



有限会社エコ・ライス新潟  
新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100  
TEL:0258-66-0070 FAX:0258-66-0447

# クイーン倶楽部だより 7月号

《笠原さんの作ったチェーン除草機は引つ張ってみると予想外に重く、田んぼの中では土に足を取られて上手く歩くことができません。すぐに大粒の汗、ダイエットに最適かも?!》

《夜行バスで朝4時半に長岡についた学生たちは、一睡もしていないのに「超」元氣。エコ・ライスでごはんを炊いておにぎりをにぎる、草取りをする、食べまくる。たくましい限りです。》



## 泥にまみれて草取り体験!

産学地域連携 Project  
東京家政大学の学生と  
しのぶ  
幻の酒米「白藤」復活に挑戦!

田植えから約2ヶ月の6月21日、新たな学生メンバーを加え総勢6名で白藤田の除草を行いました。  
今回指導を行ったのは、枝豆でおなじみの笠原茂樹さん。除草剤に頼らないユニークな「チェーン除草」を実践しています。  
かなり重いチェーン除草機を、体育会系の学生がトレーニングを兼ねて挑戦。さすがの笠原さんも学生の根性に脱帽していました。  
次回は白藤稲を青刈りしてドライフラワー作りにチャレンジします。



### 溝切りにもチャレンジ

田んぼの入水、排水をスムーズに行うための「溝切り」作業。廃車になった田植え機を改造した「ユース溝切り機」で田んぼの稲の間を走ります。稲を踏みつけないように慎重に…。



### チェーン除草機とは?

5cmの鉄パイプにチェーンをぶら下げ、芽が出たばかりの雑草を引っかけて取り除きます。稲は引っ張られても田んぼの水のおかげで引き抜かれることはありません。稲の生長に合わせ、数種類使い分けれます。

## Dr中村のお米の話



中村 信也 なかむらのぶや

医師、医学博士、東京家政大教授。  
著書「日本の救急医療を新る」の医療改革の視点はマスコミの注目を集める。  
現在、奈村信のペンネームで医療推理小説を執筆中。



## 第31回 一石

今回はお米の計り方についてです。お米は日本人には特別な存在ですからややこしいものがあります。今回は米知識の整理という意図で取り上げました。

石は体積を表す単位で、尺貫法では勺、合、升、斗、石となり、これらは10進法でゆきませんが、基本は合で約0.18リットルで、升は十倍の約1.8L、一斗は百倍の約18L、一石は千倍の180Lです。

一方、重量単位には匁(3.75g)、斤(600g)、貫(3.75kg)がありますが、米には使われませんでした。私が計ったところ、一合=110gでした。従って、一升=1.1kg、一斗=11kg、一石=110kgです。さらに米では俵(45kg)という独特の単位があります。俵は嵩(かさ)積み上げた高さの単位です。何せ日常から生まれた単位ですからその量は各地、時代でまちまちでしたが、明治時代に一俵=四斗に決められました。重量では約45kgになりますが、肩に担げる最大重量だったのでしょう。

一石は成人が一年間に食べる米の量です。一回に食べる米の量を一合とすれば、一日三食で3合、一年で1095合、すなわち一石になります。ここで注意すべきことは、米の形態です。米は籾、白米、ご飯の三形態があり、計算するとき明確に分ける必要があります。例えば皆さんは一回に食べる一合を白米と思われでしょうが、一石の話では籾のことを指しています。

私が計測したところ、籾一合=白米0.5合でした。白米一合=150gで、0.5合は75gです。これをご飯にしますと、180gになりました。これはご飯茶碗の大盛り一杯分です。つまり、一石は一回食事量をご飯茶碗大盛り一杯で計算したわけです。

ご飯が白米よりはるかに重いのは水を含みからです。180gの110gは水分で、ご飯の60%を占めます。パンは空気で膨らませ、まさにかすみを食べているわけですが、米は水を食べていることになり、美味しいご飯の条件は蒸気がいっぱいだから、米の味は水が大きく関与します。

今回は米の計測はややく、奥が深いといつお話をしました。

※籾の体積で計った場合の重量。玄米の場合には約100g