



どうする“稲作”

公益財団法人日本植物調節剤研究協会 理事

東海支部長

横山 幸徳

伊勢神宮のさまざまな祭典の中で「神宮御田植初^{じんぐうおたうえはじめ}」が今年5月13日に神宮が所有する水田の「神宮水田」で行われました。この神宮水田で育ったお米は9月上旬に諸祭典にお供えする御料米の初穂を抜き奉るお祭りの「抜穂祭^{ぬいぼさい}」（鎌で稲を刈り、その穂を一本ずつ抜いて束ね、内宮では御稲御倉に奉納し祭典前にお下げします）を行い、実りに感謝する「神嘗祭^{かんなめさい}」などの祭典で神殿にお供えします。「神嘗祭」は6月・12月の月次祭と共に「三節祭^{さんせつさい}」と呼ばれ、神宮の最も由緒深い祭典です。

このように稲作は全国各地に伝承されている四季折々の歳事に深く関わり、夏祭りや秋祭りは田の神に豊作祈願や収穫への感謝をするもので米作りに深く根ざした日本人の民族文化であると思います。

また、水田は雨水を一時的に貯留し洪水や土砂崩れを防止したり、多様な生き物を育むなど私達の生活に色々な恵みをもたらしたり、農業・農村の有する多面的機能も持っています。しかし、約1億3千万人の人口のうち1億人(80%)は都市部に住んでおり、農村部の人口は減少し続けています。多くの国民が、日々の生活の中で農業を身近に感じる事が少なくなっています。

その水田の作付面積は毎年減少し、2022年度産の水稲の作付面積(子実用)は1,355,000haで、前年産に比べ48,000ha減少しています。うち主食用作付面積は1,251,000haで、前年産に比べ52,000ha減少しています。また、主食用米の需要も減少しており、一人あたりの年間消費量は、118kg(1962年度)をピークに、約50kg(2020年度)まで減りました。日本では安定してほぼ自給できる穀物の米は、生産量も低下し、需要が減少し続けています。

このように米の需要量が低下している中、ここ数年注目したい米粉、米油といった多様な米食文化について取り上げたいと思います。

米粉はパンや麺にするともちりとした食感があり、小麦粉に比べて油の吸収率が低いいため揚げ物に使うとサクサク感が長く続く等、調理面の特徴があります。米は硬いガラス質のため、小麦粉のように微細粒にすることが困難でしたが、近年、米を小麦粉レベルの微細な粒にする粉砕す

る機械が開発され、小麦粉の強力粉・薄力粉のように幅広い用途で使える米粉が作られるようになってきました。また、菓子・デザート・料理用の用途だけでなく、従来の米粉パンに比べてふっくら、しっとりとしたパン用に向く品種とか麺に適した品種が開発されています。世界的な異常気象や、ウクライナ情勢などの要因で小麦の国際価格が急騰しましたが、米粉は国産で価格も安定していました。小麦の代替原材料ではなく、安心して調達できる原材料としての評価と国産米粉の特性をアピールしていくとともに、グルテンフリーの米粉として、国内外へ商品としての需要も伸ばしていくことを期待しています。

米油は玄米を精米してできる「米ぬか」から生まれた植物油で、栄養成分等が高く評価され、酸化に強く健康に良い油として需要が伸びています。米油は玄米由来の栄養素を含むので、ドレッシングなどの生食とか加熱調理にもお勧めです。揚げ物をする際に泡立ちにくいいため揚げ物がカラッと揚がり、揚げムラができにくいし、熱や光や空気による酸化が進みにくく、「油酔い」で気分が悪くなりやすいという特徴があります。栄養面からは、ビタミンE、抗酸化作用の強いトコトリエノール、悪玉コレステロールが体内に吸収されるのを抑える植物ステロール、米油特有の栄養素で医薬品としても使われているγ-オリザノールが含まれています。こういった調理面・栄養面から評価されていますが、玄米100kgから約1kgしか取れない貴重な油です。つまり、米の消費が増えないと必要な米ぬかも取れず、米の消費拡大が必要な産業と言えるのです。

ウクライナ情勢などの要因で海外からの入る食料が高騰するなか、米は茶碗一杯で約25円とリーズナブルで、今も庶民の懐に優しい美味しい食べ物です。米をもっと食べ、学校給食は米飯に、パンなら米粉パンを普及させたいと思います。

春から夏の水と緑の田んぼ、秋には黄金色の田んぼは農村の美しい風景であり、水田と米中心の食文化を守りながら平和で健康に暮らせる国であり続けることを願うものです。