



■ 今月のピックアップ食材



香川県の主な水稲の品種は、おいでまい、コシヒカリ、ヒノヒカリ、あきさかりなどです。

今回は、東かがわ市の水主（みずし）地区で特別栽培米「水主米」を栽培する間嶋亨（ましまとおる）さんにお話しを伺ってきました。



水主地区では様々なところでのぼりを掲げています



← 緑のマークが「水主米」の目印

～「継続は力」を合言葉に地域を守る～

★ 「水主米」の特徴は？

特別栽培米「水主米」とは、水主地区で栽培された「コシヒカリ」で、かつ決められた栽培基準（有機質肥料と減農薬）で育てられた安心安全なお米です。

平成29年に「水主米」を商標登録し、今年は22名の生産者が26haの面積で栽培しています。

水主地域は、本宮山、那智山、虎丸山の三山に囲まれ、夏場の寒暖差が大きく水はけのよい地形と三山からの伏流水に恵まれ、古くから米どころとして有名でした。

受け継いできた水主の米を守りながら、「水主米」を中心に地域の活性化活動を行っています。

★ 栽培の特徴や自慢できることは？

おいしい米づくりには、土づくりとムリをしない適切な栽培が大切です。

土づくりとして、コーン完熟たい肥で土をふかふかに、土壌改良資材でミネラルを補給しています。また、夏場に追肥が必要ですが、収量を多くとるために過剰な肥料を散布するのではなく、生育状況にあった栽培を心掛けています。

もちろん、私一人では「水主米」ブランドを継続することはできません。

約60名が参加する「水主の農業を考える会」では、生産者別の立毛（生育状況）、食味、品質の3項目を評価する共励会を30年近く開催し、栽培技術の平準化が図られています。

生産状況は気象に左右されることもありますが、共励会を始めてから自分のお米を客観的に評価することができ、地域全体の品質は向上しました。まさに「継続は力なり」ですし、米作りと地元への愛情が活動の源だと思っています。

★ 今年の生産状況は？

収穫のスタートは例年並みの8月11日からでしたが、8月中旬からの天候不順でその後の収穫は大幅に遅れました。しかし、収量は多く、品質も良いです。くず米が少なく実太りのよいお米が収穫できました。

★ 消費者に向けてメッセージはありますか？

「水主米」は東かがわ市のふるさと納税の返礼品にも選ばれており、地元の産直で購入できるほか、インターネットでも購入できます。

地域の活動については、Facebook「水主地区活性化プロジェクト ももそひめの会」も見てみてください。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

■ : 旬（最盛期）
□ : 出回り時期

セレベス



サトイモは、秋から冬にかけておいしく、種類もいっぱいあります。中でも、香川県では、親芋と子芋両方食べる種類のセレベスが多く生産されており、そのほとんどが県内で消費されています。

セレベスは赤芽（あかめ）とも呼ばれ、大きくて、さといも独特のぬめりが少なく、しっかりとした食感が特徴です。

調理法は、煮物やおでん、お味噌汁にするのが一般的ですが、ジャガイモの代わりにコロケにしたり、サイコロ切りにしてマカロニなどと一緒にグラタンにするのもオススメなので、様々な味わいを楽しんでみてください。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

■ : 旬（最盛期） □ : 出回り時期

オリーブ（新漬け）



香川県の県花・県木であるオリーブは、1908年に小豆島に植栽されてから110年以上の歴史があります。

オリーブは、9月下旬～12月に果実を収穫しており、このうち9月下旬より緑色の若い果実を収穫し、洗抜き後、塩水に漬け込んだものが「新漬け」となります。

今年の新漬けは、10月10日頃より販売されます。

季節限定のさっぱりした風味は、そのまま味わうほか、ピザやパスタ等の具材にしても楽しめます。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

■ : 旬（最盛期） □ : 出回り時期

食材	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
キャベツ	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
ブロッコリー	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
ミニトマト	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
サツマイモ							■	■	■	■	■	■
ナシ								■	■	■	■	■
イチジク								■	■	■	■	■
早生温州みかん	■								■	■	■	■
柿									■	■	■	■
カンパチ(養殖)									■	■	■	■
タチウオ					■	■	■	■	■	■	■	■
イボダイ(シズ)							■	■	■	■	■	■
ハマチ(養殖)	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
クルマエビ	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■



次回11月号のピックアップ食材は「食べて菜」を予定しています。来月も旬の食材をお楽しみに～。

旬の魅力的な農畜水産物をたくさん掲載しています。ぜひ、ご確認ください。
香川県産農畜水産物応援ポータルサイト「讃岐の食」
<https://sanukinoshoku.jp/> (右記QRコード参照)

