

佐渡直送!! 産地精米をお届けします



佐渡市 認証米 朱鷺と暮らす郷 5kg ¥3,520-
(送料・税込み)

朱鷺を中心とした生きものを育み、日本一安心・安全で美味しい米作りを実践する「朱鷺と暮らす郷づくり認証制度」を2008年から取り組んでいます。その厳しい基準を満たしたお米が認証米「朱鷺と暮らす郷」です。売上の一部は佐渡トキ保護基金に寄付され、朱鷺の野生復帰などの支援に活用されています。

佐渡市の「朱鷺と暮らす郷づくり認証制度」に取り組む農家が栽培からこだわり、より品質と食味の良い米となるように厳選したお米です。「佐渡米のトップブランド」として最上級のお米に仕上げました。炊き上がりが美しく、しっかりとした味わいでコクと甘みのあるお米となっています。

大切なあの人への贈り物にお使い下さい。

佐渡米のトップブランド

厳選(桐箱入り) 佐渡育ち

3kg ¥4,800-
(送料・税込み)



※ 価格は平成29年8月1日現在の価格です。変動する場合がありますので、予めご了承ください。

パソコン・スマートフォンからAmazonネット通販でカンタン購入!



JA佐渡 通販 検索

右側のQRコードを読み込めば、スマートフォンからも確認・購入できます。



佐渡のたんぼにつき Facebook ページで産地の状況を配信中!

水田の様子や農作業など、「佐渡の今」をお届けします。

佐渡のたんぼにつき 検索

右側のQRコードを読み込めば、スマートフォンからも確認できます。



プレゼントコーナー

認証米「朱鷺と暮らす郷」を5名様にプレゼント!

プレゼント内容:
・「朱鷺と暮らす郷」5kg 1袋

【応募方法】官製ハガキにプレゼント応募券を貼り、お名前・住所・電話番号・年齢・性別・職業、あわせて「JA佐渡コミュニティ誌」に関するご意見、ご希望をお書き添えの上ご投函下さい。

※プレゼント応募券が無い応募は無効となりますのでご注意ください。

- 宛先: 〒952-8502 新潟県佐渡市原黒300番地1 JA佐渡「コミュニティ誌プレゼント係」
- 応募メ切: 平成29年12月31日(日) [当日消印有効]
- 当選は商品の発送をもってかえさせていただきます。

佐渡の“うんめえ〜” 再発見!!

〜佐渡米特集〜

JA佐渡
コミュニティ誌
http://www.ja-sado-niigata.or.jp

JA佐渡 検索

Vol.02
2017.09 秋号

TAKE FREE

稲穂と
カントリーエレベーター



田植え体験

小倉千枚田稲刈り体験

米の食味ランキング(平成28年産)
特A 佐渡産 コシヒカリ **特A** 受賞!
(12年連続、24回目)

豊かな自然が育む佐渡米



佐渡米が出来るまで

3月 温水で病気予防



温水に浸して種がお目覚め

4月 苗を育てて田植えの準備



田起こし作業でふかふかの土作り



5月 苗を田んぼに植え替えるよ。



6月 水はけを良くする溝切り作業



乗用タイプが人気モノ。

7月 肥料を追加するよ



また肥料もしなやか...

8月 草刈。



一に草刈
二に草刈
三も四も五も

9月 稲穂が黄金色に



垂れたら...

さあ!! 収穫の秋だ!!



コンバインで刈り取るぞー!



佐渡を取り巻く海洋性気候の影響から夏は比較的涼しく、佐渡米は時間をかけてじっくりと育ちます。潮風からくる天然ミネラルを吸収し、独特の粘りと旨み、しっかりとした食感が特徴です。

環境にやさしい農業の島「佐渡」。朱鷺を中心とした生きものが暮らしやすい“生きものを育む農法”を実践し、年2回の生きもの調査で豊かな生態系を見守っています。

※生きものを育む農法・・・朱鷺のエサとなる小さな生きものやドジョウが元気に育つ様に、逃げ込める場所（江、冬水田んぼ、魚道、ビオトープ）を作り、更に農業や化学肥料を大幅に減らして保護する農法。



江戸時代、佐渡金銀山の発展で増えた人口を支えるため、国仲平野の水田から海沿いや山間深くの棚田まで、島全域に田んぼが広がりました。

生きものを育む農業や農村文化、景観が評価され、2011年に日本で初めて世界農業遺産(GIAHS)に登録されました。



1日2合のご飯で 太りにくい体を作ろう!

ぽっこりおなかの原因は「栄養バランスの偏り」。糖質制限ダイエットでは食事全体の脂質の比率が上がリ、かえって太りやすくなります。管理栄養士の柏原ゆきよさんが考案・提唱する「お米ダイエット」では、ご飯主体のバランスが整った食事に変えるだけで代謝機能が高まり、内臓脂肪が減って、おなかまわりも引き締まります。ポイントは、おかずを控えめにしてお飯をよく噛んでしっかり食べる事。(よく噛まずに早食いは太りやすくなるので要注意!)



JA水稲部会 池田会長

おいしい佐渡米を食べてみてください!

- ・ ご飯とおかずの黄金比率は6 : 4
 - ・ 1日3食でご飯を合計2合以上、雑穀を混ぜると効果アップ!
(米1合に対し、大さじ2程度の雑穀を混ぜる)
 - ・ 具たくさんのみそ汁をしっかり噛んで食べる
(食材は大きめに切って噛みごたえを出す)
- ※ 総合家庭雑誌「家の光」2016年10月号より

親子で作ろう シャカシャカおにぎり!



- ①紙コップにご飯を8分目ほど入れる
- ②ラップを掛け、輪ゴムを紙コップに掛けて固定する
- ③縦、横にシャカシャカ振って、ご飯が丸くまとまったら出来上がり! ぶりかけを掛けたり、のりを巻いて食べよう!

出典：新潟県米消費拡大推進協議会

お茶碗1杯のご飯は何株分?



お茶碗1杯のお米を収穫する場合、田んぼの稲は何株くらい必要でしょう?

茶碗1杯(150g)のお米を収穫するには、約200株必要です。
茶碗1杯(150g)のお米を収穫するには、約200株必要です。
茶碗1杯(150g)のお米を収穫するには、約200株必要です。

約200株

プレゼント「朱鷺と暮らす郷」応募券

切り離して官製ハガキに貼り、応募して下さい

(平成29年12月31日消印有効)