1．田植え～稲刈り～餅つき体験（自治会と共催）

田植え：５月１０日

稲刈り：９月２３日
（１３６日目）

餅つき：１２月２８日
（予定）

※：別途、芋ほり体験（9/27（土））

イチゴ摘み取り体験（４月中旬）

2．お米の種類

①うるち米:
普段私たちが主食として食べているお米です。
代表的な品種は、「コシヒカリ」等

②もち米:
餅やおこわ、赤飯などに使われるお米です。
【今日、刈り取っていただくお米】

③雑穀米・古代米:
白米に混ぜて炊くことで、食物繊維や栄養を補給できるお米などです。

3．お茶碗１杯のご飯とは

＝

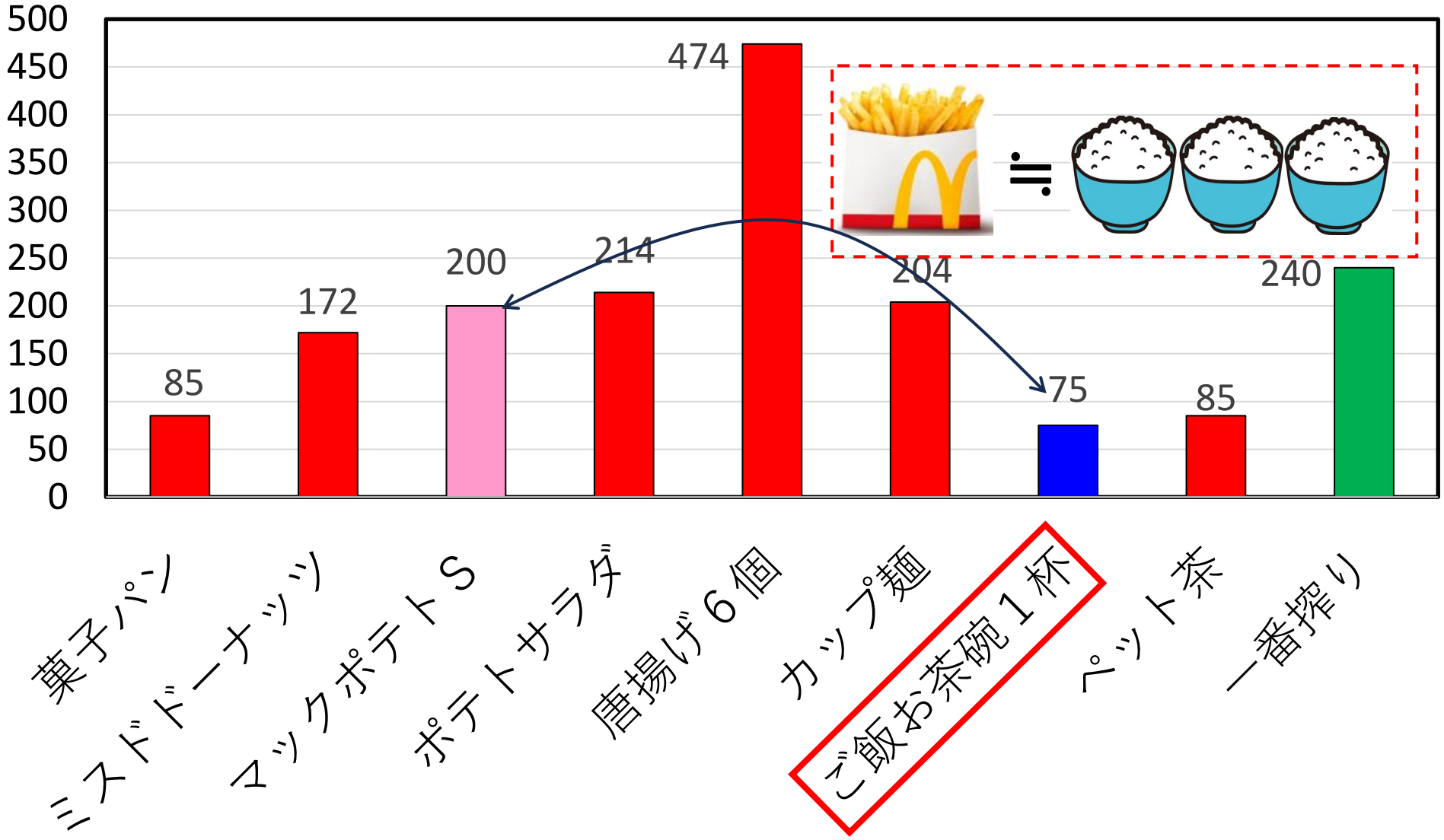
150ｇ　　75ｇ(白米)

5kg袋＝お茶碗67杯

【5，０００円／５ｋｇ袋でも】

＝お茶碗1杯　75円

お米は決して高くない

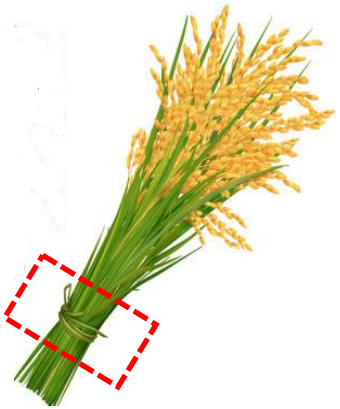

500
450
400
350
300
250
200
150
100
50
0
85
172
200
214
474
204
75
85
240
≒
菓子パン
ミスドドーナッツ
マックポテトS
ポテトサラダ
唐揚げ６個
カップ麺
ご飯お茶碗１杯
ペットボトル茶
一番搾り

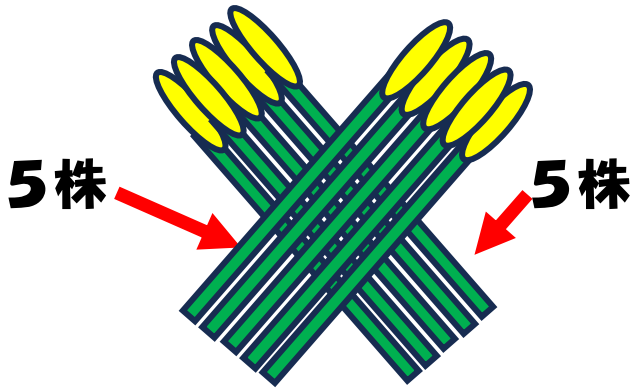
４人家族なら
５kgのお米で約１週間

７００円／日のお米代
副食などに比べたら
安い！

お米は決して高くない！

4．稲の刈り方・束ね方





①地面から５cm程上を切る→　（稲束をくくるのは難しいので）→　②後でくくり易いように５株ごとに十字重ね

③束ね方（イラストで説明困難）→口頭・実技で説明

④笠懸（はさがけ）……束を２分割し防護柵に掛けて下さい

※：脱穀したワラは１月の左義長に使います