

古代米を食べよう！

～古代米のふるさとを訪ねて～

ここ数年、12月になると生協の食堂で古代米入りご飯が販売されているのをご存じですか？「そもそも古代米って何？」「どこで作ってるの？」そう思う人もいるでしょう。そんな古代米の産地を訪ねてみました！

(糖蜜&夷)



1. 古代米って？

古代米の栄養価

古代米は人間によって品種改良がなされる以前の米の総称で、私たちが普段食べている米との大きな違いはその色です。普通の米は乳白色をしています。古代米は黒色や赤色、緑色といった色をしています。生協で販売されているものは紫黒米という種類で、名前の通り紫がかった黒色をしています。この色はアントシアニンという色素によって生み出されています。アントシアニンはポリフェノールの一種で、抗酸化作用や視力増強作用があるといわれています。古代米にはこの他にもビタミンBやビタミンE、リンやカルシウムなどの栄養分も含まれており、滋養強壮効果があるとされています。



生協での販売のきっかけ

どうして古代米を生協で販売するようになったのでしょうか。きっかけは5年前、京都府が「ふるさと共援事業」という、集落の支援事業を立ち上げたことです。その一環として大学と集落との提携が挙げられました。当時、その事業について考える委員会に京大農学部^{（京都大学農学部）}の秋津元輝^{（あきつ げん）}准教授が参加されていました。先生のゼミでは実習で2回生を農村へ連れていき現地調査をさせていたため、行き先を提携対象の集落に変えることで実習に集落の支援を組み込むことができました。その行き先に選ばれたのが古代米の産地である上山集落^{（上山集落）}だったのです。時を同じくして、京大生協側でも食材を通じて地域を支えたいという思いがありました。

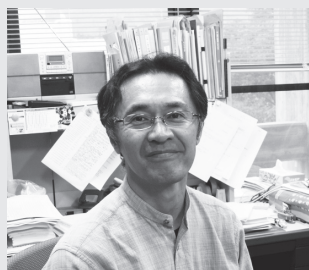
そうした時機の一致もあり、支援事業の2年目の秋に古代米を食堂で試験的に販売してみました。すると1週間で完売するほどの売れ行きだったため、上山集落の基金を立ち上げ翌年以降も12月に古代米を販売するに至ったのです。

生協での販売

販売期間	12月3日（月）より売り切れ次第終了
販売場所	中央食堂 北部食堂 南部食堂 宇治食堂 桂食堂セレネ
値段	白米の各種サイズ＋3円

秋津先生より！

古代米は文句なしにおいしいので食べてください。それと、古代米に限らず食べ物を食べるときには、それが作られている生産の現場に関心を向けてほしいです。食材がどこで作られてるんだろうとか、それをどうやって加工してるんだろう、どうやって運んでくるんだろうとか。そういう意味では古代米ってイメージしやすいんだけど、他の食材についてもイメージしながら食べてほしい、というのが私の希望です。



▲上山と京大をつなげた秋津先生

2. 上山集落を訪ねて

上山集落での農業

上山集落で農業を営んでいる栗原さんは、すべての作物を農業を使わずに栽培しています。栗原さんは古代米の他にコシヒカリ、ニンニクなどを作っています。栗原さんは、隣町で古代米が作られていることを知り、それをきっかけに古代米を作り始めました。最初は10種類ほど作っていましたが、多くの種類を作っていると、自分が今どの種類を作っているのかということがわかりにくかったので、現在は黒い古代米だけを作っています。古代米は野生種なので非常に作りづらいますが、普通の米と比べて利益が大きいということと、お酒やおもちになるなど用途が広いことから現在も栽培を続けています。古代米の需要が増えてきたので、今後はできる限り生産量を増やしていく予定です。

また、上山集落は寒暖の差が激しいところにあるため、コシヒカリの生産に向いています。そこに栗原さんの努力が加わったことで、現在丹後で作られるコシヒカリは特Aのランクをつけられています。これは、複数の産地のコシヒカリからなるブレンド米を基準としたときに、このブレンド米よりも特においしいお米につけられるものです。



▲「マチュピチュ」にたとえられる上山集落の棚田

上山集落の今

古代米は栗原さんと宇川小学校の5年生の手によって作られています。古代米入りのご飯は、食堂では普通のご飯より3円高く売られているのですが、この上乗せ金は上山基金として上山集落を支えるために使われます。サルやイノシシによる獣害に悩まされているので、今後はそれらの対策にも使われる予定です。また、集落を訪れた際に小学生に話を聞いてみたところ、「おいしく食べて」「米粒一粒残さず食べて」との声が聞かれました。実は上山集落には、田んぼや畑はたくさん余っているのですが、農業の担い手が極端に少なくなっているという問題点があります。上山集落は海、山など美しい自然に囲まれた素晴らしいところです。農業に興味があるという方、無農薬農業に挑戦したいという方、一度集落を訪れて栗原さんにお話を伺ってみたいはいかがでしょうか？

▼農家の方や小学生と一緒に農作業をする編集部員たち



農家の方より！

うちは、農業関係は一切使わない昔のままの作り方をしています。農薬ですぐに小動物が死んでいるんですよ。海にも全部流れるから環境汚染もかなりあるんです。私は人間も自然の中に生かされていると思うので、これからは自然環境を大事にするような生き方をすべきだろうと考えながら農業をやってます。だから無農薬栽培にはそういう意味があるんだということを理解していただきたいなと思います。



▲古代米を作っている栗原さん

はみだし
すてーじ

そうだ！ 授業を休もう。
⇒いいですね！ 新幹線で京都に……あつ、ここ京都でしたね。

(工・2 たてみち)
(授業を休んで嵐山に行きたい；編)

はみだし
すてーじ

そこのあなた、最近のはみだしてますか？
⇒はみだしてますよ。おなかの肉が。

(農・3 匿名希望)
(こ、これは冬に備えるためなんだからねっ！；編)