



😊 ごちそうさまでした😊



里山のつぶ × おむすび



※本パンフレットで使用している写真はイメージです。実際のお米やほ場等とは、異なる場合がございます。

お問い合わせ

福島県水田畑作課

〒960-8670 福島県福島市杉妻町2-16 TEL.024-521-7360
<https://www.pref.fukushima.lg.jp/>



里山のつぶ

福島県オリジナル品種

福島県

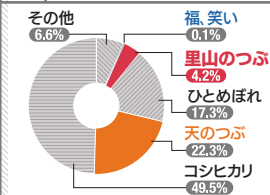


「ふくしまの米」づくり

全国で3番目に広い県土を有する福島県は、豊富な水源と肥沃な大地に恵まれ米づくりに適しています。南北に走る3つの山並みによって、西から『会津』、中央の『中通り』、太平洋に面した『浜通り』の3地域にわけられ、それぞれ地域の特性を活かした米づくりが行われています。恵まれた環境のもと生産者の熱意と取組が、毎年高い品質と安定した収量に繋がっています。福島県の米づくりの現状と取組をご紹介します。

データで見る福島県の米づくり

01 品種別作付割合



※令和5年作付用種子配付数量からの推計（福島県調べ）

02 栽培に適した気象条件

気温の
日較差 **10℃**

8月～9月の登熟期に気温の昼夜較差が大きいと、米粒の充実が良くなり収量や品質に良いとされています。県内主要都市と全国県庁所在地を比較したところ、会津若松市が最も大きく10℃あります。

※令和元～令和5年8月～9月の平均（気象庁過去の気象より）

03 作付面積と収穫量

主食用米 **全国6位**

福島県では、主食用米の作付面積が5万3,100haで全国6位です。また、収穫量も29万7,900tで全国7位となっています。

※令和5年産水陸稲の収穫量（農林水産省調べ）

04 安定した収量

10a
当たり **全国6位**

福島県の10a当たりの収量は、561kgで全国6位です。その年の作柄を示す作況指数でも、近年100～102の範囲で推移しており、安定した出荷が見込めます。

※令和元～令和5年産米（農林水産省 作況調査より）

05 安定した品質

1等米
比率 **92.9%**

全国的に登熟期の高温障害による品質低下で、1等米比率の低下がみられる中、福島県産米は1等米比率の5カ年平均が92.9%です。（全国平均：79.0%）

※平成30～令和4年産米（農林水産省 農産物検査結果より）

06 安全な米づくり

GAP
認証取得 **233農場**

福島県では安全な米づくりを目指して、「GAP日本一」を合い言葉に、安全と品質の指標となるGAP認証（水稲）の取得を進めています。

※令和5年3月31日現在（福島県調べ）

福島県オリジナル品種

「里山のつぶ」の魅力

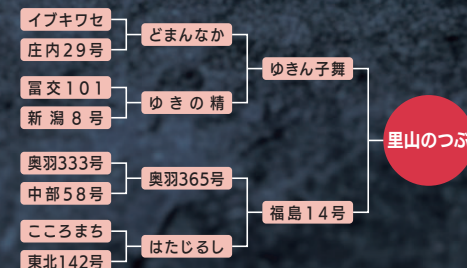
平成29年（2017年）にデビューした「里山のつぶ」は、中山間地域向けに開発され、主に標高300m以上の冷涼な里山で作付けされています。

食味は粒張りが良く、粒も大きいため適度な粘りと相まって、しっかりと食べ応えを感じられるのが特徴のお米です。

大粒ならではの食べ応えを活かした炊き込みご飯や、粒感が大切なおにぎりにおすすめです。



■系譜 ■千粒重 22.9g（コシヒカリ 21.9g）



福島県内での「里山のつぶ」栽培状況

里山のつぶの収穫量

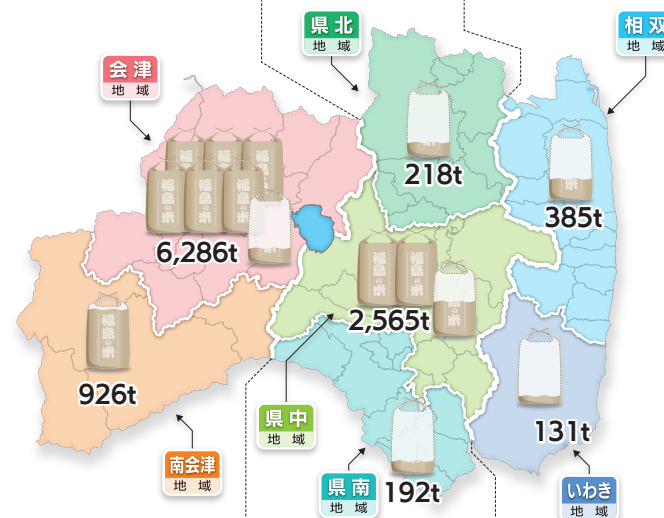


※令和5年産米（福島県推計値）

地域別		収穫量(t)			収穫量(t)			収穫量(t)
会津	会津	6,286	中通り	県北	218	浜通り	相双	385
	南会津	926		県中	2,565		いわき	131
				県南	192			

標高300m以上の
中山間地域を中心に、
作付が広がり、収穫量
が増えています。

標高が高く水稲栽培には不利な環境の中山間地域でも優れた品質と収量が期待できる品種です。普及地帯は標高300m以上で、いもち病や冷害に特に強い品種です。その魅力が知られ中山間地域を中心に作付が広がっています。



生産者が伝えたい「里山のつぶ」の魅力と取組

中山間地域の環境と丁寧な仕事で 美味しいお米をお届けしています。

これまで米づくりには不利な環境といわれてきた中山間地域が、オリジナル品種「里山のつぶ」の登場で、美味しいお米の産地に生まれ変わりました。雪解け水が山のミネラルをたっぷり含み田畑を潤し丈夫な稲に育て、昼夜の寒暖差がデンプンを溜めこんだ甘味の強いお米に育ててくれます。さらに作り手の丁寧な仕事美味しいお米に上げています。

美味しいお米を
育む環境のもと
丁寧な仕事で安全安心な
お米をお届けします。
ご賞味ください。



「里山のつぶ」生産者

会津高原たていわ農産有限会社 代表

星 安彦さん（南会津町）

お米をはじめ、そば・赤かぶ・行者にんにくなど、地域の特産物の栽培・販売を行っている農業法人代表。水田26haで、「里山のつぶ」（13ha）、あきたこまちを栽培。平成30年（2018年）には宮中行事「新嘗祭」に献穀米として「里山のつぶ」を献納。2018年FGAP認証取得

Q1 生産者が感じる「里山のつぶ」の良さは

待ち望んでいた品種の登場で、
一粒ごとの味わいを実感できるお米に！

長年私たちが待ち望んでいた中山間地域向けのオリジナル品種「里山のつぶ」の登場を知り、すぐに栽培に取組みました。いもち病や冷害にも強く、食べてみると粒が大きく適度な粘りで、一粒ごとの味わいを実感できる美味しいお米でした。いろんな料理にも合わせられるお米だと思います。

Q2 実践している生産の工夫や取組は

一つひとつの工程を丁寧に、
最適な状態に調整しています。

米づくりもスマート農業で自動化・効率化が進んでいますが、作り手の私たちが一つひとつの工程を丁寧に、常に仕上がりを確認しながら、最適な状態に調整するよう心がけることで、さらに美味しいお米に上げています。



4月でも田畑に根雪が残る奥会津。雪解け水が山のミネラルをたっぷり含み農作物を育む。



昼夜の寒暖差が大きい中山間地域。猛暑が続く福島でも丈夫で健やかな稲に成長。



収穫の前に、これまでの生育状況を振り返りお米の出来を確かめる星さん。

炊飯の専門家が感じた「里山のつぶ」の特徴

さっぱりと、のど越しの良いお米。 おにぎり、酢飯が特におすすめ。



業務用厨房機器総合メーカー

株式会社AIHO
炊飯研究課 顧問
鈴木 好司さん

福島県産米は、「日本でもトップクラスに粒が大きい」のが特徴です。粒が大きいお米は炊きやすく、均一な炊き上がりになります。また美味しいお米の重要な要素の「ツヤ」と「粘り」のもととなる「**味度値(おねば)**」が、一般のお米より1～2割程度高いのも特徴です。これらのことから福島県産米は、「ツヤと粘りがあって、粒が大きく存在感のあるお米」と言えます。

さらに「里山のつぶ」は、表面が「しっかり」していて「**食べるとさっぱりと、のど越しの良く**」、納豆や卵かけご飯、ふりかけなどと相性が良く、**おかずの良さを引き立てるお米**です。

時間が経過しても硬さや腰などの「**食味値**」の変化が少ないので、炊きたてはもちろん「**おにぎり**」や「**酢飯**」には、**特におすすめ**です。

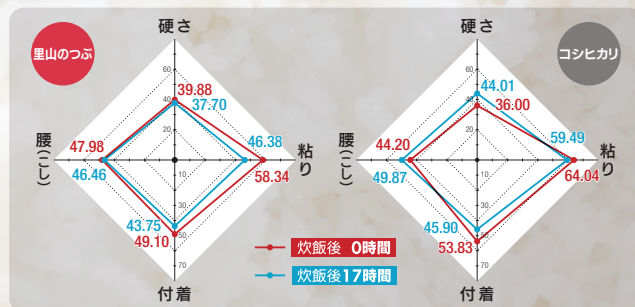
また、表面がしっかりしているので、油や汁が染み込み過ぎず「ベチャベチャ」した食感になりません。そのため「**炒飯**」や「**丼物**」に調理して食べても、美味しくいただけます。

■食味チャート

炊飯測定結果

項目	里山のつぶ	コシヒカリ
炊飯機器	白飯/1H	
炊飯量	450g	
加水率	90%	
米飯増加率(倍)	2.34	2.27
米飯含水率(%)	60.3	60.0
味度値(おねば)	79	84
食味値(炊飯後0時間)	76	85
〃(炊飯後17時間)	72	84

そしゃく測定値と評価(時間経過による違いと、コシヒカリとの比較)



「硬さ」ご飯を噛んだ時の硬さ(最大値) 「腰(こし)」ご飯を噛んだ時の弾力(噛む時の仕事量)
「粘り」ご飯から歯を引き離す時の粘着性(引き離す時の仕事量) 「付着」ご飯から歯を引き離す時の強さ(最大値)



「塩むすび」
お米本来の味が伝わる

里山のつぶ
で作る

おすすめの食べ方

食べごたえしっかり

里山のつぶ × おむすび

「里山のつぶ」
本来の味が伝わる
「塩むすび」が一番の
おすすめです！



道の駅ばんだい

おむすび屋 cafe 磐梯(磐梯町)
店長

高橋 美香さん

磐梯町産「里山のつぶ」を使用したおむすびが人気で、ほかにもそばやデザートが楽しめる「道の駅ばんだい」。食を通じて地元の魅力を伝えたいという思いで、生産者の顔が見える店づくりを心がけて毎日笑顔で営業しています。

一年を通して「里山のつぶ」を使用したおむすびを提供するお店に、その特徴や魅力をお伺いしました。そこには、強い地元愛が詰まっていました。

Q1 素材としての「里山のつぶ」の魅力は

粘りが控えめであっさり。でも粒が大きくて食べごたえがしっかり。

「里山のつぶ」は、粘りが控えめであっさりしたお米なので、水加減を少し多めに調整することで、ふっくらと炊き上げて、より美味しいおむすびに仕上がっています。また、粒が大きくて食べごたえがしっかりしています。

Q2 「里山のつぶ」おすすめの食べ方

おかずとの相性が良いお米です。

当店の一番のおすすめの食べ方は、「里山のつぶ」本来の味が伝わる「塩むすび」に、地元の生産者さんが丁寧に手作りした「きゅうりのしょうゆ漬け」の組合せです。あっさりした食味なので、どんなおかずとも相性が良いお米です。

※写真はイメージです。実際の提供状況とは異なる場合がございます。