

発行日 2010年6月1日
 発行所 濱田ファーム
 (C) 濱田ファーム
 文 濱田 律子

田植え！田植え！！田植えっ！！の5月

5月！世間はGWにうかれていたかもしれませんが（笑）、米農家はみんなきっと、ピーピー言っていたことでしょう！我が家もそう。毎日必至で作業していました～！前半戦は、田植えの準備を急ピッチで。田んぼでは代かき（写真左）、ビニールハウスでは苗を育てる作業に追われていました。そして中盤戦はとーぜん！田植え！田植え！！田植えっ！！

濱田ファームは、今年10日から22日まで、田植えをしていました★いざ田植



えが始まってしまえば、後はただただ田植え機がやってくれる（写真中央）ので、けっこう楽チンです♪何事もそうですが、段取り7割・仕事1割・片付け2割！田植え前の準備が長くしんどかっただけに、田植えが始まっちゃえば気持ちはずいぶん楽になりました。そして後半戦、は、あと2割の片付け作業。田植え機では植えきれなかった部分の補植（ほしよく＝手で植える事）



をしたり（写真右）、苗を育てるのに使った苗箱と呼ばれる資材を洗ったり、田植え樹の整備に播種機の片付けなどなど、細かい地味な作業をコツコツがんばりました！4月5月と2ヶ月間休みなしで働いてきましたが、ホッと一息、1日だけお休みをしたら、もうすぐに雑草との戦いが始まります（号泣）。雨が降り続いていた影響で、畦の雑草はすごい事に・・・。



田んぼの中も、無農薬なんて特に、小さな雑草がうじゃうじゃして、ものすごい状況に！6月は雑草との戦いが続く過酷な月になりそうです。



おすすめ米粉レシピ③蒸しパン

前号のホットケーキに続き、米粉でお腹にしっかりとたまる、レンジで簡単！バナナ蒸しパンのレシピをご紹介します！ポウルに熟したバナナ1本（80g前後）を入れ、泡だて器でつぶします。豆乳200cc・サラダ油70cc・メープルシロップ100cc・あればレモン汁大さじ2を入れ混ぜます。ベーキングパウダー小さじ2・米粉150gを加えさらに混ぜ合わせます。型に12等分位に分けて入れ、レンジで4-5分、竹串をさして何もついてこなくなるまで加熱してできあがり♪冷めたら密封できる袋やコンテナに入れるとシットリ感が長持ちします。型は、100円ショップなどで売っているマフィンの紙型やアルミ箔などを利用するとお手軽です。レンジの代わりに蒸し器で20分で、表面がパカッとわかれた蒸しパンになりま～す★



濱田ファームからのお知らせ

●お休みのお知らせ

6月19日（土）・20日（日）・21日（月）は3連休の予定です。7月も未定ですが、2連休を予定しております。不定休でご迷惑をおかけ致しますが、お休み以外の日は、平日週末関係なく、お客様のご希望にできる限りあわせて、迅速にお米をお届けできるように努力していきたいと思っております。またこの時期、保冷庫で保管しているお米は、1日かけてゆっくり常温にならしてから精米しています（品質にかかわる為）。濱田ファームはご注文後に精米しておりますので、お届け・発送はご注文の翌日以降にお願いいたします★

トキ飛来1周年！

佐渡から飛来したトキの「ときめき」ちゃんが、ここ黒部に、というか、濱田ファームの田んぼのまわりに住み着いてから早1年がたちました！何度か市外に出かけたり、または県外に長期旅行に行ってしまった事もありましたが、最後は必ずここに戻ってくるんですね。きっとよっぽどここが気に入っているんでしょう。エサが豊富にある事、ねぐらに適した森林（うちのすぐ裏側）がある事と、トキの住みやすい環境だからのようです。時にはものすごいギャラリーと車が農道にあふれて、作業がやりづらい時もありますが、これからも温かい目で見守って、トキと共存できるように米作りを続けていきたいものです。

「ときめき」です！
 巨大なトラクターも、草刈り機の爆音も全然気になりません♪エサがいっぱいのこの田んぼは最高～！



★ご注文・お問い合わせは以下までお気軽にどうぞ★

濱田ファーム（代表・濱田智和）

〒938-0041 富山県黒部市堀切3000-2

☎050-3430-8050（電話・FAX）

090-8090-3566（携帯電話）

✉hamadafarm@hotmail.co.jp（PC）

ritsuko0921@r.vodafone.ne.jp（携帯）

ブログ「タンボマスターへの裏道」

<http://blog.goo.ne.jp/hamadafarm>

