

元・気・に・な・る・情・報・誌
よみて

月刊

Yomi

NARA + YAMASHIRO + IGA

yomiっこ
クーポン付
41店



グルメやショップ、
温泉クーポンで
得々!!

10

Vol. 298
OCTOBER 2026



スマホでQRコードを
読み込んでね!

地域密着奈良情報 /
yomi WEB

蕎麦と鮎



秋を彩る

コスモス



プロが教える
イキイキ「美顔」メソッド

Contents

01. 奈良もん 三男米
+言葉あそび575
02. 蕎麦と鮎
04. プロが教える
イキイキ「美顔」メソッド
07. 街ネタ
08. 秋を彩るコスモス
09. SHOP*SHOP
10. 2026年の旅
秀長家臣・重晴から連なる一族
“桑山氏”ゆかりの葛城地域をめぐる
12. メディカル最前線! 西の京病院
[PETがん検診]
13. フリートーク
+ちさとの星占い
14. BOZE数珠つなぎ
長谷寺 / 奥野 善之師
16. かわいいな
+編集長のメッセージ
17. プレゼント+漢字パズル
18. クーポン
20. かわいいわんにゃん
21. 編集後記

PON! と生みだすアイデアで お米の可能性を広げる一家の挑戦



三男米 (さんおとこまい)

植田 和彦さん、早苗さん

ひのき いぶき なみき
暉之希さん・衣武希さん・那臣希さん



本年7月、シンガポールで開催された「にっぽんの宝物世界大会2025」(Singapore)にて玄米のポン菓子を加えたライススクラッカー「Rice Coins (ライスコインズ)」が準グランプリを受賞した。

同商品を手掛けたのは2025年に一軒の兼業農家から誕生したブランド「三男米」。お米の新たな可能性を広げる家族の挑戦について、代表の植田早苗さんに話を伺った。

三男米は大和郡山市の約3分の土地で栽培される県産ヒノヒカリの家族ブランド。米の消費量、米作りの担い手が減る現在、「さまざまな形でお米をもっと多くの人に楽しんでもらおう」と、米を使った加工品の製造・販売も行い、新しい米の食べ方を提案する。

米の生産は夫の和彦さんが、加工・販売を早苗さんが担当し、3人の息子は料理人、アクション俳優、農業高校生と異なる立場から活動を後押ししている。

農業高校に通う三男・那臣希さんの「将来、米農家を継ぎたい」という言葉をきっかけにその土台を作ったあげようと早苗さんが起業。ブランド名には、「三人の息子に何らかの形で関わってほしい」という願いを込めた。そして大和郡山市商工会が開催する創業スクールに通う中で出合ったのが「にっぽんの宝物」大会だった。

奈良大会では天日干し米を出品したが結果はふるわず。しかし、辞退者が出たことで全国大会への出場機会が巡って



きた。同じことをしても適わない、そう考えた早苗さんが目を付けたのが米作り同様、担い手が減っていた「ポン菓子」だった。

三男米をポン菓子にするアイデアは見事「記憶に残る体験部門」のグランプリを受賞。その後も、人前に出るのが好きなアクション俳優の次男がポン菓子職人のMCとなり、4月から道の駅や各地のイベントで実演を続けている。

世界大会には、長男が料理人としてのアイデアや技を駆使しながら酒のアテやデザートに合うようにとポン菓子を改良し、前述の結果をもたらした。

「はじめは私のやりたいことに息子たちを巻き込んでいたような形だったが、いつしか3人がそれぞれの知恵を出し合って本気で挑むようになっていて、とてもうれしかった」と早苗さん。

ブランドの立ち上げから約1年。ここまでを振り返り、「小規模で歴史も浅い、兼業農家でもここまでできるんだ」というところを見せたいという意地があった。三男米の活動を通じて息子たちのような次世代の若者が米農家だけでなく食べて



● 左から、次男 衣武希さん 長男 暉之希さん 三男 那臣希さん

ポン菓子実演
依頼募集中♪



三男米公式サイト

プレゼントP17参照

言葉あそび

10月・神無月

575

特選
歩ければ
シミやシワなど
もういいわ

【116p】
関野 悦子さん

【選評】
紫外線はシミやシワの元で美容には大敵。日傘や日焼け止めでブロックするのがおすすめですが、涼しくなるのとよつと面倒に。キッパリと「もういいわ」宣言の悦子さんにうなずく人も多いのでは。

入選

スーパード
ぐるぐる涼み
菓子ひとつ

横綱 【201p】
天理市
章男さん

世界遺産
今日か明日かと
待ち望み

十両 【41p】
奈良市
匠さん

スクワット
掛け声だけで
はや立てぬ

幕下 【20p】
奈良市
嘉和さん

熊が言う
俺の縄ばり
入るなよ

三段目 【14p】
天理市
P.N.手風琴さん

佳作

免許返納
ペダルを漕いで
青切符

横綱 【179p】
奈良市
重雄さん

つい言った
知らん人にも
暑いねと

小結 【84p】
五條市
美雪さん

宿題に
家族総出の
最終週

十両 【59p】
大和郡山市
香織さん

赤チンも
シツカロールも
遠い夏

幕下 【39p】
葛城市
美佳子さん

猛暑日の
空の水撒き
希望する

幕下 【26p】
橿原市
進さん

【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を

作品集

5・7・5という形であればOK。お一人様何句でも。掲載された方には記念品を差し上げます。【ポイント】特選 5p 入選 2p 佳作 1p
応募の中から、特選1作、入選4作、佳作として5作の計10作を選出し、それぞれにポイントが加算されます。ポイントを貯めて番付を上げ、目指せ、ユーモア川柳界の「横綱」！
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を

【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を
【応募先】 〒630-8253 奈良市内侍原町12-2 yomiこ編集部「言葉あそび5・7・5」係 必ずYC名を

続きは電子書籍で見てね



Rakuten ブックス