



今年も

実りの秋が
やってきた！

いよいよ、今年も新米の季節がやってきました。
 らる畑のお米は、精米所の順番待ちや天日干しなどの時間が掛かるので、新米の登場は11月近くと遅い登場となります。
 生産者と年間取引量のお約束もあるので、昨年のお米も大切に売り切ります。何卒ご理解ください。
 「令和の米騒動」は蓋を開けてみれば、圧倒的な米不足が要因でした。集荷競争の激化で価格が高騰しましたが、ようやく持続可能な価格になったという生産者の声もあります。
 簡単に現状をまとめ

2014年 安倍政権下で米価を市場任せにする**規制緩和**が拡大。米価が大幅下落し**米生産が赤字**に転落。稲作農家の生産意欲が失われる。

2021年 **コロナ禍**で米が余り**大暴落**。農家は政府に余剰米を買入れて備蓄米に回す要求をするも、生産調整で**生産量を減らす政策**を進めたため、需要が回復した昨年の**米不足**につながった。



激減する米農家数

2000年に175万戸あった米農家が2024年には53万戸に。約3分の1に減少しています。



農業経費が10年で1.9倍に

肥料や燃料、農業機械設備の値上がりりが止まらず、農業所得を低下させています。

輸入農産物は害虫やカビを駆除するため必ず農業による燻蒸が行われます。
 使用する薬剤は臭化メチルやリン化アルミニウム。「白米」で輸入されるため、残留の恐れが高いものの検査率はわずか8・5%に留まっています。アメリカからの輸入枠が拡大されることになり、これまで以上の流入が予想されます。

増える輸入米
の安全性は？

※参考資料「食べもの通信9月号」



田んぼには米作りだけではない洪水の防止や生態系の維持など多面的な機能があります。食料自給率の低い日本が深刻な食糧不足に陥らないためにも主食を育てる田んぼを守る手立てが優先的に必要だと思います。



山口県で人気の弥五郎さんから冷凍ドーナツが登場です。
 福岡産小麦＆全粒粉、山口産米粉（農薬不使用、味の母国産豆乳、揚げ油は国産菜種油＆米油とすべての原料に妥協なし！）
 素材の良さがわかるどっしりとした味わい。トースターで温めてお召し上がりください。解凍してそのままでもいただけます。

メープル・祝島ひじき・ココア・抹茶・きなこ

冷凍 各1個 税込 398円

毎月大人気！
10/21 アバレイユ。★ 南瓜とココアの2色パウンド
1本 税込 1,599円

★ タルトタタン 冷凍2個 税込 1,167円

★ ダークチェリーチーズケーキ
冷凍2個 税込 1,437円★ 洋梨のミルクティーパバロア
冷凍1個 税込 724円★ スイートポテトパイ（全粒粉）
冷凍1個 税込 540円

らるスタッフ わたしのお気に入り

宮川編

有機ウスターソース

長年焼きそばを作る時は光食品の「お好みソース」を使ってきました、まかない担当宮川です。実は甘い…と思っていました。だって旅先で食べるご当地グルメの焼きそばは、黒石も富士宮も大阪も共に「旨い！甘くない！ソースも旨い！」んです。光食品に何つた時に原点であるウスターソースが一番売れていると聞いて目から鱗。（家にはなんとなく中濃ソース。）
 このウスターソースとかつお節だけで焼きそばを作ってみるとこれが旨い！
 原材料も国産有機の野菜と果実に有機醤油や有機醸造酢など光食品らしい徹底ぶり。今ではなくてはならないイチオシの調味料です。ミートソースやナポリタンの隠し味にも。

じっくり熟成
野菜と果実の旨み
たっぷり！

250ml 税込 476円

長
チョコ醤油

長崎のチョコ醤油が作る鍋の素から、長崎らしい味わいをチョイスしました！
 1人前から作りやすい小分けタイプ。ズに麺やご飯を入れるのもおススメです！
 各30ml×4袋 税込 432円

九州だし寄せ鍋つゆ
本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ

2025 10月 らる畑カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
29	30	1	2	3 動物性 使っています！	4	5
らる畑のお弁当&惣菜 平日 11:30~ (土日・祝日休み)		天然酵母 大人気 隔週水曜11時 自然食ホロのパンと焼き菓子	シェフ 橋本 10/3(金) らるごはんのお弁当&惣菜	12月まで お休み 改修工事のため	土曜12時 十勝風土火水天然酵母パン	
旬野菜・スポット品 月 ★麻生惣菜(月1火曜連続) 火~木・金 ★らるごはん 金 動物性不使用 ★Vege-ラボ結 Vege弁当(月1~3回・月1回木曜連続)	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	2週に一度になります 合成添加物不使用！ 静岡「いちろうこ」 小ちくわ 5本 529円 小判揚げ 5本 529円 ごぼう巻天 5本 594円 いわしはんぺん 5枚 583円	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●新生姜 由仁/有機農産物 ●ヤーコン・ピーズ 北海道/有機農産物 ●りんご 余市/特裁・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●新生姜 由仁/有機農産物 ●ヤーコン・ピーズ 北海道/有機農産物 ●りんご 余市/特裁・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●新生姜 由仁/有機農産物 ●ヤーコン・ピーズ 北海道/有機農産物 ●りんご 余市/特裁・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●新生姜 由仁/有機農産物 ●ヤーコン・ピーズ 北海道/有機農産物 ●りんご 余市/特裁・化肥不使用
6	7	8	9	10	11	12
お楽しみ シェフ 嶋貴 月曜日は 麻生惣菜のお弁当&惣菜	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用
13	14	15	16	17	18	19
お楽しみ 13日(月) 祝日 お弁当は お休みです	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用
20	21	22	23	24	25	26
お楽しみ 月~金 らる畑のお弁当&惣菜	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用
27	28	29	30	31	1	2
お楽しみ シェフ 橋本 火~木 らるごはんのお弁当&惣菜	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用	旬野菜・スポット品 北海道産！ ●ブロッコリー・白菜 生落花生・わさび菜・水菜 リーフレタス 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット・オーロラ) 仁木/防除10回・化肥不使用

■カレンダーの内容は入荷の予定や価格が変動する場合がございますので何卒ご了承ください。

■週のスポット品は基本的に月曜日からの入荷になります。 ■お気軽にご予約・お問い合わせ下さい。 Tel 011-614-2406