

# 日々の

暮らしに

香川芳子 香川栄養学園学園長

え／目黒雅也



2016 MASAQA

## 稲の実りに思う

黄金色に輝く稲の収穫の時期を迎えました。寒冷地仕様、多収量、食味、育てやすさなどを追求し、日本人は稲の品種改良や研究に成果を上げ、作業の省力化のための農業機器の開発も目覚ましいものがあります。稲は種もみを発芽させて苗床を準備し、田植えをして生長を見守るわけですが、雑草と、り・病虫害対策、水の管理は欠かせません。楽になったとはいえ、約半年をかけて収穫を待ちます。途中、大雨や干ばつ、冷害、台風などの天災による被害もあります。今、私たちは食べ物はお金を出せば手に入ると思っていますが、永遠に続くとは思えません。食料自給率は39%。有事には食料確保の保証はありません。農作物は田んぼや畑がなければ栽培できません。生育に適した土壌は一朝一夕にはできません。みなで食べ支えなければ耕作地は保てません。私たちの食べ方や食品の選び方にかかっています。米の消費量は1日1人322g（2013年）、50年前の半分以下です。私はひとり暮らしですが、冬眠密着包装の胚芽精米2kg入りを複数購入して備蓄もします。2〜3カップを炊いて、余ったごはんは1回分ずつにラップでくるんで冷凍しています。