

日本のお米で世界を笑顔にしよう♪

英会話ゴハンマニユアル 

～農家の生徒様への感謝と敬意を込めて～



セインです😊

日本全国にいる農家の生徒様から、
お米を送って頂けることがとても多く🌈👨👩👧👦

農家の生徒様と大好きなお米への
日ごろの感謝と敬意を込めて✨😊

『日本が誇るお米で、
英会話を楽しく学べるプレゼント』を
作成致しました🌈🎁

お米にまつわる英語や
他にも英会話で役立つ内容を
まとめさせていただきましたよ♪



お米の紹介部分にある
右のマークを押すと
音声を聞くことができますよ😊

画像を押すと
映像も
ご覧いただくことができます♪

日本のお米で世界も笑顔に♪
🌈 Let's Smile English 🌈



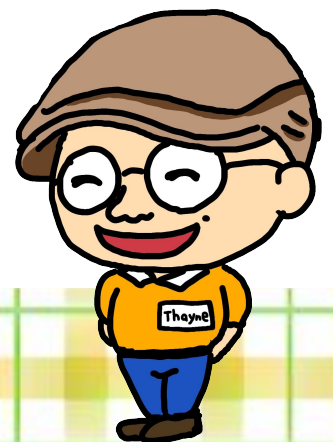
日本のお米を 英語で紹介しよう♪

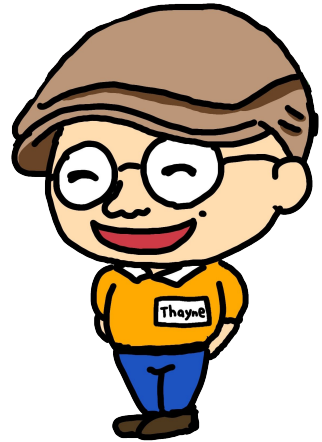
全国の農家の生徒様が
おいしいお米と一緒に
お米のおいしい食べ方やご紹介を
おくらせていただきました 🌈👨👩👧

感謝と敬意を込めて ✨😊
送って頂いたメッセージを
英語にさせて頂きましたよ 😊

ぜひお米のおいしい食べ方や
農家の方のお話を知りながら♪ 🌾
英会話も楽しく

身に付けていただければと思います 😊🍚





北海道の吉田さんが
育てた『ななつぼし』を
送っていただきました🌾😊

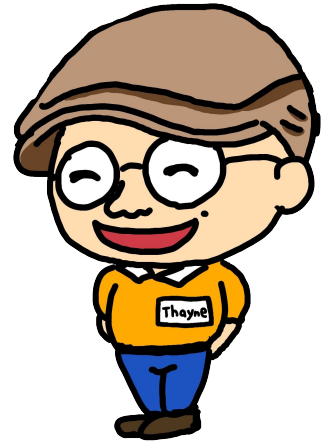
教えて頂いたカレーと一緒に食べてみたら
カレーのうまみでご飯がさらに美味しくなりました😁

今度は北海道の焼き魚と一緒に
食べてみようと思います♪

吉田さんおいしいななつぼしを
ありがとうございました✨😊



ななつぼしについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



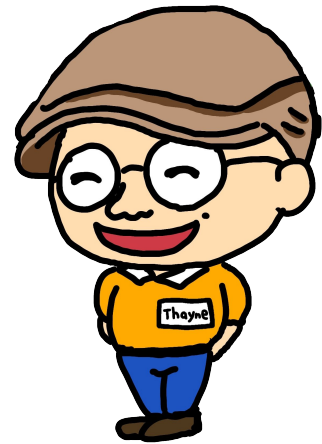
ななつぼし 🍚

**“Nanatsuboshi” ranks first among
the rice varieties produced in
Hokkaido.**

**It’s mildly sweet and not too
sticky.**

「ななつぼし」は北海道米の中で
最も生産量が多い品種です。
あっさりした甘さがあり、
粘りも控えめなのが特徴ですよ。





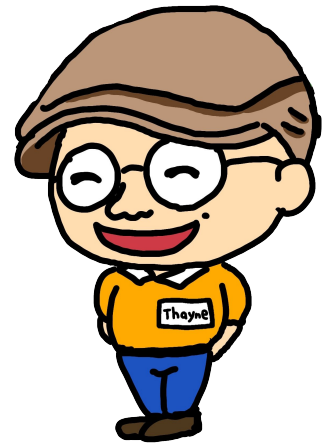
ななつぼし 

**It's known for the well-balanced
taste and texture.**

It goes well with anything.

味と食感のバランスがいいので、
何にでも合うご飯が炊けます。





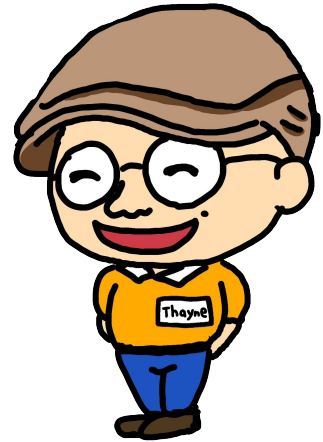
ななつぼし 

**It doesn't get too soft, so it's
recommendable for stir-fried rice
or curry. It gets even more delicious
with other ingredients!**

食感も柔らかくなりすぎないので、
チャーハンやカレーなどにもぴったりです。

他の具材のうまみで
さらに美味しくなりますよ。





こちらは秋田の阿部さんが
育てた『あきたこまち』を
送っていただきました ✨🌾

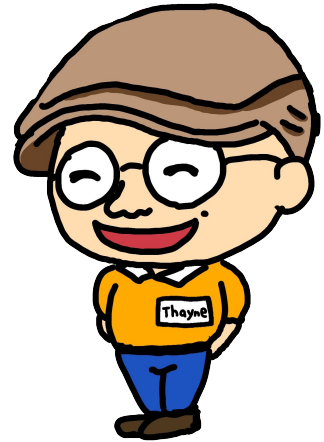
甘くてもちもちしていて
食感もしっかりあって
ご飯だけでも食べ応え抜群でしたよ 😊

食べた瞬間にお味噌汁が思い浮かぶような
和食にぴったりのお米でした♪ 😊

阿部さんおいしいあきたこまちを
ありがとうございました ✨😊



あきたこまちについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

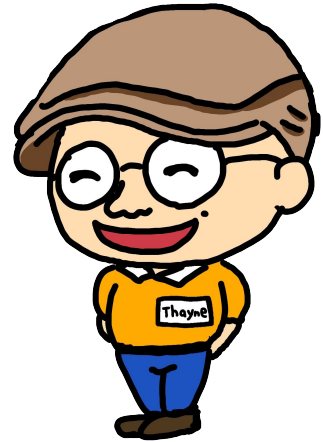


あきたこまち

**Let me tell you about
"Akitakomachi" from Akita.**

あきたこまちは秋田のお米です。





あきたこまち

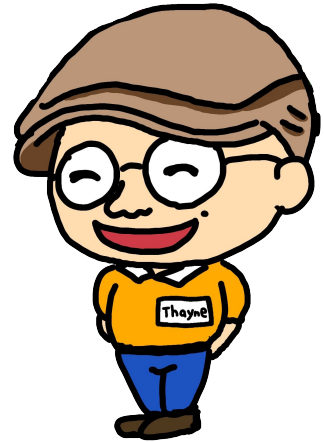
**It was developed from
"Koshihikari", so there are a few
things in common; the sweetness,
and nice and sticky texture.**

コシヒカリを改良したもので、
甘味と粘り気の強さは
コシヒカリと共通しています。





あきたこまちについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



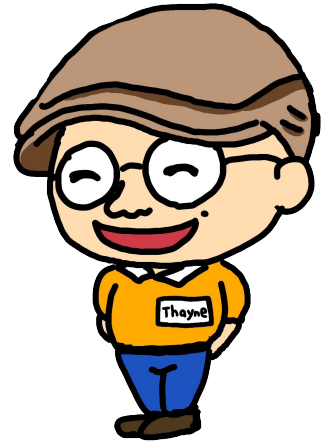
あきたこまち

**It's perfect for Japanese cuisine.
The important thing is, add extra
water and leave it for a while
before cooking. If you like it soft,
this is highly recommended!**

和食によく合いますよ。
おいしく炊くポイントは水を多めに入れて、炊く前
にしばらく置いておいてくださいね。

柔らかめが好きな人は
特にこのお米がおすすすめですよ。





新潟の小林さんが
育てた『魚沼産コシヒカリ』を
送っていただきました ✨🌾

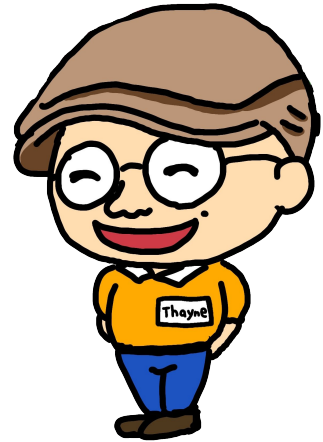
小林さんに教えて頂いたように
しっかり噛んで味わっていたら💡
噛めば噛むほど甘くなっていきました ✨

日本のコシヒカリは昔から食べてきた
懐かしい味もしますね😊

小林さんおいしい魚沼産コシヒカリを
ありがとうございました ✨😊



魚沼産コシヒカリについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

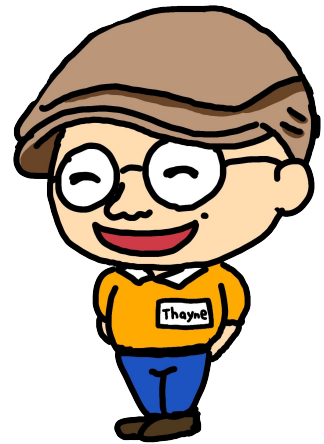


魚沼産コシヒカリ 🍚

**The most significant characteristic
of “Koshihikari” produced in
Uonuma is its sweetness.**

「魚沼産コシヒカリ」は
甘みが強いお米です。





魚沼産コシヒカリ

**If you're a fan of sticky rice,
this is it.**

そして他のお米に比べても
粘りが強いのが特徴です。



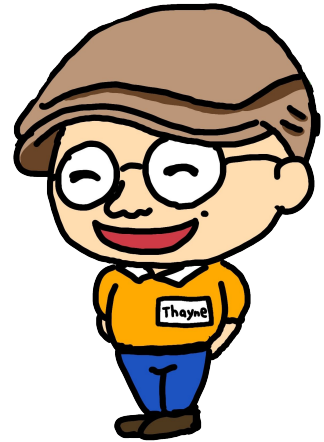


魚沼産コシヒカリ

Uonuma-Koshihikari is stickier than any other rice varieties because of the soil or weather of Uonuma.

魚沼産のコシヒカリは
魚沼の土壌や気候のおかげで、
特に粘りが強い品種ですよ。



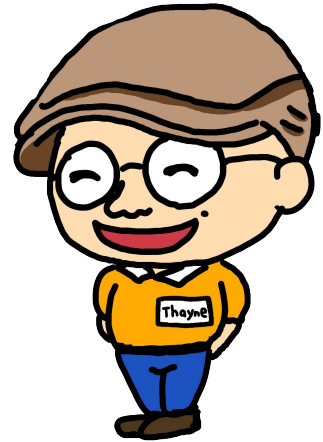


魚沼産コシヒカリ

The conditions like plenty of water thanks to snowmelt and the big difference in temperature of summer are perfect for the production of Koshihikari.

**豊富な雪解け水や、
夏場の寒暖差がコシヒカリにとっては
最高の条件だからなのです。**



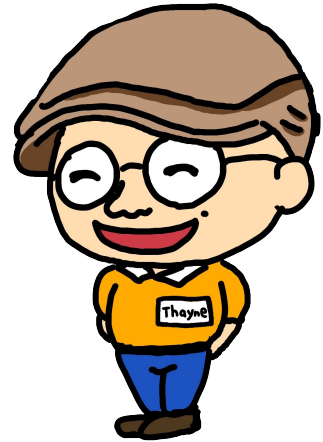


魚沼産コシヒカリ

**First, please enjoy the sweetness
of this rice itself.**

まずはご飯だけで
甘味を味わって頂きたいです。





島根の山本さんが
育てた『きぬむすめ』を
送っていただきました ✨🌾

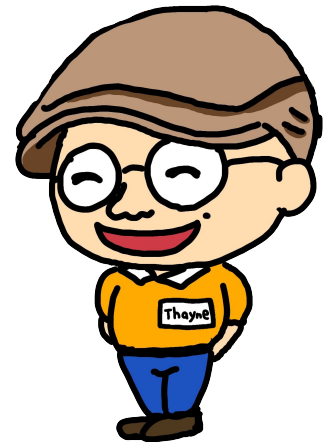
炊飯器をあけた瞬間につやつやしたごはん
と甘いにおりが出迎えてくれました♪ 😊

炊きあがりの香りも幸せな気持ちになる ✨
やわらかくておいしいご飯です 😊🍚

山本さんおいしいきぬむすめを
ありがとうございました ✨😊



きぬむすめについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

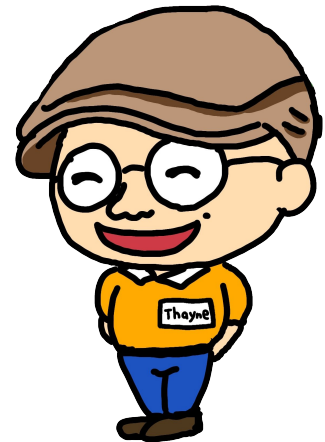


きぬむすめ

**As you can see in its name, this rice
is white and shiny like silk.**

きぬむすめは名前の通り、
絹のように
白くツヤツヤとしているのが
特徴のお米です。



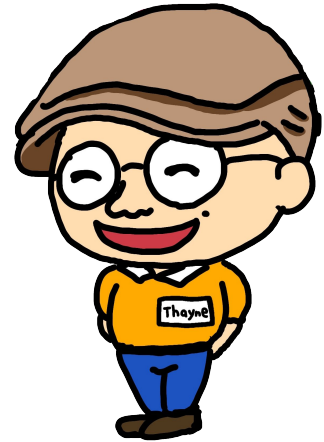



きぬむすめ

**The smell of the cooked rice will
make you really happy.
It gets quite sticky and soft.**

炊き上がりの香りをかぐと、
とても幸せな気持ちになりますよ。
粘りが強く、柔らかめの食感です。



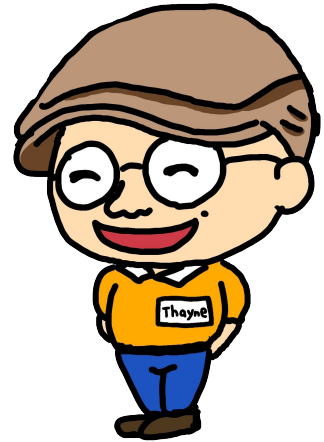


きぬむすめ 

It has all the good things about rice; the beautiful white color of the grains, lodging resistance, good taste and strength to survive the global-warming or hot weather in summer.

「きぬむすめ」は、粒が白く美しく
また耐倒伏性があるだけでなく、味が良く
地球温暖化や夏の暑さに耐えられる
強い品種です。





熊本の松本さんが
育てた『ヒノヒカリ』を
送っていただきました🌾😊

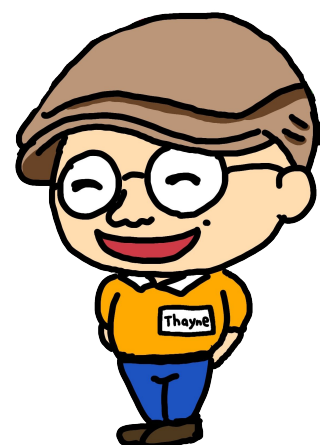
やわらかくてほんのり甘みがあるご飯のおともには
松本さんおすすめの息子のトモも大好きな
中津からあげを食べましたよ✨🍙

ごはんのおかわりが止まりませんね😊

松本さんおいしいヒノヒカリを
ありがとうございました✨😊



ヒノヒカリについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



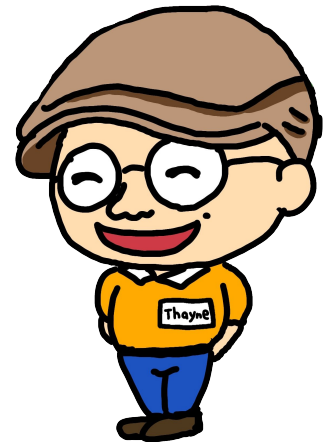
ヒノヒカリ

**The grains of this rice are thick
and rounded.**

**The taste, stickiness and smell
are nicely balanced.**

ヒノヒカリは粒に厚みと
丸みのあるお米です。
味・粘り・香りともに
バランスがとれたお米ですよ。





ヒノヒカリ

**Hinohikari doesn't get too moist
so it goes very well with dishes
with sauce.**

ヒノヒカリは
やわらかくなりすぎないので、
ソースのかかったおかずとも
とてもよく合います。





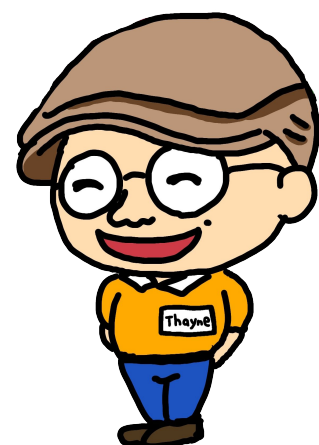
ヒノヒカリ 

Its taste is not too strong, so if you cook local specialties of Kyushu, for example, you should try this rice.

米自体の味も濃くないので、
例えば九州のおかずと相性抜群です。

オムライスやチャーハン、
丼ものなどによく合いますよ。





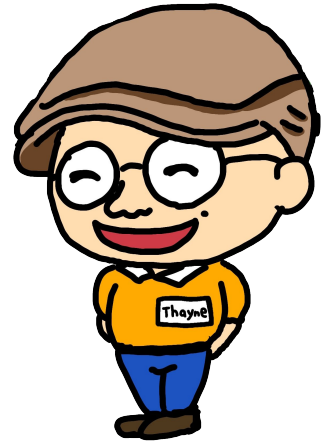
ヒノヒカリ 

It's perfect for omelette stuffed with rice or rice bowls, too.

It still has the sweetness of Koshihikari, which means you can also enjoy it as plain rice.

もちろん、コシヒカリの甘みもあります。
ぜひご飯だけでも、そして色んなおかずとも食べてみて頂きたいです。





北海道の佐々木さんが
育てた『ゆめぴりか』を
送っていただきました 🌾 😊

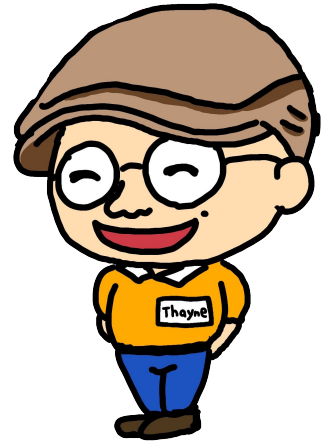
佐々木さんに教えて頂いたように
炊いてみたら 💡
もちもちした食感がまるでお持ちのようで ✨ 🍚

ごはんだけでも満足感があり、
おなか一杯おかわりをしてしまいました♪ 😊

松本さんおいしいヒノヒカリを
ありがとうございました ✨ 😊



ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

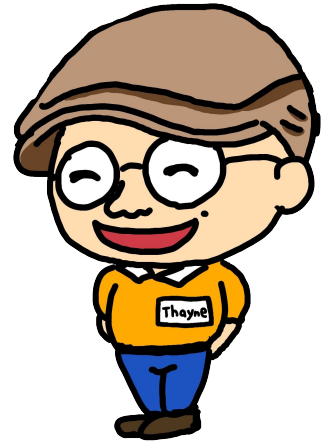
**Yumepirika was developed from
the thought of making the
highest quality rice that
Hokkaido can be proud of.**

ゆめぴりかは
「北海道が誇れる最高級のお米を作ろう」
との思いから開発されたお米です





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

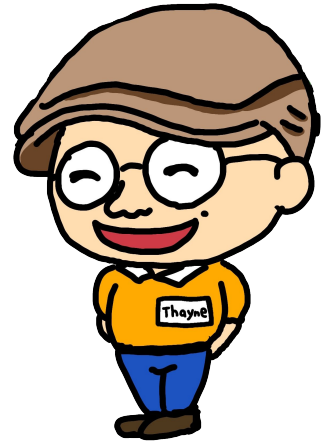
**It is rice that looks like rice cake
that you can enjoy a firm
texture.**

しっかりした食感を楽しませてる
お餅のようなお米です





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

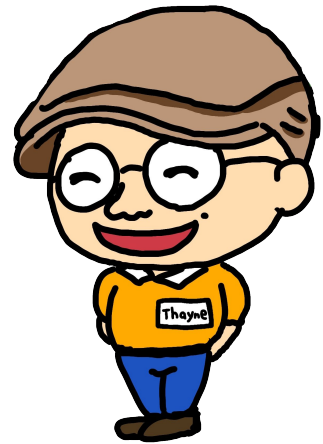
**It is characterized by its sweet
aroma and strong stickiness, as
well as its softness and texture.**

甘い香りと強い粘りが特徴的で、
柔らかさと同時に
食感も感じられるのが特徴です





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

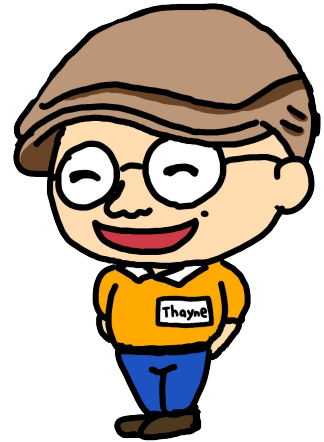
The rice "Nanatsuboshi", which is also famous in Hokkaido, is characterized by its subtle fragrance and stickiness,

同じ北海道で有名なお米の「ななつぼし」は控えめな香りと粘りが特徴で、





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

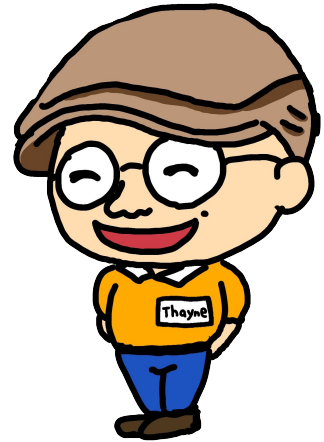
and Yumepirika has the opposite characteristics.

ゆめぴりかとは逆の特徴を持っています





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

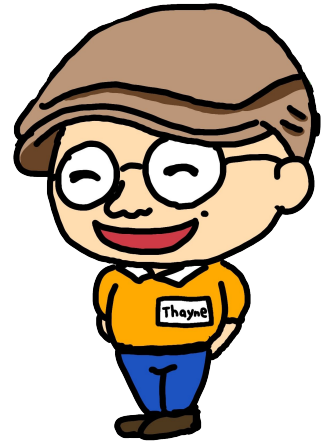
**Yumepirika goes well with rich
meat dishes.**

「ゆめぴりか」の方は
味の濃い肉料理と相性がいいです





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

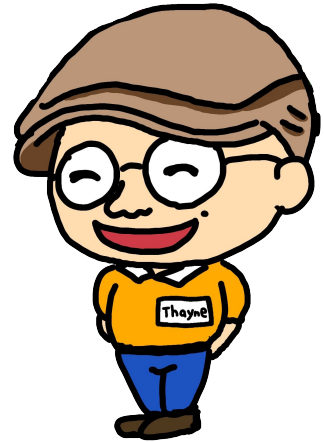
**The shiny and beautiful
appearance is also popular.**

つややかで美しい見た目も人気です。





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

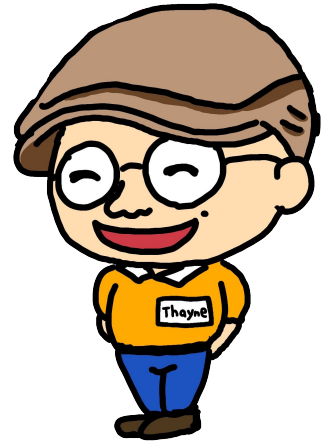
**It has a strong sweetness and
tastes good even when it's cold,
so it's also good for bento.**

また甘みが強く、冷めてもおいしいので
お弁当にも向いていますよ





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ゆめぴりか 

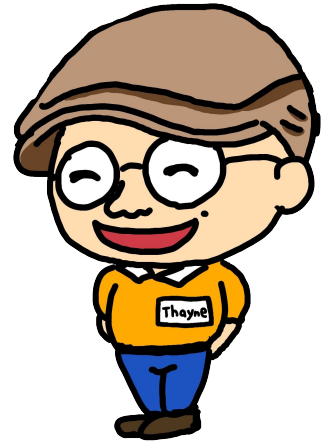
**To cook it more deliciously,
reduce the amount of water by 1
tablespoon and soak it in water
for 1 hour in summer and 1 ~ 2
hours in winter.**

より美味しく炊いていただくには、
大さじ1杯分水を減らしていただき、
夏は1時間、冬は1~2時間水に浸してから
たいてみてくださいね





ゆめぴりかについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

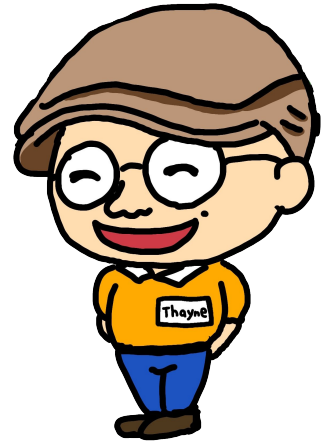


ゆめぴりか 

**It will be even more delicious if
you steam it for 10 to 15
minutes after it finishes
cooking.**

たきあがったら10~15分蒸らすと
さらにおいしく召し上がって頂けますよ





岩手の菅原さんが
育てた『ひとめぼれ』を
送っていただきました 🌾 😊

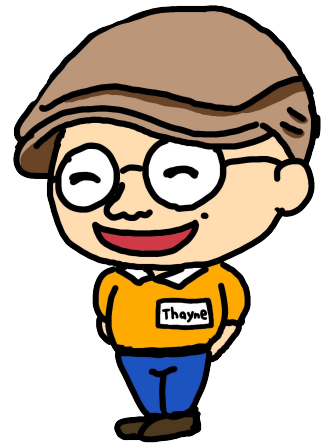
炊きあがりが一粒一粒お米が立っていて ✨
まさに見て『ひとめぼれ』、
食べて『ひとめぼれ』でした 🍚 😊


今度は水を少なくして炊いて
チャーハンで食べてみたいです♪ 😊

菅原さんおいしいひとめぼれを
ありがとうございました ✨ 😊



ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

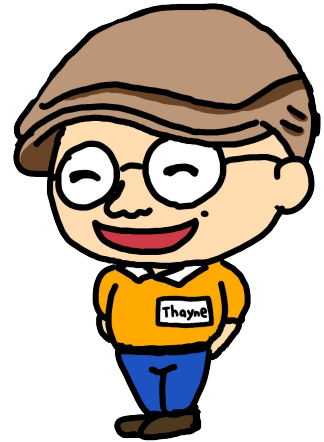
"Hitomebore" was named to be loved by many people for its beauty and deliciousness.

「見て美しさに『ひとめぼれ』、
食べて美味しさに『ひとめぼれ』し、
たくさんの人に愛されてほしい」
と命名された名前のように、





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

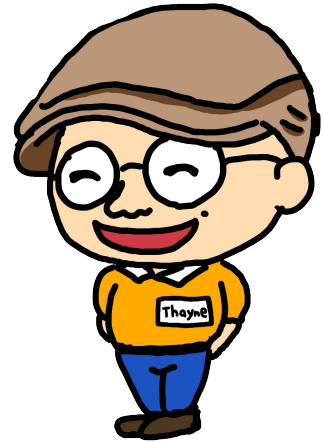
It is well-balanced and easy to eat.

バランスがとれていて
食べやすいお米です





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

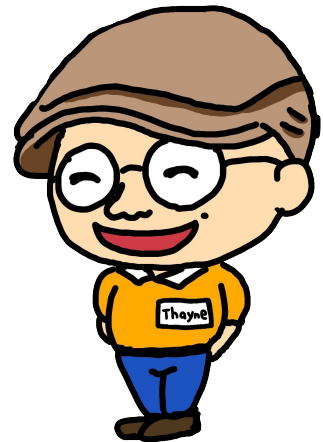
**As the name of the rice
suggests, each grain is so
beautiful that you will fall in
love with it.**


お米の名前の通り一粒一粒が光って
惚れ惚れするほどの美しさがありますよ





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

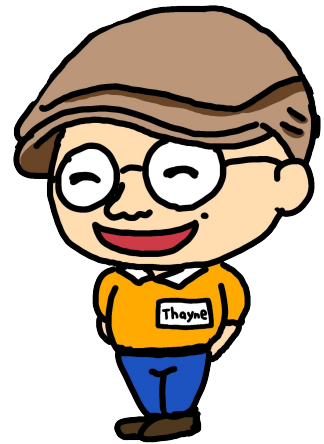
**When it is cooked, it has a soft
and sweet aroma and the grains
are fluffy and shiny.**


炊き上がりも、柔らかく甘い香りで
粒はふっくらとして
ピカピカ輝いています





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

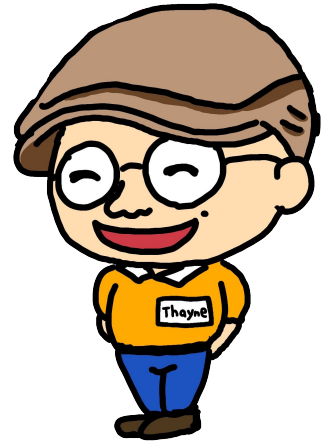
**Hitomebore has a well-balanced
and mild taste, so it goes well
with various dishes.**

ひとめぼれはバランスがとれた
やさしい味わいなので、
いろいろな料理に合います





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

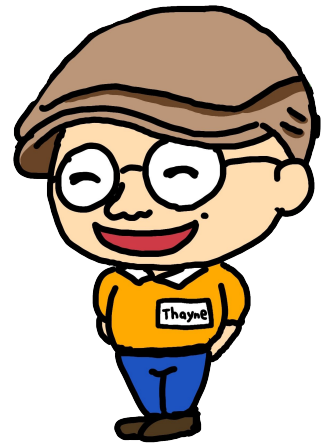
**This rice and simple flavored
dishes will be a good paring,**


シンプルな味付けの料理にも
合いますし、





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

especially standard Japanese dishes such as grilled fish and sashimi. It's also perfect for Japanese mixed rice.


焼き魚や刺身などの
和食の定番メニューや
炊き込みご飯との相性も抜群です





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

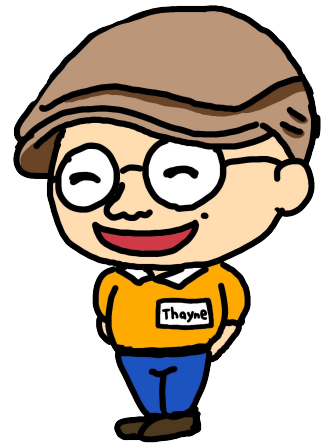
**If you cook it hard with less
water, you can make nice fried
rice or curry.**


水分を少なくして硬めに炊けば、
チャーハンやカレーなどにして
美味しくいただけます





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



ひとめぼれ 

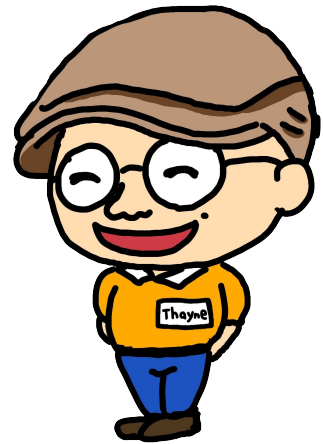
**And the chewy texture and
strong flavor are the best with
meat dishes.**


**もちもちした食感と濃い風味は
肉料理のパートナーとして最高です**





ひとめぼれについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

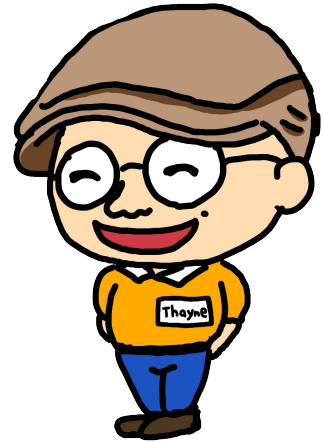


ひとめぼれ 

**I would like you to try it with
various side dishes and see the
good combination.**

ぜひ色々なおかずと
召し上がっていただき、
相性の良さを食べて感じて頂きたいです





滋賀の西村さんが
育てた『みずかがみ』を
送ってくださいました 🌾 😊

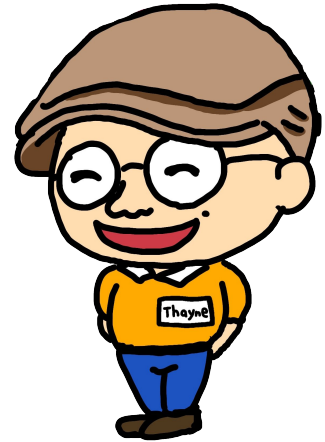
西村さんに教えて頂いたように
たけのこの炊き込みご飯で
お米を食べましたよ ✨ 🍚


ごはんのまろやかな甘みと
素材のうまさがたまりませんね♪ 😊

西村さんおいしいみずかがみを
ありがとうございました ✨ 😊



みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ 

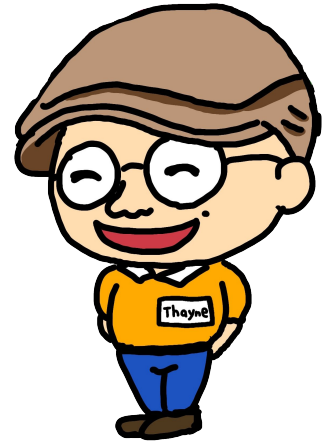
**Mizukagami gets white and
lustrous after cooking.**


みずかがみは、炊きあがりが高く、
光沢があるお米です





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ 

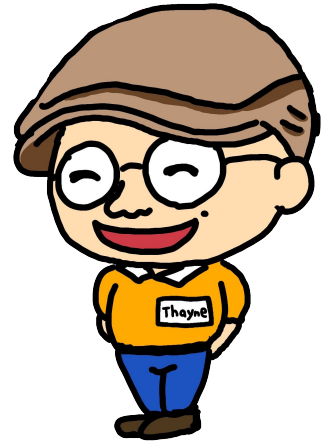
**It has just the right amount of
stickiness and has a mild
sweetness when you bite it.**


ほどよい粘りで、
噛みしめるとまるやかな
甘みがありますよ





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ 

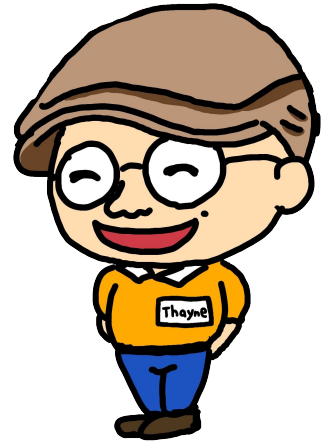
**Since this rice is light and
chewy,**

あっさりともっちりが
かけ合わさったお米なので、





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ

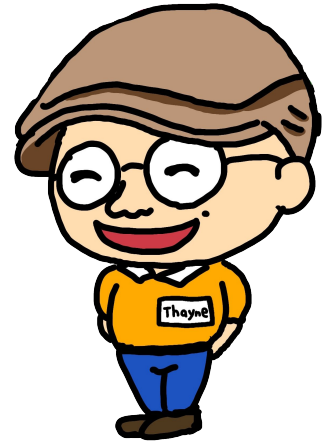
**it is recommended not only for
rice balls but also for
takikomi-gohan with seasonal
ingredients.**


おにぎりはもちろん、
季節の味覚を使った
炊き込みご飯での食べ方もおすすめです





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ 

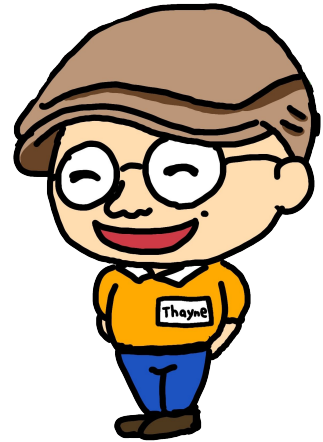
**It brings out the deliciousness
of various ingredients.**

様々な食材のおいしさも
引き立たせてくれますよ





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ

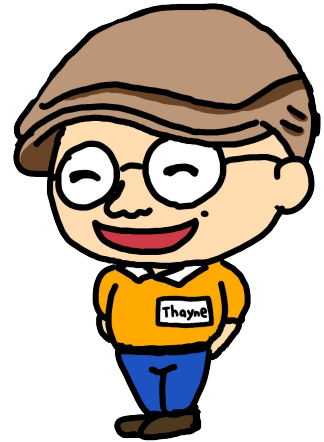
In addition, Mizukagami is grown with consideration given to the rich natural environment of Shiga Prefecture, including Lake Biwa.

また、みずかがみはびわ湖をはじめとする
滋賀県の豊かな自然環境に
配慮して栽培されています





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ

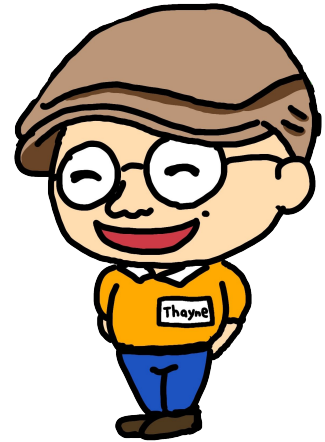
You can enjoy this rice without worrying, it is grown with carefully selected agricultural chemicals and chemical fertilizers.


農薬や化学肥料なども
配慮した安心安全のお米ですよ





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ 

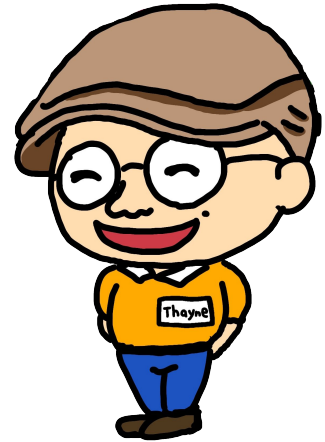
**It's delicious even when it's cold,
perfect for bentos and rice
balls,**


冷めてもおいしく、
お弁当やおにぎりにも最適で、





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



みずかがみ 

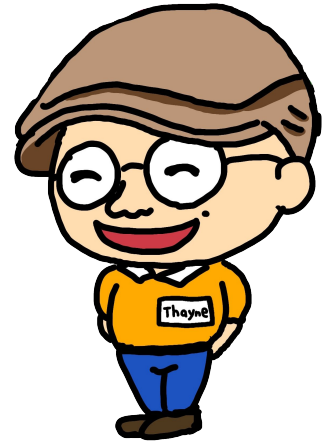
**and highly recommended for
growing children!**


育ちざかりの子どもたちに、
お腹いっぱい食べてほしい！





みずかがみについて
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

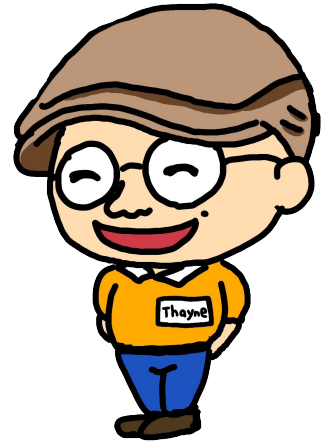


みずかがみ 

**Mizukagami is full of such
thoughts.**

「みずかがみ」には、
そんな思いがつまっています





青森の工藤さんが
育てた『青天の霹靂』を
送っていただきました 🌾 😊

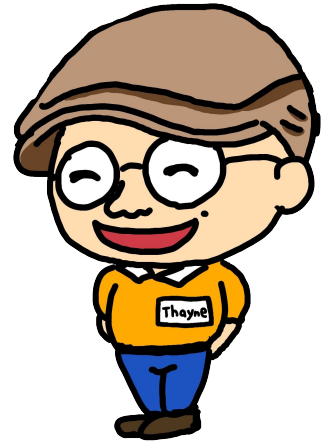
おすすめ頂いたように鮭を焼いて
おにぎりで食べたらごはんの食べ応えと鮭の旨味で
最高の鮭おにぎりを味わえました ✨ 🍙

次はサンマがおいしい時期に
一緒に食べたいと思います♪ 😊

工藤さんおいしい青天の霹靂を
ありがとうございました ✨ 😊



青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

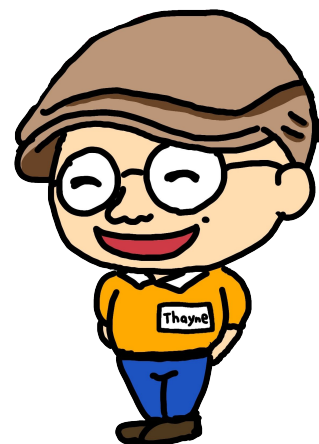
**"Seiten no hekireki" from
Aomori is characterized by the
balanced stickiness, sharpness
and elegant sweetness.**

粘りとキレのバランス、上品な甘みが
特徴なのが青森で生まれた
「青天の霹靂」です





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

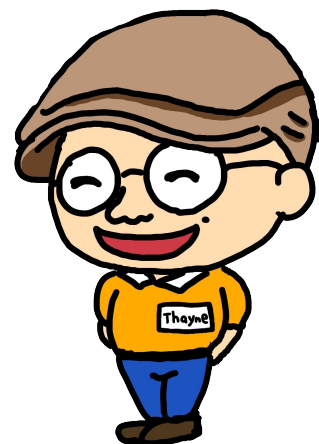
**It is a firm rice with moderate
gloss and soft whiteness. The
grains are slightly large.**

ほどよいツヤとやわらかな白さがあり
しっかりしたお米で、
粒はやや大きめです





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

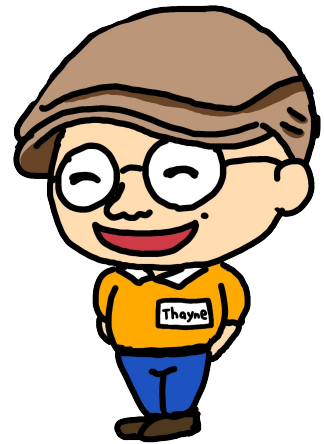
**The rice grains are so hard that
they won't be crushed even after
a while since it was cooked.**

炊き上がりからしばらく時間が経っても、
お米の粒がつぶれないくらいの
固さも備えています





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

**It's filling but not too heavy, and
it's so delicious that you'll want
to have more.**

食べごたえがあるのに重すぎない、
思わずおかわりしたくなるような
美味しさがあります





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

**There's no doubt that this rice
was born in Aomori, where they
have a lot of good food.**

食材豊かな青森で誕生したお米らしく、





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

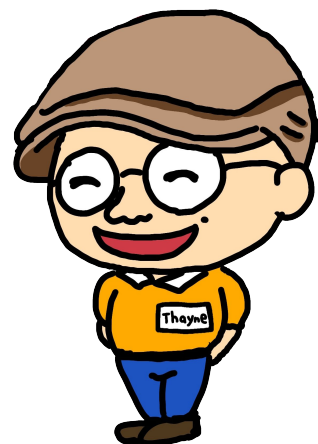
**It goes well with any side dishes,
such as seafood, mountain food,
and anything we can grow in the
fields.**

海のもの、山のもの、里のもの、
どんなおかずとも相性がいいです





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

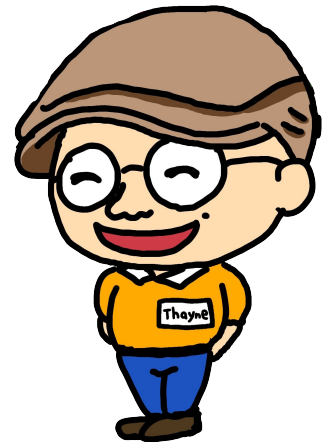
**In particular, it goes well with
grilled fish such as salmon and
saury.**

**特に鮭やサンマなどの
焼き魚との相性は抜群です**





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

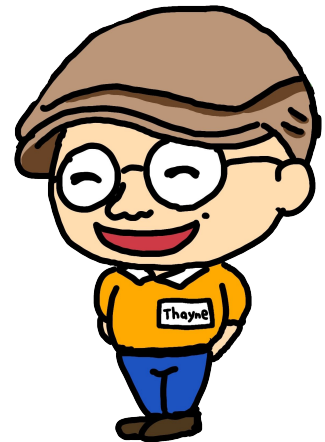
**The balance of rich fish fat and
light sweetness of rice is good,
so you can eat as much as you
want.**

コクのある魚の脂身と、すっきりした
甘さのお米のバランスがよく、
何杯でも食べられてしまいます





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



青天の霹靂

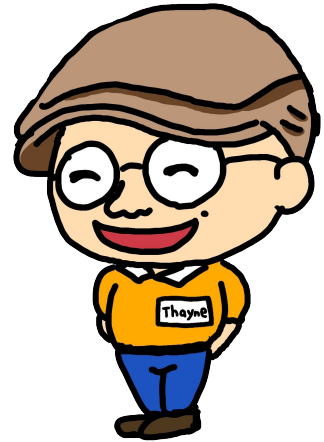
**By serving it with dishes using
seasonal ingredients such as
mountain vegetables and
seafood,**

山の幸や海の幸など、
旬の食材を使う
おかずに合わせることで





青天の霹靂について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪

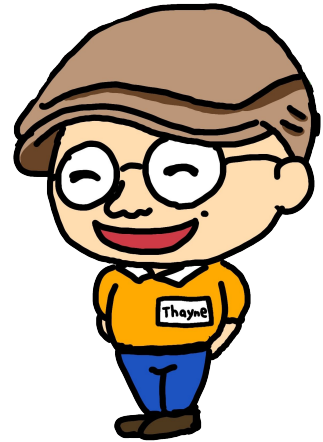


青天の霹靂

**you can make your daily dining
table more enjoyable.**

毎日の食卓をより
楽しくさせてくれますよ





山形の渡部さんが
育てた『つや姫』を
送っていただきました 🌾 🙏

渡部さんに教えて頂いたように💡
ご飯そのものだけでも甘くて旨味があり
みそ汁とたくあんのしょっぱさで
さらにご飯がおいしくなりました ✨ 🍚

今度は渡部さんおすすめの山形の
納豆汁と一緒に食べてみますね♪ 😊

渡部さんおしいつや姫を
ありがとうございました ✨ 🙏



つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

**"Tsuyahime" is a rice that is
attractive for its sweetness and
stickiness.**

**「つや姫」は、甘みや粘り気が
魅力のお米です**





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



Tsuyahime has distinct grain size, white shine, taste, aroma, and stickiness.

The rice itself is a feast.

際立つ「粒の大きさ」、「白い輝き」、「旨さ」、
「香り」、「粘り」は、
まさにごはんそのものがご馳走のお米です





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

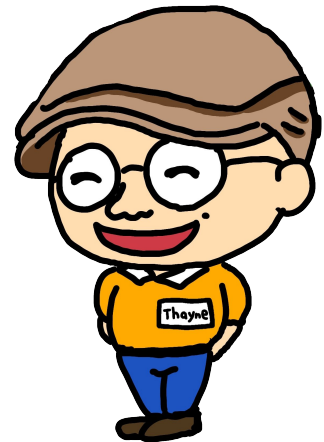
**The sweetness and umami taste
are even better than
Koshihikari.**

甘みや旨味はコシヒカリを上回る
評価も受けているほどです





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

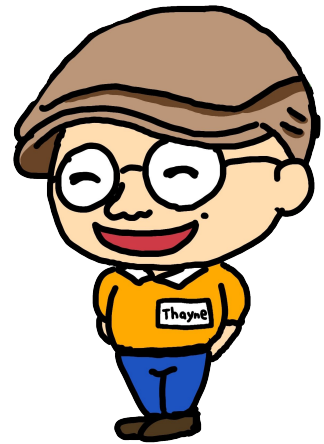
**It goes well with dishes that
make use of the deliciousness of
the rice itself.**

お米自体のおいしさを活かせる
料理との相性がいいですよ





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

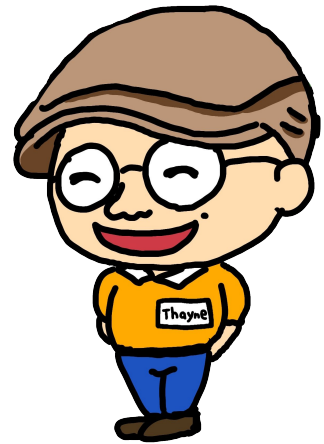
**It is recommended to simply
enjoy it with miso soup or
pickles**

シンプルに味噌汁や漬物などで
楽しむ方が、





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

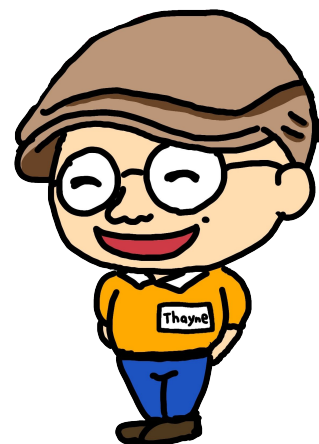
**rather than the type of dishes
that directly season rice such as
fried rice, takikomi-gohan,
paella, etc.**

チャーハンや炊き込みご飯、
パエリアなど、お米に直接味付けする
タイプの料理よりもおすすめです！





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

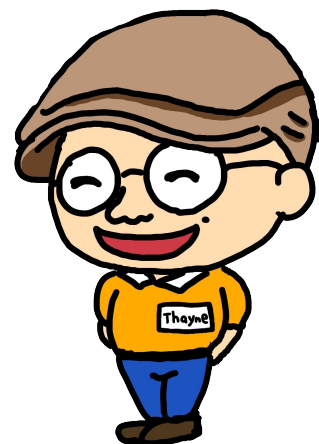
**If you use less water than the
standard amount for cooking and
then soak the rice in it for about
30 minutes,**

炊く時の水は基準より、
気持ち少なめにしてその後、
お米を30分程度浸しておくと、





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

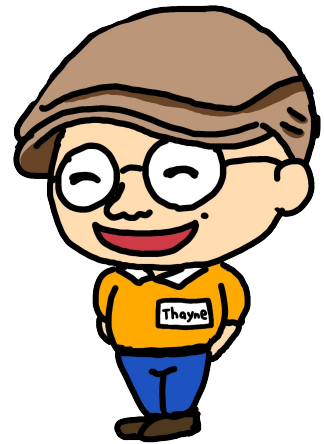
**it will absorb the moisture and
make it fluffy.**

水分を吸い取って
ふっくらと仕上がります





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

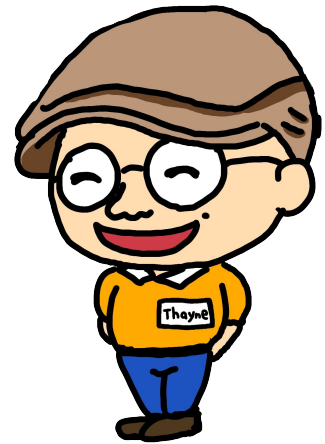
**If you let it steam for 10
minutes after cooking, the rice
will be fluffy.**

炊き終わった後は、
10分蒸らしておくことで、
お米がふっくらと仕上がりますよ





つや姫について
送ってくれたご紹介を
英語にしてみましたよ♪



つや姫 

**First of all, I would like you to
taste the rice itself.**

ぜひまずはご飯そのものを
味わっていただきたいです



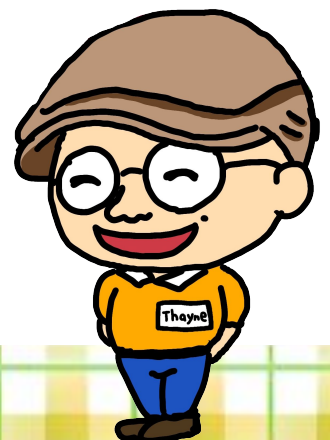
【お米作りをして体感したこと】



世界に誇る日本のお米の作り方を
英語でご紹介させていただきました✨

自分自身で田植えをして、
体感したことは、

お米作りというのは、
本当に大変な作業です💧

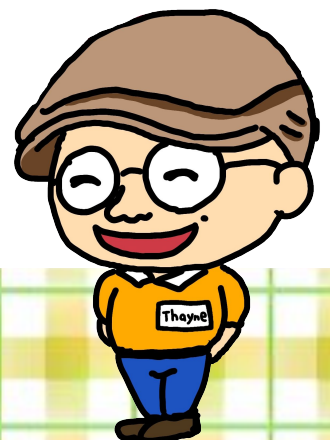


【お米作りをして体感したこと】



わずか半日でも、
全身筋肉痛で、
夕方には寝てしまいました 😊

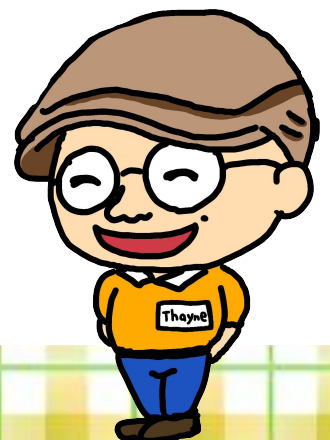
これを農家の方は、
毎日休みなく作業をしてくれています！！



【お米作りをして体感したこと】



しかも台風や大雨の影響で、
不作の年ももちろんあり、
報われないことの方が多いそうです 😞

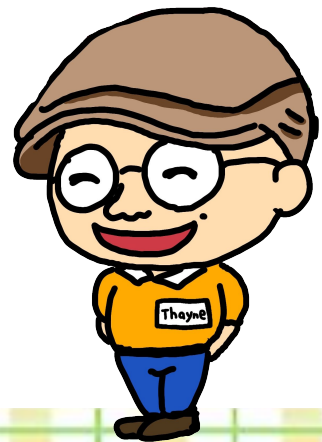


【お米作りをして体感したこと】



でもどんなに辛くても、
作ったお米を美味しいと言ってくれ、
笑顔で食べてくれる方々の
様子や写真を見ると✨✨

全ての苦勞が報われて、
さらに美味しいお米を作ろうと、
チカラを頂くそうです 🌈👨👩👧👦



【お米作りをして体感したこと】



私たちにできることは、
作ってくださった農家の方に、

日々感謝をしながら笑顔で、
大切にご飯を頂くことですよね ✨

私も一粒一粒を大切に、
農家の方の汗と涙の結晶を
感謝して頂いていきたい
と思います 🙏🍚

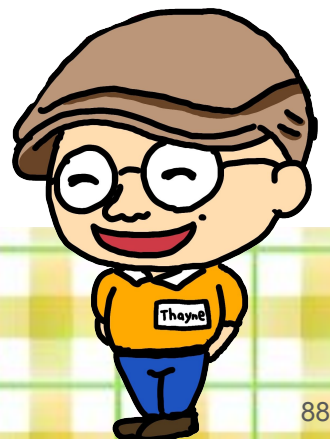


【お米作りをして体感したこと】



お米農家の皆様 ✨
またお米以外の食べ物を生産してくださる
農家の皆様 ✨

そして漁師や畜産の皆様 ✨
本当に、本当に、
私たちに安全で美味しい食べ物を生産して頂き、
誠にありがとうございます 🌈 😊



日本のお米で 世界の子ども達を救おう

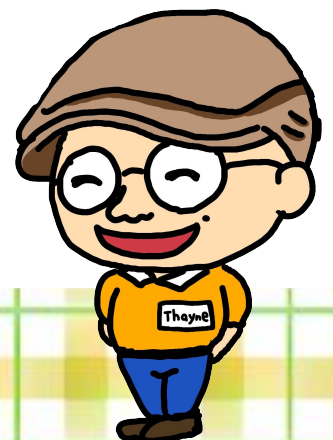
最後にぜひ全員に導入して欲しい
アプリがあるのでご紹介します😊

世界食糧計画(WFP)が提供している
フリーライスのサイトとアプリです🌍

英語のクイズで英会話が上達しながら
1問正解するたびにお米5粒を
世界食糧計画(WFP)に
寄付することができる支援アプリです✨



私を含め、
人ひとりのチカラは微力です💡

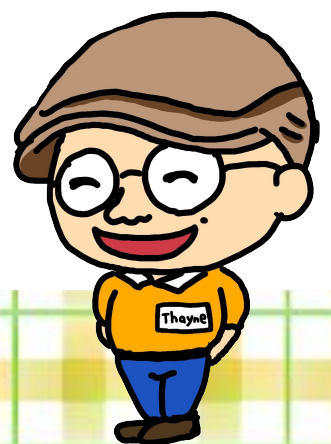


日本のお米で 世界の子ども達を救おう

でも一人ひとりの小さな行動が、
小さな波になって、
それが積み重なり集団になると
大きな幸せの波になります 🌈👨👩👧

すでにフリーライスアプリは、
世界で5億人以上の方が活用している
素晴らしいものですが ✨

ぜひ私たちもその一員になり、
笑顔でお米を届けていきましょう 😊



freericeのアプリはこちらからも
ダウンロードいただけます♪😊

それぞれのボタンから、freericeのアプリを
ダウンロードする画面に飛ぶことができます♪

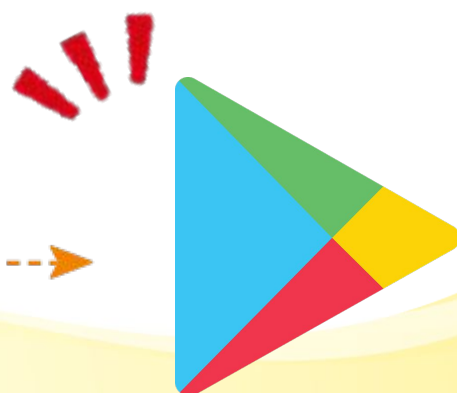
お持ちのスマホに

適したボタンを押してくださいね(^^)

iPhoneの方はこちらをクリック



Androidの方はこちらをクリック



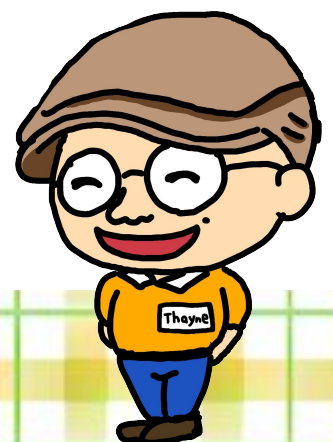
日本のお米で 世界の子ども達を救おう

今コロナウイルスの影響で、
世界中が大変な状況で、
苦しい毎日を過ごしている方も多いですが💧

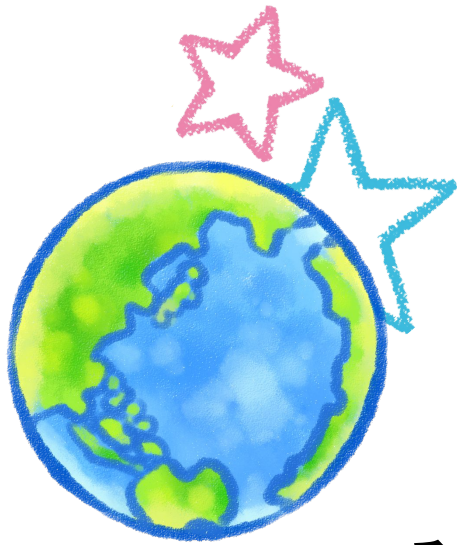
『やまない雨はない🌈☔』

ですね✨

そして現実の社会も、
あのイツアスモールワールドの
世界に近づけたら最高ですね😊



日本のお米で 世界の子ども達を救おう

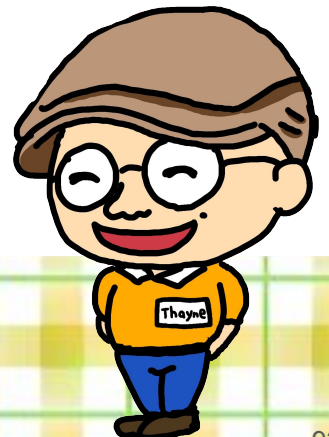


世界中どこだって
笑いあり涙あり

みんなそれぞれ助け合う
小さな世界〜♪

その為の一つのツールとして、
英会話があると
私は思っていますよ 🌈 😊

農家の方への感謝と熱意の
マニュアルを作っていましたら、
私もお米への想いと情熱に影響を頂き
熱く語ってしまいました 😊💧



日本のお米で 世界の子ども達を救おう

暑苦しくなってしまうないように、
ぜひエアコンが効いた部屋で
このマニュアルを見て頂ければと思います💧

それでは辛いときも、
悲しいときも、
学習をサボりたいときも(笑)
日本の美味しいお米を食べれば🍚

みんな笑顔で元気いっぱい✨
🌈Let's Smile English🌈



そしてさらに、
みそ汁と鮭があったら、
笑顔と元気100倍になりますね😁笑

