

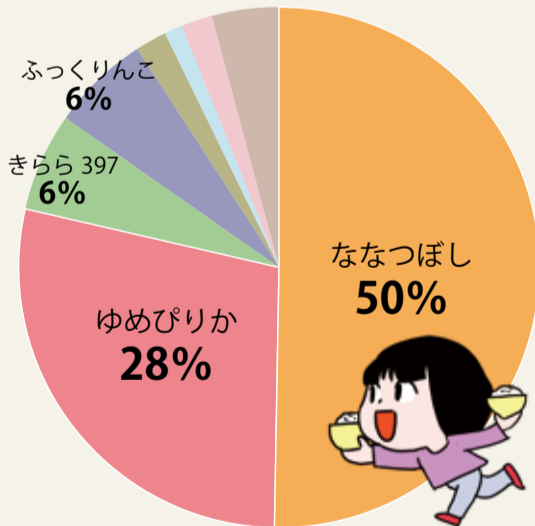
冷えてもいいね!北海道米



『レジスタントスターチ』は『難消化性でんぷん』と言われていて、消化されずに大腸まで届き、腸内をキレイにする食物繊維のような働きがあるのだ!おにぎりや、お寿司などで冷めたごはんをおいしく食べて、ダイエットに役立てよう!

さまざまなお米を作付けしてるのだ!

北海道産うるち米
品種別作付比率 (2023年)



※作付面積はホクレン出荷契約面積

北海道米にはたくさんのお米の品種があるけど、最も多く作られているのが「ななつぼし」。北海道米の作付面積の約半数が「ななつぼし」で、北海道内で最も食べられているお米だよ。次に多いのが、北海道米の最高峰「ゆめぴりか」。作るのが難しいお米だけど、生産者さんの匠の技と情熱がおいしい「ゆめぴりか」を届けているんだよ。

日本が誇る米どころ北海道

全国トップクラスの収穫量なんだ!



北海道米の収穫量は、全国トップクラス。多種多様な品種開発や栽培技術の進歩が、日本の米どころ・北海道を支えているんだ!

マイちゃんのお米しんぶん



号外

水稻収穫量上位県(うるち米・もち米) ※農林水産省調べ

単位: t

年産	2016年産	2017年産	2018年産	2019年産	2020年産	2021年産	2022年産
1	新潟県 678,600	新潟県 611,700	新潟県 627,600	新潟県 646,100	新潟県 666,800	新潟県 620,000	新潟県 631,000
2	北海道 578,600	北海道 581,800	北海道 514,800	北海道 588,100	北海道 594,400	北海道 573,700	北海道 553,200
3	秋田県 515,400	秋田県 498,800	秋田県 491,100	秋田県 526,800	秋田県 527,400	秋田県 501,200	秋田県 456,500
4	山形県 395,200	山形県 385,700	山形県 374,100	山形県 404,400	山形県 402,400	山形県 393,800	山形県 365,300
5	宮城県 369,000	茨城県 357,500	宮城県 371,400	宮城県 376,900	宮城県 377,000	宮城県 353,400	宮城県 326,500

食味ランキング

産地	品種名	ランク
北海道(全道)	ゆめぴりか	特A 13年連続獲得 (2010年~2022年産米) ※2010年産米は参考品種
北海道(全道)	ななつぼし	特A 13年連続獲得 (2010年~2022年産米)
北海道(全道)	ふっくりんこ	特A 4年連続 通算7回獲得 (2019年~2022年産米) ※2014年~2016年産米も特A獲得

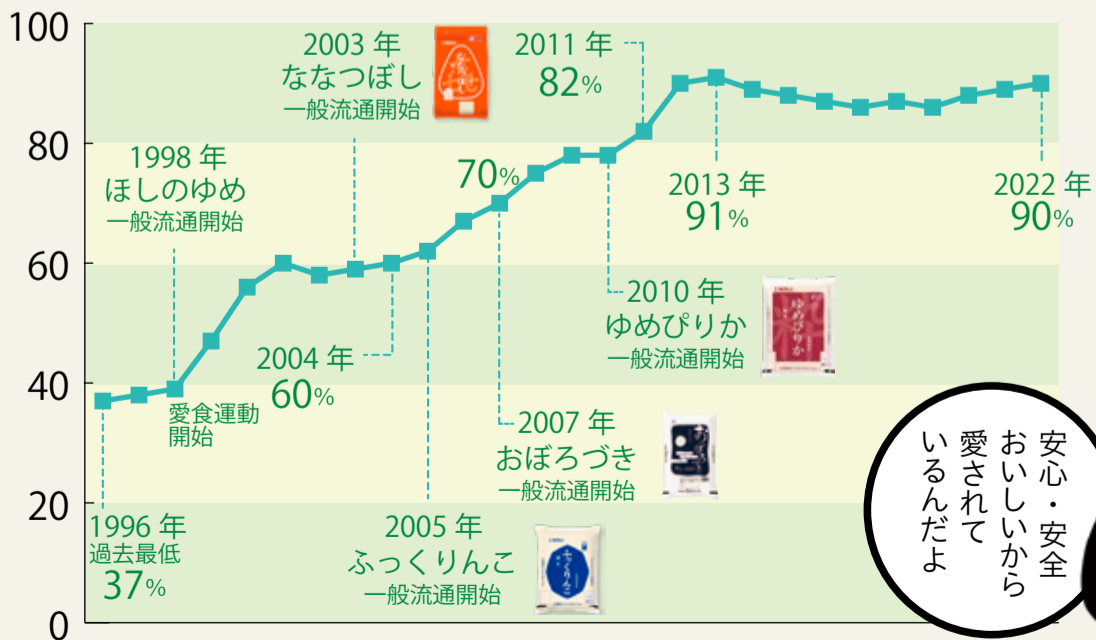
※一般財団法人 日本穀物検定協会実施

複数の品種が最高位の「特Aランク」を安定して獲得しているんだよ!

おいしいさだっ
トツピククラス!

地元から愛される北海道米

北海道米の道内食率



道内の米消費量に占める北海道米の割合のことを「道内食率」というんだ。2012年産米からは85%を超えて、最近では90%前後になっているよ!

安心・安全
おいしいから
愛されて
いるんだよ

※北海道農政部調べ