

糸島通信

【いとしま つうしん】

NO. 39

2021

SEPTEMBER

糸



Photo/Seiji Watanabe  
撮影場所/芥屋

特集 健やかに育て上げた良血統の黒毛和牛

糸島牛

糸島牛の  
レシピ付き



糸島ピープル  
宮田ちひろさん

伊都菜彩のイチオン  
「糸島牛」  
「糸島豚」

糸 健やかに育て上げた良血統の黒毛和牛

# 糸島牛



JA糸島肥育牛部会と  
JA糸島和牛(繁殖牛)部会の生産者が  
愛情たっぷりに育て上げた糸島牛。  
ストレスのない自然環境のもと、  
健やかに肥育され、  
年間600頭ほどが出荷されています。

Illustrated by Yoko Harusaki  
http://www.harusaki-suisai.com

## 「糸島牛」の達人



豊かな自然環境の中、広がる牧草地と牛舎。



▲JA糸島和牛(繁殖牛)部会の木村牧場・木村誠一さん。



▲生後3日目の子牛と母牛。



▲屋外の運動場で、のびのび過ごす牛たち。

## 糸島生まれ・糸島育ちの黒毛和牛を全国へアピール。

畜産が盛んな糸島で、「博多和牛」の名のもと、出荷されている糸島牛。黒毛和牛ブランドをはじめ、糸島ブランドとしても全国的に定着し、年々その品質を高めています。

今回は、繁殖と肥育の現場を訪ね、子牛から出荷されるまでの肥育の流れや全国和牛能力共進会を目指した取り組みなどについて紹介します。お話を伺ったのは、JA糸島肥育牛部会・部会長の中原英機さんと、JA糸島和牛(繁殖牛)部会・部会員の木村誠一さんです。

子牛の買付けは九州の産地からが主でしたが、現在は糸島の繁殖農家の努力により、糸島生まれ・糸島育ちの和牛も増えてきました。繁殖農家である木村さんが経営する(株)木村牧場では、親牛と子牛、約130頭が肥育されています。

「和牛繁殖に一番大事なことは母牛の体調管理です。母牛に毎日質の良いエサ(牧草)を食べてもらい健康な状態であれば毎年1頭元気な子牛を産んでくれます。元気に産まれた子牛は病気にもなりにくく、だんだん

大きくなるにつれて牛同士で競い合い遅くなっていくんです。子牛は毎日1kg体重が増え、出荷間際になると1日にたくさんのエサを食べるんですよ。エサやりは大変になりますが、もりもり食べてくれるとうれしくなります。ストレスがあまりかからない環境でのびのび育てた子牛は、良い肉牛になるので肥育農家からも喜ばれます」

8~9ヵ月育てた子牛は、競りで買い手へと渡っていきますが、480頭いる中原さんの牛舎にも、木村さんの育てた牛が元気に肥育されています。

「何より大事なのは、毎日の観察。ホルスタインの場合は具合が悪いと、耳を倒したりしてすぐ知らせるけど、和牛は隠すみたい。餌やりをして、すぐ寄ってこなかったら、おかしいなって。そういう場合は体温を測って、なるべく早く見つけた方が治りも早いです」と、中原さんは1頭1頭に目を配ります。

飼料には、稲発酵飼料のWCSや「福岡県でうちだけ」という、安心安全の糸島米を使ったSGSを与えているのが特長。和牛は約20ヵ月育てられ、出荷準備が整います。

糸 印の旬レシピ

## 糸島牛を使ったお手軽レシピ

レシピ/濱地佳世子

### 牛肉しゃぶしゃぶと ベビーリーフの和風サラダ

【作り方】

- ① 鍋にたっぷりの水を入れて火にかけ、鍋底全体に小さな気泡が出てきたら牛肉を一度に入れ、菜箸でほぐしながら火を通し、ざるに上げて湯を切る。
- ② ベビーリーフはサッと洗う。パプリカは種とワタを取り、縦に細いせん切りにして、ベビーリーフと合わせる。
- ③ ★を合わせてドレッシングを作る。
- ④ 器に①と②を盛りつけ、細切りの青じそを散らし、③をかける。



【材料(4人分)】調理時間20分

- 牛しゃぶしゃぶ用肉…300g ●ベビーリーフ…80g ●赤・黄パプリカ…各1/2個 ●青じそ…5枚
- ★しょうゆ…大さじ3 ★酢…大さじ1・1/2 ★わさび…小さじ2 ★オリーブ油…大さじ2 ★砂糖…小さじ1/2

POINT

お肉を硬くせず、おいしくいただくために、以下の2点にご注意ください。  
\*グラグラの熱湯でゆでないこと \*ゆでたお肉を冷水にとらないこと



### 牛肉と焼き豆腐の プルコギ風

【作り方】

- ① 牛肉は食べやすい大きさに手でちぎる。焼き豆腐は一口大に切る。しめじは石突を取り、小房に分ける。玉ねぎは繊維に沿って薄切りにする。ニラは3cm長さに切る。
- ② ボウルに牛肉を入れ、★を順に加え手で混ぜ合わせる。しめじと玉ねぎを加えて全体を混ぜ合わせ5分ほどおく。
- ③ フライパンに②を入れて焼く。肉の色が変わったら焼き豆腐も加え、最後にニラを加えひと炒めする。

【材料(4人分)】調理時間20分

- 牛薄切り肉…300g ●焼き豆腐…1丁 ●しめじ…100g ●玉ねぎ…1/2個 ●ニラ…1把
- ★しょうゆ・酒…各大さじ2 ★白ねぎ(みじん切り)…1/2本分 ★にんにく・しょうが…各1かけ(すりおろす)
- ★粉唐辛子…小さじ1/2 ★コチュジャン…小さじ2 ★ごま油…大さじ1

POINT

\*牛肉とタレをしっかり手で混ぜ合わせる

レシピのページあり

作り方のPOINTは  
JA糸島ホームページで!  
<https://www.ja-itoshima.or.jp>  
※裏表紙にQRコード有り。



▲JA糸島肥育牛部会・部会長の中原英機さん。飼料と敷料に使える竹チップサイレージの開発も試験中です。



▲「第44回九州管内系統和牛枝肉共進会」で銅賞を受賞した時の様子。「選ばれただけで名誉なこと」と中原さん。



▲出荷間近の牛は体重約900kg。



▲乳酸発酵させた竹チップサイレージ。

## 和牛のオリンピック「全国和牛能力共進会」を目指して。

昨年は「第44回九州管内系統和牛枝肉共進会」で見事、銅賞を受賞した中原さん。部会では、来年、鹿児島で開催される「全国和牛能力共進会」で成果を収めることを目指します。福岡県からの選出は2頭という狭き門。いわば、5年に1回の和牛のオリンピックです。

「種牛の改良が進み、昔と違ってA5等級の和牛が増え、共進会でも競争ですが、共進会用に特別な飼育をしているというわけじゃありません。月給の基準などがあるので、出品するタイミングでいい状態の牛を選びます」と、普段の肥育をしっかりと行うことが、結果につながっていくといいます。

木村さんも雌の種牛部門への出品を目指します。「今回福岡県としてはこの部門への参加は初めてになるんですが、雌牛らしさ、体型、立ち姿などの評価を競います。あと、ロープ1本で牛をコントロールして歩かせたり

審査中じつと静態させなければいけないので、調教も必要になります。こちら2頭しか参加できないため狭き門ですが、うちで産まれた雌牛を出品させ勝ちたいですね」と意気込んでいます。どちらも共進会まで毎月の飼育管理が必要とされ、体重測定、血液検査、エコーで枝肉の状態チェックなどが行われます。

こまめな日々の観察がものを言う黒毛和牛の世界。「糸島では、繁殖と肥育で生産者同士、顔がわかっているので、同じ環境でストレスなく育てられる、成長の途中経過を見に行ったりして、連携が取れます。だから、よか牛が育つ」と中原さん。「健康的で伸びがありフレームのある子牛を作って、肥育農家へバトンタッチするのが役目。元気にのびのび育った子牛は、肥育されお肉になっても間違いなくおいしいです」と木村さんも頷きながら、互いに糸島牛の発展に努めます。

「糸島通信」読者プレゼント

糸 「糸島牛サーロインステーキ」(約200g×3枚) 5名様

【応募方法】

お名前・年齢・ご住所・お電話番号・糸島通信No.39のご感想と「応援メッセージ」をお書きの上、ハガキまたはFAX・E-mailにてご応募ください。Instagramからは、フォローしていただきメッセージ機能より応募ください。

【締切】2021年11月5日(金)

【宛先】JA糸島 総合企画課

ハガキ：〒819-1193福岡県糸島市前原東2-7-1  
FAX：092-323-6137  
E-mail：present@ja-itoshima.or.jp

※お寄せいただいた個人情報は、当プレゼントご当選の方へのご連絡のみに使用し、厳重に管理保管の上、使用後は速やかに破棄いたします。  
※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



※写真はイメージです

糸島牛と合わせたレシピは中面に!



家庭菜園を始めてみませんか? 本コーナーでは、初心者でも手軽に始められる野菜を紹介していきます。今回は、最近スーパーなどでよく見かけるようになったベビーリーフの育て方をご紹介します。

ベビーリーフとは、発芽して30日ぐらいまでに早採りで収穫できる野菜やハーブの早採りをしたもののこと。収穫したものは、サッと洗ってそのまま使えるので、サラダや料理のトッピングなどに重宝されています。さまざまな彩りや食感・風味を感じさせてくれます。成長途中の若い葉を摘むので、栄養価が高いといわれており、生食60gで1日分の野菜摂取量とほぼ同じ栄養を摂取することができますといわれています。



※今回は、『葉っぱミックス』と『レタスマックス』を使います

**1** 種まき用土をプランターに入れます。

**4** できれば防虫ネットを準備。

**2** 水分を十分に含ませます。

**5** 4~7日で発芽します。

**3** 10cm間隔でまきます。

**6** 10cmを目安に収穫します。

<準備するもの>

- ・プランター
- ・種まき用土
- ・葉っぱミックス
- ・レタスマックス

【種まき】

種まきのコツとしては、先にプランターや土に十分な水分を含ませた上で、バラまきか、10cm間隔で条間まきしてください。種をまいたら、乾いた土を上から覆土としてかけます。特にレタス系は酸性の土壌を嫌うので必ず石灰類をほどこしましょう。種は向光性なので、覆土を軽めに行かないと全く芽が出ないこともあるので要注意。約30日で収穫できます。害虫がつく可能性もあるので、できれば、防虫ネットや不織布を使ってトンネル状にして防虫対策をするのがおすすめです。

【発芽・収穫】

種は早く4~7日で発芽します。発芽したら水を切らさないように注意してください。そうすれば、徐々に大きくなっていきます。2週間に1度程度液体肥料を与え、背丈が10cmぐらいに成長したらカットして召し上がってください。採れたてのベビーリーフは、市販のよりも色も味も濃くおいしく感じられます。年間を通して、12~2月の真冬以外は露地でも栽培できるので、身近な野菜として育ててみてはいかがでしょうか?

日常で出会う、糸島の風景を描いて。



宮田ちひろさん

画家。福岡市出身。糸島市在住。東京の短大を卒業後、23歳の時に糸島にUターン。福祉の仕事に就いた後、2014年、印象派画家に影響を受け、糸島の風景をテーマに、独学で絵を始める。

宮田さんのサイト



Itoshima印象派展2021

新作も含め、30点を展示販売。  
開催期間:10月22日(金)~11月2日(火)  
場所:古材の森(旧西原邸)  
住所:糸島市前原中央3-18-15  
電話:092-321-4717  
休日:水・木定休 P有り

▲何十もの色を重ねた「麦秋の可也山」。「心を動かされた風景だから、自然と筆が進みます」。

糸島の風景といえば、どんな場所が思い浮かびますか? 麦秋の可也山、ゆらりんこ橋の春の景色、夏の朝焼け、海岸の夕景...心惹かれる糸島の風景をアクリル絵の具で描いているのが、地元の画家、宮田ちひろさんです。

中学生の頃、可也山の麓に引っ越し。短大時代から数年、東京で暮らし、帰ってきた後は、ずっと糸島。障害のある妹さんを支えたいと、福祉の仕事に就きました。利用者の方を車で送り迎えする際、都会にはない、のどかな風景に魅せられていったといいます。「同じ場所でも季節ごとに違った発見があって、見飽きないんです。景色を眺めながら、みんなで歌をうたったりして、自然は心を開放する感じました」。

2014年、福岡市博物館で催された「光の賛歌印象派展」を繰り返し、6回観に行ったという宮田さん。光と色彩の魔術師といわれる印象派の画家たちが描く海岸や田畑の風景が、糸島の景色と重なりました。

「小さい頃から絵を描くことは好きだったので、自然に描き始めたのがきっかけです」と、「描きたい風景」に出合う度に、絵に没頭していきました。

初めての出展は同年、伊都郷土美術館にて。「10日間に約800人の方々が市内外から来てくださって。不思議なのが、観に来られた方々が初対面なのに、「この絵はあそこから見た風景ですよ」と盛上がるんです」と微笑みます。観光スポットでなく、日常の風景に、見る人それぞれの心の原風景がある。それが愛おしくうれしくて、筆

を持つ原動力になっているそうです。年に一度の個展は、開催場所となる「古材の森」のディレクターで糸島の地理や歴史に詳しい有田和樹さんにより「Itoshima印象派展」と名付けられました。10月には4回目になる展示会を開催予定。「福祉の世界にいたからこそ見えてきた、自然や人のぬくもりや優しさが糸島にはあって、これからも表現し続けていけたら」と作品に思いを込めます。

**1** 二丈福井の菜の花と桜の風景。

**2** 雲間の可也山

**3** 毎年楽しみにしているファンがいるカレンダーなども販売。「2022カレンダー」1980円、「一筆箋」495円。

**4** 展示会が予定されている「古材の森」。約100年の町屋建築と優しい食事、喫茶、ギャラリートレントが楽しめます。

JA糸島 Agri

糸島市志摩小富士14-34  
TEL:092-327-2740

営業時間:夏期:8:30~19:00  
冬期:8:30~18:00  
定休日:年始のみ

営農総合センターの東側に隣接する「Agri」では、家庭菜園に最適な苗、肥料などを始め、農業生産に必要なあらゆる農業資材が揃っています。家庭菜園好きには、たまらない穴場スポットです。店内には、産直コーナーや生活用品、食品コーナーも設置しています。

## 『糸島牛』『糸島豚』は伊都菜彩とAコープで!

今号でご紹介した『糸島牛』、また『糸島豚』は伊都菜彩とAコープでお買い求めいただけます。自然に恵まれた糸島の大地で、のびのびと育った糸島牛と糸島豚。愛情とこだわりを持って育て上げた、生産者自慢のお肉が店頭に並びます。レストランなどでも人気の糸島産黒毛和牛、糸島産豚肉は、県内共進会において、常に上位入賞を果たしています。糸島の畜産農家が愛情をたくさん込めた糸島ブランドの新鮮なお肉。ぜひ、ご自宅でお楽しみください。



▲伊都菜彩ではさまざまな部位が量り売りでお買い求めいただけます。

◀Aコープにはユニークなフレーズと一緒に農畜産物の紹介が。ご来店の際にぜひ見てください。おもしろいですよ。

ITOSHIMA PIZZA RECORD  
糸島尽くしの贅沢ピザ伊都菜彩  
新商品!

シンプルに  
トマトとチーズの  
マルゲリータ。



生地は糸島産の小麦『ミナミノカオリ』。トマトはこだわりの『ミディトマト』。株式会社みるくふらんと『チーズ』を使用し、糸島産にこだわった1枚に!素材の味わいが口いっぱいにあふれます。

甘酒ジェラート  
『ライス・デ・アイス』「柚子」と  
「生姜」の  
新味登場!

プレーンに加えて、  
新味が登場。



甘酒はJA糸島女性部『あぐりくらぶ』の手作りで、糸島産米を使った麺と水のみ。柚子と生姜はもちろん糸島産です。砂糖は不使用なので本来の味が楽しめます。どれもさっぱりとした味わいです。

## 編集後記

今号は「糸島牛」をテーマに、生産者の方々の思いや取り組みを深掘りしてご紹介しました。いのちの現場を訪ねる貴重な機会に、気が引き締められました。糸島牛は、モモまでサシの入った上質な肉質で評価

を得ており、さらに差別化を図るため、旨味成分のオレイン酸を増やすための工夫をしています。伊都菜彩まいりうどんの肉うどんにも、糸島牛が贅沢に使用されていますよ!(編集部)



糸島市波多江567  
TEL: 092-324-3131  
営業時間: 9:00~18:00  
定休日: 年始のみ

