

あなたの夢を未来につなぐ応援マガジン!

# ESPRIT CLUB

エスプリクラブ

8

2009 May-June

特集 『スピードラーニング®』を100日聞き流したあとは…  
聞く、話す、友達づくりに出発!!

- 楽しい!! 私たち韓国語一年目『スピードラーニング韓国語』受講者 和田絵里さん 谷口恵美さん
- English World な～るほど、知って得する生活英語 今回は『女性』についてです♪





## 【稲穂】

Maki: Sue, have you heard of an "ear of rice"?  
 マキ: スー、「稲穂」って知っている？

Sue: No, I've never heard of an "ear of rice".  
 スー: ううん。聞いたことないわ。

Maki: I think Japanese people think of the tips of rice plants like flowers. Because it's important we have a special name for the ear of rice.

マキ: 日本人はお米の一番先を花と同じように考えているのかもしれないわね。大切にしているからこそ、稲穂という名前をつけたんだと思うわ。



## 【胚芽米】

Sue: There's a kind of rice sold with the germ?  
 スー: 胚芽米ってお米の種類があるの？

Maki: Yes. Rice sold with the germ included helps to reduce the signs of ageing because it is full of vitamin E which maintains youthful features. It is very good for both health and beauty.

マキ: そう。胚芽米っていうのは胚芽を残したお米のこと。この胚芽米は老化を防ぎ、若さを保つといわれるビタミンEが特に多く含まれているから、美容と健康にとってもいいのよ。

Sue: Wow! I'd better start eating it too, right away!  
 スー: スゴイ! 私も早速、食べはじめようっと。

## 【生きものを育む農法シール】

Sue: What does this bird sticker mean?  
 スー: この鳥のシールの意味は何？

Staff: This mark means that Sado City in Niigata Prefecture certifies that this rice was grown and harvested naturally.  
 店員: このシールは新潟県佐渡市の自然農法に取り組んでいる田んぼで収穫されたお米ですよというマークなんです。

Sue: So, what is this bird called?  
 スー: じゃあ、この鳥の名前は？

Staff: This is a Japanese Ibis. It's a famous bird in Sado City.  
 店員: これはトキです。佐渡市では有名な鳥なんです。



## 【お米マスター】

Sue: What is a "rice master"?  
 スー: お米マスターって何？

Maki: Ah, to put it simply, it is someone who knows anything and everything about rice. A specialist who can answer any questions or accommodate any requests you have about rice.

マキ: そうね。簡単にいうとお米のことなら何でも知ってるスペシャリストかしら。お米のことならなんでも相談のってくれる頼れる存在よ。

Sue: Anything and everything?  
 スー: なんでも？

Maki: Yes. From picking delicious rice to how to properly cook and store it. They can tell you everything about rice.

マキ: そう。おいしいお米の紹介から、お米の保存の仕方や炊き方。なんでも教えてくれるわよ。

人間も動物。  
 自然の中の一部と気づきました

この仕事に就く前はサラリーマンをしていましたが、そのときは目先にある既成事実をみて、右から左へどうさば

くかということを一重要に考えていました。デパートで働いていたときなんかは、前年比に対してどうやっていけばいいのかわからないのか、どうしたらもっと売れるか、もっと合理的にするには、もっと効率化するには、目先

毎日、当たり前のように食べているごはん。そのごはんがこんなにも奥が深く、大切だったことに今回「金子商店」店主・金子さんにお話を伺うまでまったく知りませんでした。いくら努力して生産者の方がおいしいお米を作ってくださっても、それを購入して食べる消費者がいなければその努力は報われません。そんな切実な思いをお聞きしたとき、私たち一人ひとりの意識を変えて食べ支えをしていくことこそ、私たちにできる役割の一つだと思いました。

自分のためだけでなく、ほかの生き物のためにも食べてほしい

世界に伝えたい日本のここ

エスプリライン本社のある川越は小江戸とも呼ばれ、昔ながらの蔵造りの家では今も商売が営まれ、週末には多くの観光客が集まる活気のある街です。全国各地で大切にされている日本の精神、文化はここ川越でも大切にされています。この想いを世界に伝えたい日本のこころとして川越に暮らす人びとを紹介していきます。



金子商店 店主  
 金子 真人さん

川越で73年の歴史を持つ「金子商店」三代目ご主人。五ツ星お米マスターとして、子どもたちのための食育プロジェクトに参加するほか、食品メーカーからブレンド米開発を依頼されるなど、業界からも高く評価を得ている。

振り返ってみると、この仕事に就いたばかりのころは、当たり前のようにこういうものを届けたいとか消費者のほうしか見ていませんでした。でもそのうち、米作りの奥深さがだんだんわかってきて、もつと探求するために気づいてくる現場のことも考えなくてはいけないと思うようになったんです。単なる刈り取りとか、田植えとか、イベントに行



川越生まれで、高校卒業まで住んでいました。川越便りとはとても懐かしく読みました。茨城県 NM さん（あなたからのメッセージもお待ちしております。詳しくはP47をご覧ください）





丁寧に精米されたお米。消費者の手元に届くまで大切に扱われている。

も、人間が強制的に雁を連れてきて、そこに餌がなかったら飛んでいってしまう。土壌をつくるには大変な努力が必要だと思えますが、次の世代にバトンタッチできるように、自然と共生できる持続可能な農業をこの川越にもつくっていくことが今の夢ですね。そのため、稲作地帯が荒廃しないように、いろいろな情報をお伝えしたり、収穫したお米を購入したりして、影ながらアシストしていきたいと思っています。

昔からの日本のいい文化を残すためには、それを広く伝えて理解してもらうことが重要です。だから、お米を食べる人、仲介に入る人、生産する人みんなが同じ目的に向かって動いていけるように、これからは働きかけていきたいですね。

### Helpful hints for making delicious rice

#### 金子商店のご主人直伝! おいしいごはんの炊き方のコツ

- ① Be sure you measure the rice carefully. (お米を正確に計る)
- ② As you add the water, use your hand to stir the rice from bottom to top 2 to 3 times. (水を入れながら、手早く2~3回、底のほうからかき混ぜる)  
※ To completely get rid of the smell of rice-dust, be sure to quickly throw away the water. (※米にヌカのおいがつかないように、水はすぐに捨てる。)
- ③ When washing the rice keep a rhythm of [1, 2, 1, 2], and use the palm of your hand to press and cleanse the rice. Add a little more water, and then empty out the cloudy water.  
(「1、2、1、2」のリズムで、手の平で押すようにしてとく。水を入れて濁った水を捨てる。)
- ④ Be sure to repeat the press and cleanse process 2 to 3 times or until the water is clear. It should take less than three minutes to properly clean the rice.  
(③を2~3回繰り返して、水がうすうすと透き通るまでとく。とく時間は全体で3分以内を目安に。)
- ⑤ After draining the water, wait about 2 minutes and then add fresh water. Set aside the rice and water to let it breathe. (this takes about 1 hour)  
(お米を2分程度水切りしたあと、水を十分(約1時間)吸わせてから炊く。)  
※ In the summer use cool water, and allow up to an hour and a half to ensure that the rice is delicious.  
(※夏場は冷たい水で90分浸してから炊くとおいしくなる)
- ⑥ When your rice is finished cooking, quickly open the lid and stir the rice to release any excess steam. (炊きあがったら、すぐにふたを開けて余分な水分を飛ばすようにかき混ぜる。)

Follow these steps and you'll be eating delicious rice in no time! (これでおいしいご飯の出来上がり!)

#### 株式会社 金子商店

- ・住所：〒350-0052 埼玉県川越市宮下町1-12-7
- ・電話：049-222-0143 (代表) (受付時間：9:00~19:00)
- ・ホームページアドレス：<http://www.kaneko-shouten.co.jp/>

※インターネットでも、こだわりのお米が購入できます。ぜひご覧ください!



くのではなく、生産者が辛勞している点を一緒に考えないといけない。例えば、土壌を養えるにはどうしたらいいのか、消費者からの要望に農業をできるだけ使わないで心えていくにはどうしたらいいのかなど、日本の農業を持続可能にしていきながら、消費者の気持ちもくみ取っていく。難しいですが、両方の立場を知ったうえで、ちゃんと問に入ってやっていくというのが大切で、それが私の役割かなと思うようになりまよ。

**本当においしいお米作りは環境にもいいんです**

虫がたくさん出るから農業をたくさんまけばいいというのは合理的だけど、それは小手先だけで考えたもの。もつのは何年かだけだと思っんです。100年先を考えたら、2~3000年続いてきた昔の農法がやっぱり良いと思います。私どもの扱うお米はそういう農法に戻そうとがんばっている方々のものを選びようとしています。そのお米を購入して食べていただくこと

で、例えば、新潟県佐渡市にはトキ、宮城県蕪栗沼周辺には白鳥、雁などが「育める」環境になるんです。よいうするに田んぼに食物連鎖を復活させるということ。自然のサイクルに合った土壌ができれば、カエルやドジョウ、クモ、トンボなどがそこに住めるようになる。すると、鳥が餌を求めて、その田んぼに降りてくる。結果、虫の大発生も防げるし、そこにフンを落としてくれるから肥料になる。その循環でおいしいお米ができるというわけです。ですから、まずは鳥が降りてくるような土壌作りが大切なんです。でも、そのお米を食べてもらわないことには食べ支えにならない。自分のためだけではなく、ほかの生き物や環境のためにも食べようと思ってもらえるように、その良さを大切さを伝えていくことも私たちの役割ですね。

**夢は川越の田んぼに雁を呼ぶこと**

全国でもそういう活動をやっていっている地域が実は増えてきました。先にあげ



店内にところ狭しと並んでいるお米はすべてご主人が直接現地へ足を運び、日本全国から選び抜いたものばかり。これらのお米を食べることで、自然農法の支援ができます。

た宮城県蕪栗沼周辺なんかも冬みず田んぼをやるために、いろんな学者さんや有識者の方が関わってくれたり、生産者を獲得したりして、やっとラムサール条約を取得するまでになりました。10年かかりましたが、すごいことです。

だから、川越にも田んぼがたくさんあるので、最初は小さくてもいいから、自然のサイクルに合った土壌を呼び戻したいんです。とはいって

※ラムサール条約とは…地球規模で移動する渡鳥を保護するために、国家間で協力して水辺の自然「ウェットランド」を保全することを目的とした環境条約。