



愛知長久手ロータリークラブ 2016-2017



WEEKLY

例会日=毎週火曜日 PM12:30 例会場=トヨタ博物館「小ホール」

会長 日野典子 幹事 大島昭夫 会報 小谷恒夫

Email: a.nagakuterc@aurora.ocn.ne.jp

事務局 TEL:0561-64-5446

FAX:0561-64-5459



人類に奉仕するロータリー



本日 第 651 回例会 2016 年 10 月 4 日(火曜日)第 643 号

<本日のプログラム> Today's Program

◇ 点 鐘

◇ ロータリーソング 「君が代」「奉仕の理想」

卓話: 長久手市建設部土木課

土木課長 矢野克明

工務係長 安井寛樹

主 事 高野至庸

演題: 「香流川整備計画について」

前回 第 650 回例会 2016 年 9 月 27 日(火曜日)記録

<ロータリーソング> 「日も風も星も」

<出席報告>

員総数 20 名

出席者 13 名 出席率 65.00 % 前々回補正出席率 90.00 %



ビーフカレーセット

<会長挨拶>



愛知長久手ロータリークラブ

会長 日野 典子

今月はロータリーの友月間です。ロータリーの友の中で日本のロータリークラブの記実がありました。ご紹介します。

我が国最初のロータリークラブは、1920 年(大正 9 年)10 月 20 日に創立された東京ロータリークラブで翌 1921 年 4 月 1 日に世界で 855 番目のクラブとして国際ロータリーに加盟が承認されました。

日本でのロータリークラブ設立については、ポールハリスの片腕としてロータリーの組織を作り海外拡大に情熱的に取り組んだ初代事務総長チェスリー・ペリーと創立の準備に奔走した米山梅吉、福島喜三次などの先達の功をわすれることは出来ません。

その後、日本のロータリーは第 2 次世界大戦の波に洗われて、1940 年に国際ロータリーから脱退します。戦後 1949 年 3 月になって再び復帰加盟しますが、この時復帰に尽力してくれたのが国際ロータリーの第 3 代事務総長ジョージ・ミーンズでした。

その後の日本におけるロータリーの拡大発展は目覚ましいものがあります。ロータリー財団への貢献も抜群で今や国際ロータリーにおける日本の地位は不動のものになりました。現在、日本全体でのクラブの数は 2265、会員数 87377 人(2016 年 6 月末現在)となっています。

そして、ロータリーの目的は意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励しこれを育むことにある。具体的には次の各項を奨励する事にある。

1. 知り合いを広める事によって奉仕の機会とすること。
2. 職業上の高い倫理基準を持ち役立つ仕事は全て価値あるものとしてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること
3. ロータリアン 1 人 1 人が個人としてまた事業及び社会生活において日々奉仕の理念を実践する
4. 奉仕理念で結ばれた職業人が世界的ネットワークを通じて国際理解、親善、平和を推進すること

こんなに素晴らしい目的があったなんて知りませんでした。たまにはロータリーの友もしっかり読んで見るものですね。

<委員会報告>

■ニコボックス委員会■

- ・吉田博司様 卓話よろしくお願いします。
- ・吉田さんお忙しい中卓話有難うございます。宜しく願いいたします。
- ・アトランタ世界大会に向けて今スケジュール計画しています。生きていれば行く予定
- ・吉田様ようこそ卓話お願いします。
- ・涼しくなったり暑くなったりで体調を狂わせますね。がんばりましょう！！
- 本日の卓話吉田様よろしくお願いします。
- ・本日もよろしくお願い致します。
- ・吉田様卓話よろしくお願いします。本日もよろしくお願い致します。
- ・吉田様ようこそいらっしゃいました。肉食女子の私はお話し楽しみにしています。
- ・本日もどうぞ宜しくお願いします。
- ・本日も宜しくお願いします。
- ・19日は合同交流会に多数参加して頂きましてありがとうございました！また、24日の
むーみんライブにも皆様にお越し頂き只々感謝です！！ありがとうございます。
- ・本日よりよろしくお願い致します。

日野 典子
丹羽 司一
佐藤 文昭
伊藤 広治
中川 清子

田中 信子
林 正俊
宮下智香子
伊藤 真
神谷 恵理
大月 涼子

小谷 恒夫

“ 大好きな カップヌードル Eカップ ワールドカップに アメリカズカップ AmericasCup ”

<幹事報告>

- ① 次回例会 10/4(火)例会場は「華野」になります。例会終了後は第4回理事役員会が行われます。
10/4(火)卓話は長久手市建設部土木課の「香流川設備計画について」の卓話になります。
- ② 11/20(日)東尾張分区 IM 開催に伴いクラブからの質疑内容のお願いがきておりますので皆様のご意見をお伺いしたいと思いますのでよろしくお願い致します。
- ④ 11/20(日)東尾張分区 IM 出欠の FAX のご返信は 10/7(金)までに事務局まで FAX でのご返信をお願いいたします。
- ⑤ 以前尾張旭 RC 夜間例会に出席した際でのお話になりますが、尾張旭 RC より東北復興支援ツアーのご案内がきております。尚、ご出席を希望の方は例会終了までに事務局までご連絡をお願いいたします。
大変急で申し訳ありませんが、本日中にご連絡よろしくお願い致します。

<卓 話>

【 お肉について 】

吉田 博司



★「ウインナー」と「ソーセージ」の違い

「ウインナー」とは豚肉と牛肉を塩漬したものに香辛料を加えて練り合わせ、ケーシング（羊などの腸）に充てんした後、燻煙・ボイルしたソーセージで、オーストリアのウィーンが発祥地のソーセージです。

ということは、「ウインナー」はたくさんある「ソーセージ」の一種なのです。

尚、日本の場合、JAS（日本農林規格）によると、

肉の種類や燻煙の有無等には関係なく、ある一定の基準で作られたソーセージのうち

羊腸を使用したもの、又は製品の太さが 20mm 未満をウインナーソーセージ

豚腸を使用したもの、又は製品の太さが 20mm 以上 36mm 未満をフランクフルトソーセージ

牛腸を使用したもの、又は製品の太さが 36mm 以上をボロニアソーセージ

と分類されますので（あくまでも日本での分類ですが）

★ラーメン屋さんの原価率

基本的には材料費 30% 人件費 30%が多くのレストラン！！

利益率の高いもの

1位 麺類 2位 餃子 ... チャーシューは原価が調整できない。

↑ より、利益を上げる為に、全国で 120 店舗展開しているラーメン屋さんでタイで豚を飼育し、チャーシューを共同生産する話に。

★お肉の良し悪しとは？

肉の良し悪しや等級は、肉の色沢、脂肪の色及び質、肉のきめ、しまりなどで判断することが出来ます。

.....

牛肉

●牛肉の色――

牛肉の色は鮮紅色が標準的な色ですが、良いものは艶のある鮮紅色になります。これから述べる様々な条件によっても多少の色の変化が見られます。

① 年齢、性別、品種別

若齢のものは淡い紅色で、老齢のものは筋肉色素の沈着が進み濃い赤みを帯びています。子牛の肉は、極めて淡いピンク色をしています。ほとんど筋肉色素が沈着していない、むしろ白色に近い肉色のものが良質のものとされています。

若齢肥育の乳用牛は、和牛に比べやや淡い肉色です。また、同じ月齢のものとの比較は、雌牛は去勢牛よりやや濃い肉色をしています。

② 部位別による色の差

よく運動する部位のネック、すね、かた、ばら、そともなどは、肉のきめは粗く、総体的に濃い肉色をしています。

③ 体調によるもの

と畜までの牛の管理状態で、微妙な肉色の変化が見られます。長時間のトラック輸送、多頭数を係留して起こるストレスなどはと畜後の肉色の赤みを強くし、精肉処理の段階でも良い発色作用がおきません。また、持続性がなく、早い時間で暗赤色へと変化します。

④ 熟成によるもの

牛肉の良い風味と軟らかさをだすために、適正な温度管理（摂氏0～2度）の下でと畜後1週間程度の熟成が必要です。

と畜後の新しい牛肉は、鮮やかな色はしていますが、見た目ほどうまさがありません。適正に熟成された牛肉は、赤みがやや沈んだ色となり、また、熟成が進みすぎると発色作用は短時間に終息してしまいます。

⑤ 発色作用について

牛肉を部分から精肉にする過程で、肉の断面の色合いに次のような変化が起こります。

カットされた表面は、処理後30分位でやや沈んだ紅色から鮮やかな紅色に発色します。上質なものは、更に「艶」のある紅色に発色します。これは、筋肉色素（ミオグロビン）が空気中の酸素に触れて起こる酸化現象です。

よく肥育され、十分な脂肪交雑を伴った牛肉は、発色による良い色が長時間継続されます。時間の経過と共に発色作用は次第に弱まり、ミオグロビンはメトミオグロビンに変化し暗赤色となります。

スライスや切り身を積み重ねた部分が暗赤色になっていることがあります。これは十分空気に触れないために発色作用が起らなかったからです。また、時間が経過したために暗赤色に変わったものを、変質または腐敗していると判断するのは誤りですが、風味の点でやや劣ることは否めません。腐敗への肉色の変化は、暗赤色を通り過ぎますと黒みが増し、青みが強くなります。このようになると、やや黄色いネトが発生し異臭を放ちます。この段階のものは、もちろん廃棄処分となります。

●脂肪の色及び質――

良い脂肪とは、色は白色または乳白色で適度な弾力と粘りのあるものです。このような脂肪は、優れた芳香とうまみを持っていて、牛肉の味を一層引き立たせます。

和牛の理想肥育（24ヶ月前後）からロース部位などに霜降り状態の脂肪交雑が入り、風味や軟らかさは格別のものとなります。

脂肪の色や質は、飼料に影響されるところが大きく、穀物のうち大麦、燕麦などは良い脂肪を作るものとして知られています。

また、カロチン（黄色色素）が多く含まれる緑草、とうもろこしなどを多給しますと、脂肪にカロチンが沈着し、黄色から褐色の脂肪となり、脂肪の質は粘りけのないものとなります。更に、老齢のものも各種の色素沈着が進み、このような色合いになるものがあります。

栄養学的には、いずれの色も問題はありませんが、飼料に起因する香りに移る場合があります。調理の過程で香草野菜や香辛料で調整する方が良いでしょう。

牛肉の脂肪は、融点が高いので、牛肉料理は熱いうちに提供するのが一般的ですが、冷やして食べる料理は、脂肪をなるべく除去して調理するのが良い方法です。

●きめ、しまり――

肉のきめは、細かいとか粗いという表現になりますが、これは肉の良し悪しを判定するものとは意味が違います。

肉のきめが細かい部位は、運動をあまりしないところで肉質は軟らかいのが特徴です。牛肉の部位を表す分体図を見ますと、おおかた背中にある部分のかたロース、リブロース、サーロイン、ヒレ、らんぷなどがそれに相当し、いわゆる高級部位と呼ばれ、評価も高いところにランクされています。

一方、よく運動する部位のネック、かた、すね、ばら、そともなどは、肉のきめは粗く肉質は硬い部分です。

軟らかい部位は、確かに高い評価になっていますが、これを以て良い肉と連想するのは誤りです。肉の良し悪しは、その料理に向く最適な部位かどうかが一番肝要なことで、煮込み等に適した部位は総体的にきめの粗い硬いところの方がベターです。すなわち、エキス分、ゼラチン質などが多く含まれていて、煮込み料理に欠かせないうまみの決める部分になる部分が豊富に含まれているからです。また、しまりは、部分肉から細かく精肉に処理した段階でよく分かります。しまりの良い肉とは、形が崩れることなく当初の姿をきっちり保っている肉質のことです。これは、十分肥育したものほど良い状態となりますが、若齢の水っぽい肉は、しまりが悪く肉質の劣るものとなります。

豚 肉

日本で生産される豚肉は、ほとんど生後6～8ヶ月位の標準理想肥育がおこなわれています。また、品種もランドレース種とヨークシャー種の交配種が大部分を占めていますが、ほかにハンプシャー種、デュロック種などの多元交配のものも相当数生産されています。

肉豚として仕上げるために給餌する飼料の配合も、畜産農家によって大きな違いがあるわけではないので、全国的にはほぼ肉質は均一化されたものが出回っています。

雄は、もちろん去勢されて、雌とともに若齢の肥育ですから、肉の軟らかさや風味は、テーブルミート用として最適の品質のものが提供されています。

●豚肉の色――

良い豚肉の色は、艶のある淡灰紅色となります。やや淡い灰色がかったピンク色と言っても良いでしょう。もちろん、部位によって肉色の差はあります。よく運動をする筋肉のくび、かた、すね、そとももの一部は、やや濃いめとなります。また、繁殖用雌豚は、老齢になるにつれて全体に色素沈着が進み、濃い肉色となります。しかし、これはほとんど食肉加工用（ソーセージの原料など）として使用されますので、テーブルミート用としては流通していません。

肉色には、時間の経過と共に次のような変化が起こります。

まず、ピンク色の退色と共に灰色が強くなり、全体的に沈んだ色となってきました。そして、やや黒みがかって、更に進みますと青みを帯びてきます。この段階では、明らかな風味を損なう変質が起き、食用不適となります。これを過ぎると黄色のネトが発生し、異臭を放ちます。

●脂肪の色及び質――

牛肉と同様に、白色または乳白色で粘りのある硬めのものが良質です。俗に、良質の脂肪の豚肉を「餅豚」と言います。その反対に、軟脂のものは「水豚」というような表現を使い、肉質は劣ります。

標準的な配合飼料の適切な飼育をしたものは、ほとんど良質の肉及び脂肪が出来上がります。今はほとんど見かけることがなくなりましたが、黄色色素を含む飼料（魚粕、かぼちゃなど）を混入させますと、それが脂肪へ蓄積し色づきとなるほか、魚臭などがする場合があります。

●きめ、しまり――

豚は、ほとんど運動をさせることのない畜舎飼いですから、どの部位をとってみても、硬さについての差はあまりありません。

しまりの良い肉質とは、ブロック、切り身の状態でだらけた形状にならないものです。また、しまりは、脂肪の硬軟と関わりがあり、若齢の水分の多いものはしまりが悪く、肉質も劣っています。

通常ですと硬い部位とされる「かた、ばら、そとももの」などでも、豚肉の場合はほかの部位と大差ありません。この特徴を生かして、ロースやヒレを除けばほとんどの部位が何の料理にでも応用できる、という利点があります。まさに、消費者は好みの部位を選んで、調理に仕向ければ良いわけです。

今日から使える豚肉の豆知識「三元豚」って、なんだ！？



数年前からファミレスやお弁当屋さんのメニューでよく目にする「三元豚」という言葉。なんとなく“美味しい豚”や“ブランド豚の一種”といった見当はつくけど、正確には知らないという方も多いのでは？食品の注目ワードとして「三元豚」について調べてみました。

農林水産省のデータによると、日本で一番食べられている食肉は牛肉でも鶏肉でもなく、豚肉なのだとか。そして、数ある豚肉の中で最も多く流通しているものが「三元豚」なのです。三元豚を簡単に表すと、3種の豚をかけ合わせて生産した豚のこと。詳しい説明と共に、日本で一般的な豚の種類について学んでおきましょう。

知っておきたい豚の5大品種と「三元豚」

私たちが日頃食べる豚肉の多くは、数種の豚をかけ合わせるによって生産されています。その代表的な品種が、下記の5品種になります。これらの品種の優れた特徴を生かし合うことで、より美味しく、安定して供給できる豚肉が誕生するのです。ちなみに、バークシャー（黒豚）と中ヨークシャーは、単種のブランド豚（銘柄豚）としても人気があります。

- ・ランドレース（L）デンマーク原産、白色の大型種。繁殖力に優れる。
- ・大ヨークシャー（W）イギリス原産、白色の大型種。赤身と脂肪のバランスが良い。
- ・デュロック（D）アメリカ原産、赤褐色の大型種。肉質が良く、サシが入りやすい。

- 改めて、「三元豚」とは異なる3品種を交配した豚、もしくはその方法を指します。日本の養豚業界で主流なのが「LWD」の組み合わせです。これはLのメスとWのオスをかけ合わせ、生まれた豚のメスにDのオスを交配し、豚を生産する方法のこと。生まれた三元豚（LWD）は、祖母のランドレース（L）と祖父の大ヨークシャー（W）、父にあたるデュロック（D）それぞれの特徴を持つ優れた豚肉となります。

その昔、国産豚肉の振興のために、美味しい豚肉をできるだけ肉質にばらつき無く育てることを目的として開発された「三元豚」。今では、LWD の組み合わせ以外に、LDB や LDK（K は中国の金華豚）などの交配も行われています。また、飼育環境や資料にとことんこだわって育てられた極上の豚肉とされる「ブランド肉」や「銘柄肉」の世界でも、三元豚が主流となっています。三元豚の持つイメージの良さから「〇〇三元豚」という名のブランド肉もあるほどです。

日頃、豚肉を購入する際にもお肉の部位や状態のチェックと共に、「三元豚であるかどうか」や品種、組み合わせにも注目してみてもいいでしょうか。ほぼ間違いなく、美味しい豚肉を探すのに役立つのはもちろん、あなた好みの豚肉を知るヒントにもなると思いますよ。（TEXT:中本タカシ/ライツ）

17



10月11日(火)	10月18日(火)	10月22日(土)	11月1日(火)
同週祝日振替休日	卓 話	W F F	外部卓話
	(華 野)	(久屋大通り公園)	(トヨタ博物館)