

## げいび清流米ご活用の皆様へ

蒸し暑い天気が続いていますが、みなさん、いかがお過ごしでしょうか。今年は、梅雨入りしてから、湿度が高いわりに、雨はそれほど降らず、人も、植物もヘトヘトです。

そんな中、田んぼの水路の草抜き作業を、代表、若手社員2人、援農に来ていただいている方の4人で行いました。水路と言っても、コンクリートではなく、昔ながらの土を掘っただけの水路なので、放っておくと草が繁茂し、水の流れが悪くなります。30℃を超える中での作業は、さぞ過酷だろうと思い作業に挑みましたが、水路に流れる水のおかげで、足が冷えて、意外と涼しく作業ができました。田んぼの稲も暑いときには、水をかけ流しにして、高温障害を防ぐのですが、稲も人も同じなのだなあと感慨にふけてしまいました。

さて、6月下旬から7月上旬にかけて、稲の根を健全に保つために田んぼを乾かす中干しを行いました。我が家では昨年からの地球温暖化対策として、中干し期間を延長することにより温室効果ガス（メタンガス）を抑制するJクレジット制度に取り組んでいます。そのため、今年も通常より1週間長く中干しを行い、しっかりと田んぼを乾かしました。中干しを終えた後は、稲が穂を作る時期のため水を入れます。しかし、暖冬や空梅雨の影響で、水路に水が来ておらず、思うように水を入れられない田んぼが出ています。これから、雨がたくさん降ってくればいいのですが、、、。日本で生活していると、自由に水を使えるため、その大切さをあまり意識することができませんでしたが、農業に従事し作物を育てていると、水は有限であり、とても貴重な資源であることを、再認識させられます。（記：小崎翠）

### ～かんたん美味しい赤紫蘇ジュースの作り方～

家で栽培している赤紫蘇を使って、今年も紫蘇ジュースを作りました。クエン酸がたっぷり入っているので、疲れているときに飲むと最高です。

○材料：赤紫蘇の葉 200g、水 1L、砂糖 500g、クエン酸 20g

○作り方：鍋に水を入れ、沸騰したら、よく洗った紫蘇の葉を入れ、再び沸騰したら火を消し、ザルに取ります。粗熱がとれたら、手で紫蘇の葉をしぼります。煮汁に、砂糖を加え、再度火にかけて溶かします。粗熱がとれたら、クエン酸を入れ、よく混ぜて完成です。冷やしてから水や炭酸水等で薄めて、お召し上がりください。



家で作った紫蘇ジュース

**※ 8月の発送日は 15日です（毎月第三金曜日）。**

### 直売所

（年間定期購入者割引価格）

ご希望の場合は、下記ご注文方法によりご用命ください。

- ・ えごま油（焙煎） 税込 2,300 円/140g  
税込 1,100 円/65g
- ・ えごま油（生） 税込 2,600 円/140g  
税込 1,200 円/65g
- ・ 桑茶（粉末タイプ） 税込 500 円/30g（約50杯分）

桑茶は血糖値の上昇を抑えるなど様々な効果が期待できま  
すので健康維持のためにどうぞ（製造者：いわいの里）。

### ご注文方法

郵便振替用紙通信欄に数量、お届け日を明記の上、ご注文下さい。右記フリーダイヤル、FAX、Eメールでもお受け致します。

※ お米と一緒にお届けにしますと片隅に入れられる分は送料が掛かりませんのでご利用下さい。

### お問い合わせ先

〒029-0301

岩手県一関市東山町

田河津字田ノ萱 58 番地

フリーダイヤル：0120-81-4153

FAX：0191-47-2769

Eメール：[okome@81-4153.com](mailto:okome@81-4153.com)

ホームページ：<https://81-4153.com>

合同会社 田舎モノ

代表社員 佐藤 想司

※日中は農作業のため留守電が対応しません。ご用件をお話頂き、不明な場合はこちらよりご連絡致します。