業簿記 V6、7、8、9、10 ▶12 ¥44,000
＋
ソリマチクラブ
農業簿記ユーザーの80%以上が加入！
とってもお得なソリマチクラブについて詳しくはこちら
https://www.sorimachi.co.jp/products/srclub/

特別バージョンアップのご案内

ご導入前の不明点やご質問はお気軽に
Zoomでオンライン相談
ソリマチの経験豊富なプロアドバイザーとお話できます

オンライン相談 当日予約OK 今すぐ予約

ご購入について

【お問い合わせ先】　さいたまソリマチ　北関東甲信越ブロック　TEL：048-767-8735

ソリマチ株式会社　www.sorimachi.co.jp

Otsuka

熱中症からカラダを守ろう

監修：早稲田大学 人間科学学術院 体温・体液研究所教授 医師 / 博士(医学)永島 計先生

近年、地球温暖化による気温上昇等により熱中症リスクが高まっています。
熱中症のリスクを下げるためには、「深部体温の上昇を抑える」「水分のバランスを整える」
この２つを同時に行うことが効果的です。

熱中症の実態

深部体温上昇（高体温）　脱水

「熱」・「水分バランス」のコントロールで熱中症対策

アイススラリー ＋ イオン飲料

体温が上昇し、脱水がすすむと**体水分バランスの乱れ**や**体温調節機能が低下**します。
その結果、熱中症が引き起こされます。
熱中症発症リスクを軽減するためには、水分バランスを適切に保ち、
体温調節機能を維持することが重要です。そのためにはカラダの内部冷却と水分電解質補給をセットで実践することが効果的な対策と考えられます。

熱中症予防のポイント

熱（体温）をコントロールしましょう

室内環境の調節
上手にエアコンを活用しましょう。

衣服による調節

体表からの冷却＝外部冷却

体内からの冷却＝内部冷却

内部冷却の手法の1つがアイススラリーです。アイススラリーは、流動性が高いことから通常の氷や飲料よりも、体内の熱をしっかりと吸収し、効率よく身体を冷やすことができるというメリットがあります。暑熱環境下では、活動前に身体を冷やすプレクーリングが最近注目されています。

アイススラリーの特徴

氷	アイススラリー
結晶が大きく硬い	結晶が小さく流動性がある

水分バランスをコントロールしましょう

食事をきちんと摂りましょう

1日3回の食事で約1,000mlの水分がとれます。
※特に朝食欠食には気をつけましょう。

こまめに水分補給をしましょう

通常の生活では1日あたり
1,200mlを目安に水分補給をしましょう。
1日に8回くらい、1回にコップ1杯程度の
水分補給を目安にすると良いでしょう。
※汗をかいた際には、失った水分と塩分も補うよう心がけましょう。

日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」を参照に作成

水分補給の工夫

こまめに水分と塩分を一緒に摂ろう

汗をたくさんかくと、
水分と一緒に塩分も失われます。
水分と塩分の補給には
イオン飲料がオススメです。

＼おすすめの飲料は／
塩分▶0.1～0.2%
食塩相当量
0.1～0.2g(100ml中)

熱中症予防声かけプロジェクト 日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」より

暑さに備えたカラダづくりをしましょう(暑熱順化)

暑熱順化は運動開始数日後から起こり、2週間程度で完成するといわれています。
じっとしていれば、汗をかかないような季節からでも、少し早足でウォーキングし、
汗をかく機会を増やしていれば、夏の暑さに負けないカラダをより早く準備できることになります。

効果的な運動方法

通　常

1日30分程度
「ややきつい」と
感じる運動
(ウォーキング等)

中高年や体力に自信のない方

1日30分程度「ややきつい」と感じる運動
運動例:インターバル速歩[1回分]

大股で
脚を振って
かかとで着地
→ 速歩
(3分間)
→ ゆっくり
歩き
(3分間)

[合わせて6分間を5回繰り返すと30分です]

体力に自信のある方

屋外での
ジョギングやジムでの
ランニングマシーン・
エアロバイクなどで
「ややきつい」と感じる運動

一般財団法人長寿社会開発センター「元気に過ごそうアクティブシニアの体調管理」より引用

脱水状態をチェックしてみましょう

尿カラーの確認

尿の色は、脱水症を確認するのにわかりやすいチェックポイントです。
脱水が進むと尿量が少なく、尿の色が濃くなります。

尿カラーチャート

1
2
3
4
5
6
7
8

正常
水分補給がうまくできていると
薄い黄色い尿になります。

脱水症状
水分補給がうまくできていないと
尿が濃くなっていきます

出典:Armstrong et al., Urinary indices of hydration status. Int J Sport Nutr 4: 265-279, 1994.

皮膚の弾力性チェック

高齢者の方は
こちらの
チェックも
おすすめ!

カラダの水分状態を確認してみましょう!

手の甲や鎖骨あたりの皮膚をつまみ、
元に戻るまでの時間を計ってみましょう。

元に戻る時間が
2秒を超えた方は、
カラダの水分が
不足している可能性があります。

定期的にチェックを行い、
こまめな水分補給を心がけましょう。

出典:Vivanti A et al. Arch Gerontol Geriatr, 47: 340-345, 2008.

環境省からのお知らせ

環境省と大塚製薬株式会社は、2023年7月24日に熱中症対策の推進に関する連携協定を締結し、熱中症対策に関する普及啓発・広報について協働しています。

環境省「熱中症予防情報サイト」からの情報をチェック!

熱中症に関する情報や、
熱中症警戒アラートおよび暑さ指数のメール配信等をご活用ください。
環境省「熱中症予防情報サイト」 https://www.wbgt.env.go.jp/

「熱中症警戒アラート」は
環境省のLINE公式
アカウントでも
確認することができます。
「友だち追加」はこちら

Otsuka 大塚製薬　　環境省

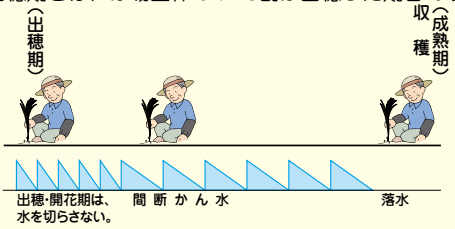
お米は大切な商品です

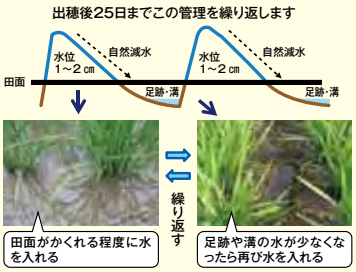
～適切な水管理・被害粒等の混入防止と適期刈取で全量1等米を!～

登熟を高める水管理

- 出穂期は、こまめな間断かん水とし、その後、徐々にかん水間隔を伸ばしましょう。
- 出穂後は、間断かん水を基本とし、異常高温時には夕方から夜間のかん水により、地温を低下させましょう。
- 落水時期は、出穂後30日以降とし、その後も高温・多照が続く場合は、ほ場条件を考慮し、収穫7～10日前まで走り水を実施しましょう。

※出穂期とは、ほ場全体の4～5割が出穂した期日です。





水管理のポイント

出穂後25日間（高温年は30日間）は「湿った田面」を継続します!

着色粒（斑点米カメムシ類）を減らすための対策

- 地域全体で休耕地や畦畔などの除草を出穂2～3週間前と出穂期頃の2回行い、斑点米カメムシ類の水田への侵入を低減しましょう。
- 出穂2～3週間前と出穂期頃の除草ができない場合は、出穂期の10日前までには除草しましょう。
- 本田においては、粒剤ならば出穂期～出穂期7日後までに、液剤ならば乳熟期初期（出穂期7～10日後）までに防除しましょう。

稲こうじ病対策

- 前年多発した地域では、出穂10日前までに防除
  - ・ほ場での稲こうじの発生状況を把握しておきましょう。
- 防除のポイントは本田での薬剤防除
  - ・銅剤（ドイツボルドーA・Zボルドー粉剤DL等）であれば出穂20～10日前に散布
  - ・シメコナゾール剤（モンガリット粒剤等）であれば田植直後もしくは出穂21～14日前に散布

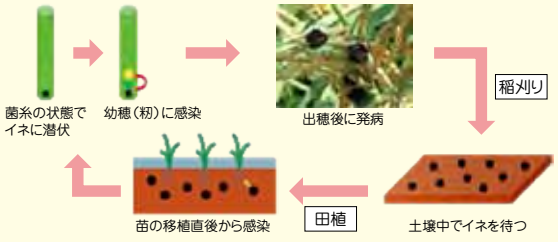


図　イネ稲こうじ病の伝染経路

「胴割粒」等を減らすための刈取適期の目安（裏面参照）

- 帯緑色籾率が10%から始め3%までに終了しましょう。
- 登熟積算気温は、1,000～1,100℃です。
- 高温年は、収穫開始が早まるので刈遅れに注意しましょう。

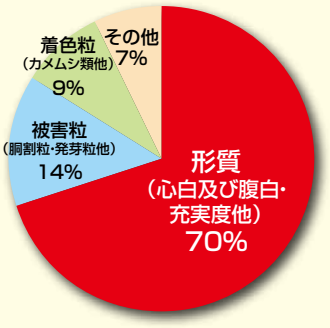
地域別刈取適期の目安（早植コシヒカリ）

出穂後日数の目安……38～46日

	8月	9月			10月
	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬
県南		⟷			
県中		⟷	⟷		
県北			⟷	⟷	

気象が平年並みの場合の早植コシヒカリの地域別刈取適期の目安です。

令和5年産水稲うるち玄米の2等以下に格付けされた主な理由（令和6年3月末/栃木県）



栃木県/JAグループ栃木/農協・中央会・全農とちぎ/米麦･大豆生産振興協議会/(公社)栃木県米麦改良協会

稲大豆の技術対策（8月）

ＪＡ全農とちぎ　米麦部

水 稲（早植えコシヒカリ）

1　水管理

出穂期・開花期は水を最も必要とする時期なので、不足しないように**こまめに間断かん水**を行います。出穂期から20日間の水温・地温を下げることで、胴割粒・白未熟粒の発生が少なくなります。出穂期後30日までは水を切らさないように間断かん水（特に、気温が下がる**夕方から夜間にかん水**）を続けましょう。その後も高温・多照が続く場合は、収穫７～10 日前まで走り水を行います。台風通過後のフェーン（高温・低湿）時は入水し、根を健全に保ちます。

2　斑点米カメムシ類の防除

斑点米を防止する防除適期は第１回が出穂後７～10 日、第２回は第１回目防除時期からさらに７～10 日後。常発地では２回防除が必須です。

3　適期収穫

刈遅れは胴割れ米多発の主な原因です。

収穫適期の目安は、出穂期からの積算気温1,000 ～ 1,100℃、帯緑色もみ率（黄緑色のもみの割合）が10 ～ 3%、葉や枝梗は緑色でも、籾はすでに黄変して刈取適期を過ぎている場合があります。暦で判断するのではなく必ず帯**緑色籾率**で判断しましょう。早植えコシヒカリでは出穂後36 ～ 46日ですが高温年ではさらに早まります。近年は出穂期が早く８月が高温で経過した年はコシヒカリも**８月下旬から収穫適期を迎える**ことがあります。

葉色ではなく籾の色を見て判断する！！
葉は青々としているが、籾は刈取適期を過ぎている

収獲直前にあわてて準備するのではなく、適期に作業を始められるよう８月上中旬にはコンバインの準備をすませておきましょう。

大 豆

1　べと病の防除

「里のほほえみ」は、べと病が発生しやすい品種ですので、注意しましょう。開花10日前～子実肥大期に、発病が見られたら早めに薬剤防除しましょう。発生が拡大する場合は、開花40日後までの早い時期に追加防除しましょう。

2　吸実性カメムシ類の防除

本県で**最も減収並びに品質低下が大きい時期と病虫害は、子実肥大中期（9月上中旬）のカメムシ類による吸汁害及びマメシンクイガ等による食害です。**

また子実肥大後期の吸汁害は機械選別も困難で、ほ場内成熟むらの一因にもなっていることから、9 月上旬から中旬は水稲収穫作業との作業競合もありますが、この時期の防除を怠らないことが大切です。

平年における標準的防除時期としては開花10日前（7月下旬）、**開花期の15日後（8月中旬）、開花期25日後（8月下旬）、開花期40日後（9月上旬）の4回**で、病害虫の発生が多い場合は開花期50日後（9月中旬：子実肥大後期）にも防除します。

カルビーポテト㈱契約栽培
加工用 馬鈴薯
生産者募集

カルビーポテト㈱との加工馬鈴薯契約栽培は、数年前から本格的に取り組んでいます。宇都宮市にカルビーポテト㈱馬鈴薯貯蔵庫、カルビー㈱工場があることから、「栃木県内での産地化」をJAグループと共に進めています。

カルビーポテトの契約栽培は、次のような方に特におすすめします。

☆水田転作の作物として導入する品目を探している方

☆大規模経営を行っている生産者や法人の方（50a～1ha以上が理想）

☆法人・集落営農で夏季の労働力を有効に活用して収益拡大を狙う方

1. 特　徴

◆面積契約で全量出荷できます！（出荷規格適合品）

◆価格が事前に決定しています！

◆出荷経費（運賃、コンテナ代等）はかかりません！

◆短期間で収穫可能です！（機械収穫の場合10～30ａ/日）

◆定期的に技術指導を実施しています！

2. 作　型（目標単収3ｔ）

◆栽培期間が他の作物に比べて短いです。　栽培3月～7月（収穫6月～7月）

時　期	２月	３月	４月	５月	６月	７月
作　型	催　芽	植　付	中耕・培土 追　肥 →		収　穫 →	
			病害虫防除 →			

3. 経営収支（10ａあたり）（参考）

収入：165,000円
※契約販売単価目安＠55円/kg
※販売時期、品質等級による変動単価制
費用：60,000円

◎主な費用(参考)
種子代　25,000円
肥料・農薬代　35,000円
（その他資材代・燃料費・人件費等を除く）

お気軽にお問い合わせください！

問合せ先：JA全農とちぎ　担い手支援課
（担当　小田島）　TEL:028-616-8838

果樹の除草作業軽減、雑草防止に。

苗木・幼木用 防草段ボールシート

KUSA BŌ BŌ
草帽防

除草作業時の巻き込み軽減に
一般的な防草シートは布・不織維布などの薄い素材のため、除草作業(刈払機、自走モアー等)時に巻込む不具合がありました。

地球にやさしい
古紙を利用した段ボールを使用しているため、環境に優しい素材です。

省力化・労力軽減
防草段ボールシートを使用することで株元にほとんど草がなく、除草作業の省力化・労力軽減につながります。

除草作業の目印に
目立つため、除草剤の散布や草刈りの際に目印となり作業がしやすく、同時に苗を傷めず守ります。

長期に渡る抑草効果
防草段ボールシートを設置した部分は草の生育を抑え種が落ちない為、長期間(約6か月程度)にわたり抑草効果が見込まれます。

(使用例)

営農情報

2024年6月26日適用拡大！
無人航空機による散布が可能になりました！

ダイズ紫斑病防除への布石（フセキ）を打つ

殺 菌 剤

フセキ®フロアブル

農林水産省登録：第24777号
有効成分：ピリダクロメチル…35.0%　殺菌剤分類：53
毒性：普通物（普通物とは、毒物・劇物に該当しないものを指して言う通称）

ピリダクロメチル含有

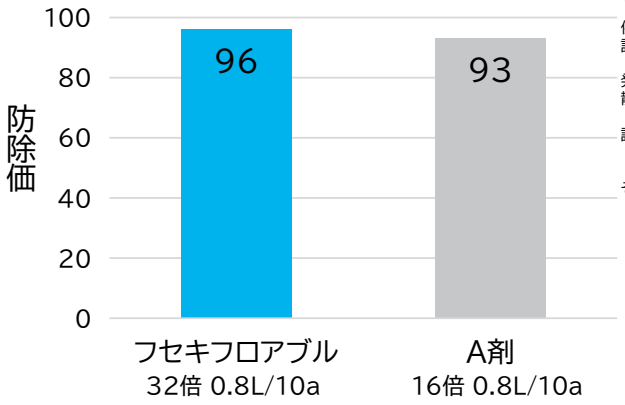
▼ 適用拡大内容 ▼

・作物名「だいず」に使用方法「無人航空機による散布」を追加

適用内容と使用方法　一部抜粋（赤字：2024年6月26日付適用拡大内容）

作物名	適用病害名	希釈倍数	使用液量	使用時期	本剤の使用回数	使用方法	ピリダクロメチルを含む農薬の総使用回数
だいず	紫斑病	3000～4000倍	100～300 L/10a	収穫前日まで	3回以内	散布	3回以内
		24～32倍	0.8L/10a			無人航空機による散布	

ダイズ紫斑病への効果（ドローン散布）



2023年秋田県農業試験場

供試品種：リュウホウ　播種日：2023年6月9日
試験規模：試験区）1区208㎡ 単連制、
　　無処理区）1区18.75㎡ 3連制
発生条件：多発生（接種、無処理区の紫斑病率：18.81%）
散布日：8/15（開花期19日後）、25（開花期29日後）
　　ドローン（DJI社製MG1-P RTK）を使用
調査方法：10/20に区内の1地点または1反復あたり
　　50茎を刈り取り、風乾後に脱莢し、11/6に発病
　　粒率を調査し、防除価を算出した。
その他：2022年に県内で採種した紫斑病発病種子を
　　50%の割合で健全種子に混合し、クルーザー
　　FS30を塗沫処理（乾燥種子1kgあたり原液6mL）
　　し、風乾後供試した。

JAグループ 農協 全農 経済連

協友アグリ株式会社
東京都中央区日本橋小舟町5-1
https://www.kyoyu-agri.co.jp

★使用前にはラベルをよく読んでください。
★ラベルの記載以外には使用しないでください。
★本剤は小児の手の届く所には置かないでください。
★空容器は圃場等に放置せず、適切に処理してください。

まるとく液肥シリーズ

低コスト液肥！！新登場！！

使用方法

- 対象作物：野菜類・果樹類・花き類に使用できます。
- 土壌灌注：10アール当り5～10kgを200倍以上に希釈して施用してください。
- 葉面散布：1000～2000倍に希釈して1～2週間に1回を目安に施用してください。

各種成分表

成分組成

製品名	保証成分(%)			その他
	窒素全量	水溶性りん酸	水溶性加里	
まるとく液肥実り	-	9.0	5.0	燐 亜りん酸
まるとく液肥和み	10.0 (AN1.0 NN1.5)	3.0	4.0	アミノ酸 亜りん酸

まるとく液肥実り

- りん酸、カリウムが補給でき、特に開花期、結実期、果実肥大期に有効です。
- 糖(グルコース)
  根のエネルギー源として働き、根の生長を促します。
- 亜りん酸
  吸収性がよく、根群の充実や品質向上が期待できます。

まるとく液肥和み

- 硝酸性窒素を含んでおり、低温期でも安定した肥効が得られます。
- 窒素成分としてアンモニア性窒素(AN)、硝酸性窒素(NN)及び尿素性窒素(UN)をバランスよく含んでおり、速効性と緩効性を併せ持つ液肥です。
- アミノ酸
  グリシンとリジンの2種類を配合しています。
- 亜りん酸
  吸収性がよく、根群の充実や品質向上が期

栃木
群馬
茨城
埼玉
神奈川
千葉
JA&ヤンマー
関東6県JAグループ
スペシャルトラクター
担い手生産者の皆様へ応援キャンペーン実施中
取組期間:令和6年4月～令和7年3月
POINT
直進アシスト仕様
(G仕様)を設定し
作業性向上と作業労力
低減を実現
POINT
57psの
パワフルな
エンジンを
搭載し様々な
作業機に対応
YT357RJY(G)QH
POINT
無段変速搭載(Y仕様)
により作業労力低減を実現
お問い合わせはJA農機センターまで
JAなすのサービス(株) 大田原農機センター TEL.0287-22-6858
JAなすのサービス(株) 黒磯農機センター TEL.0287-63-4773
JAかみつがサービス(株) 日光農機センター TEL.0288-30-1191
JAかみつがサービス(株) 鹿沼農機センター TEL.0289-75-4861
JA佐野 農業機械課 TEL.0283-61-0222
JA足利サービス(株) TEL.0284-71-1110
JA全農とちぎ はが野広域農機センター TEL.0285-83-8025
JA全農とちぎ しもつけ広域農機センター TEL.0282-29-7033
JA全農とちぎ なす南広域農機センター TEL.0287-82-0055
JA全農とちぎ おやま広域農機センター TEL.0285-38-2029
JA全農とちぎ しおのや広域農機センター TEL.028-612-3420
JA全農とちぎ うつのみや広域農機センター TEL.028-663-2651

暑さ対策に 甘酒

体調を崩し気味のあなたに

ブドウ糖などの甘酒に含まれる糖分が、
体や脳の活動のエネルギー源になります。

冷やしておいしい

食欲不振の時に

「米こうじの甘酒」は、1本（125mL）で
おにぎり2/3個のカロリーが摂取できます。

ノンアルコール
国産米使用

125mL×30本入

※写真はイメージです

エーコープ
米こうじの
甘酒

お問合せ先　JA全農 くらし支援部 栃木推進課　☎ 028-616-8855

野生を食べる 173 アカヤマドリ

このキノコは夏のチチタケ採りに行くと出会うことが多い。幼菌は丸い赤褐色の傘、黄褐色の太い軸が特徴。傘は大きくなるにつれてひびが入り、シワシワ状になる。さらに大きくなると周りから崩れてくる。特異な姿をしているので一度見たら忘れることはないだろう。

チチタケに夢中の頃はアカヤマドリなど眼中になかったが、少し余裕が出ると「ちょっと食べてみるか」と手を出してみる。そして、思いがけなく旨いキノコだと知ることになる。

料理メモ

夏のキノコなのでナメクジに食われたり虫が入ったりですぐに傷むのが欠点だ。上のような幼菌なら間違いないが、傘が開いていたら軸から傘を外して虫の状況を確認する。虫が多ければ収穫を断念するが、結構これが多い。軸はしっかりと硬く、傘はふわふわなので別の料理にすることがよく、傘をここで外しても問題はない。写真１は軸をスライスし、フライパンで焼いてから「バターと醤油」、私の好物。アヒージョなんかもいい。写真２は傘の「フライ」。外はカリッと中はフワッとした食感。キノコの香りも立ち、旨い。写真３は傘のふわふわの部分を刻み、挽肉と合わせて「オムレツ」の具にしたもの。最高。

（aida）

写真１

写真２

写真３

編集後記

今月号も最後までお読みいただきありがとうございます。最近はオリンピックや甲子園などテレビの前で観戦続きの毎日です。オリンピックでは体操男子団体の選手が最後まで諦めず、金メダルを獲得した姿が印象的でした。スポーツで日本全体が盛り上がる感じ、とても好きです。（金田）

発行：ＪＡ全農とちぎ　担い手支援課
TEL 028－616－8838
FAX 028－616－8819