

じゅ ざよう つか  
授業で使えるキャリア教育教材

# おしごと年鑑

2020



朝日新聞

# あら 洗わなくていい お米があるってホント?

人も自然もすこやかに  
**東洋ライス**

とうよう  
かぶしきがいしゃ  
https://www.toyo-rice.jp

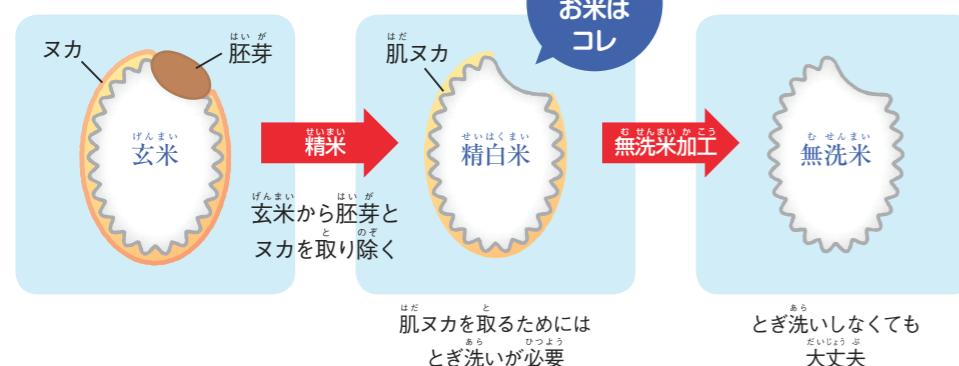
日本人の主食、お米。白米や玄米、もち米などいろいろな種類がありますが、洗わなくてもおいしく食べられて、環境にもいいお米があることを知っていますか？ 東洋ライスに教えてもらいました。

A

ホント。無洗米は洗わなくてもおいしく炊けるよ。

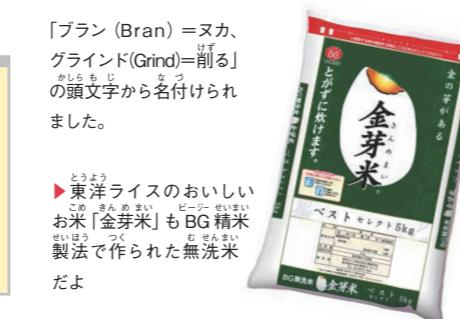
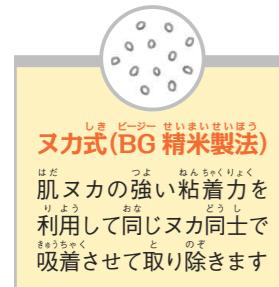
## 無洗米はどうして洗わなくてもいいの？

お米は、玄米から胚芽とヌカを取り除いて売られています。でも、それだけではまだ、表面に粘着性の強い「肌ヌカ」が残っています。肌ヌカが残っていると、ごはんの香りや味が悪くなるので、炊飯する前にとぎ洗いが必要です。無洗米は、この肌ヌカをあらかじめ取り除いているので、洗わなくてもいいのです。



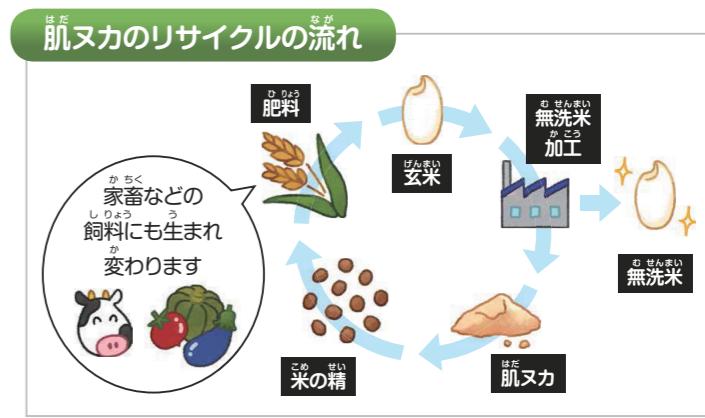
## 無洗米はこうして作られています

作り方は、大きく分けると四つになります。



## BG無洗米なら、循環型農業ができる

BG 精米製法は、東洋ライスが開発した無洗米の製法です。肌ヌカを同じ肌ヌカだけで取り除くので、後には肌ヌカだけが残ります。この肌ヌカは、栄養価がとっても豊富。そこで、東洋ライスでは、ここで出た肌ヌカを家畜の飼料や肥料の元になる「米の精」に生まれさせ、有効活用しています。こうしたリサイクルを活用した農業を、循環型農業といいます。



## BG無洗米は環境にいいってホント？

お米のとぎ汁には栄養がいっぱい。でも、これが海に流れると「富栄養化」という問題（隣のコラムを見よう）が起り、海などの水質汚染の一因になってしまいます。東洋ライスは、こうしたお米が原因の水質汚染をなくしたいと考え、BG無洗米を開発しました。BG無洗米は家庭からの排水がないだけでなく、製造過程でもとぎ汁が出ません。また、ヌカでヌカを取り、その副産物である「米の精」も循環型農業に生かされたため、廃棄物が出ません。加工に必要なエネルギー消費が少ないとからも、BG無洗米はもっとも環境にいい無洗米といわれています。

## 無洗米を使うと…



## 富栄養化が進むと…

海や湖に生活排水や工業排水が流れると窒素やリンなど水中の栄養物質が増加します。そうすると、これを栄養源とする藻類や植物プランクトンが異常繁殖し、アオコや赤潮の発生の原因になります。アオコや赤潮が発生すると、水の質が悪くなったり、水中の酸素が少なくなり魚などの生物が窒息して大量に死んでしまったりするなどの問題が起きます。



湖沼などで、富栄養化により藻類が異常発生して水面を覆い尽くすほどになった状態。青い粉をまいたようにすることからアオコと呼ばれる

## 食べる「エコ」をはじめませんか？

答えてくれた人 東洋ライス株式会社 企画広報部  
川上真林さん

無洗米は家の負担の軽減を目的としたお米だと思われがちですが、実は環境保全のために開発されました。「無洗米なんて食べたことがないよ！」と言う方もたくさんいますが、今では飲食店や学校、病院など様々な場所で無洗米が使われているんですよ。毎日食べるお米だからこそ、将来の環境も考えて選んでみてはいかがでしょうか。

無洗米は  
環境保全や味、  
栄養面などメリットが  
たくさんあります。

