

				米	粉	の	普	及	は	家	庭	料	理	で	！				

れ	ど	、	家	で	は	パ	ン	は	作	ら	な	い	の	で	そ	の	ま	ま	に	
し	て	い	る	」	な	ど	で	す	。	確	か	に	、	農	村	部	で	も	米	
粉	の	認	知	度	は	上	が	っ	て	き	て	い	る	と	思	い	ま	す	が	、
普	及	・	活	用	と	な	る	と	別	だ	、	と	感	じ	て	い	ま	す	。	
そ	こ	で	提	案	し	た	い	の	で	す	が	、	各	地	域	で	家	庭		
に	米	粉	を	1	袋	ず	つ	備	え	、	2	0	人	以	上	の	米	粉	グ	
ル	ー	プ	を	作	っ	て	も	ら	い	、	簡	単	な	米	粉	料	理	ア	イ	
デ	ア	を	3	品	以	上	互	い	に	教	え	あ	う	と	い	う	「	米	粉	
普	及	1	・	2	・	3	運	動	」	を	展	開	で	き	な	い	か	、	と	
思	っ	て	い	ま	す	。	行	政	傘	下	の	組	織	や	J	A	組	織	に	
運	動	に	参	加	し	て	も	ら	う	と	、	よ	い	と	思	い	ま	す	。	
企	業	で	は	、	米	粉	食	品	(例	え	ば	、	シ	チ	ユ	ウ	や		
カ	レ	ー	の	素	、	病	人	食	、	介	護	食	、	離	乳	食	、	か	ら	
揚	げ	粉	な	ど)	を	さ	ら	に	開	発	し	て	P	R	し	て	も	ら	
い	た	い	で	す	。															
学	校	給	食	、	病	院	、	幼	稚	園	、	保	育	園	な	ど	で	も		
大	い	に	使	っ	て	い	た	だ	け	た	ら	、	と	思	い	ま	す	。	ま	
た	、	米	粉	は	高	い	し	、	使	い	勝	手	が	良	く	な	い	か	ら	
の	イ	メ	ー	ジ	も	多	々	あ	り	ま	す	。	も	う	少	し	米	粉	の	
製	粉	料	が	安	く	な	る	よ	う	に	製	粉	機	の	開	発	な	ど	関	

係	機	関	で	早	急	に	進	め	る	こ	と	が	必	要	で	す	。		
	講	習	で	は	、	製	粉	方	法	に	よ	っ	て	違	い	が	出	る	米
粉	の	吸	収	率	な	ど	商	品	テ	ス	ト	し	な	が	ら	説	明	し	、
「	地	元	で	販	売	さ	れ	て	い	る	米	粉	の	特	徴	を	理	解	し
て	い	た	だ	い	て	、	地	元	の	も	の	を	大	い	に	使	い	ま	し
よ	う	」	と	、	呼	び	か	け	て	い	ま	す	。	宮	城	県	内	で	も
製	粉	機	を	設	置	し	て	い	る	J	A	で	は	、	担	当	職	員	が
一	生	懸	命	に	米	粉	拡	大	に	取	り	組	ん	で	い	ま	す	が	、
ま	だ	ま	だ	、	地	域	に	よ	っ	て	温	度	差	が	あ	り	ま	す	。
	パ	ン	や	麵	、	菓	子	は	プ	ロ	に	委	ね	、	家	庭	料	理	で
普	及	拡	大	を	図	る	べ	き	だ	、	と	思	い	ま	す	。			
	そ	の	た	め	に	も	、	我	々	の	よ	う	な	米	粉	食	品	指	導
員	に	レ	シ	ピ	を	早	め	に	公	開	し	て	ほ	し	い	で	す	。	講
習	す	る	際	に	は	、	地	元	の	米	粉	の	特	徴	を	知	り	、	そ
の	米	粉	に	合	っ	た	メ	ニ	ュ	ー	と	の	調	整	が	必	要	に	な
る	の	で	、	と	に	か	く	早	く	公	開	し	て	ほ	し	い	で	す	。
	米	粉	の	普	及	を	一	過	性	の	も	の	に	し	て	は	い	け	ま
せ	ん	。	関	係	者	み	な	が	、	他	人	事	で	は	な	く	諦	め	な
い	で	、	本	気	に	な	っ	て	本	気	に	取	り	組	ん	で	い	き	ま
し	よ	う	！	日	本	の	農	業	を	守	る	た	め	に	も	。			