見て触れて　いわて・チキン　食育交流

▷ ⓣ ◁

盛岡・河北小

産業の仕組みと栄養を学ぶ

県チキン協同組合と岩手日報社が主催する食育交流事業「日本一を目指す！岩手のチキン」は9月21日、盛岡市の河北小（稲垣キツ子校長、児童169人）で行われた。6年生22人が生産・加工に携わる人から直接話を聞き、全国3位の生産量を誇る本県のチキン産業について理解を深めた。授業の後はチキンを使った給食も味わい、栄養価の高さや命の大切さを学んだ。当日の様子を紹介する。

生産者に聞こう

本県生産量、全国3位

授業では、株式会社十文字チキンカンパニー（二戸市）の十文字保雄社長がメーン講師を務めた。

十文字社長は「岩手の人口は全国の1％くらいですが、チキンの生産量は全国の16％を占め、全国3位です」などと本県のチキン産業の概要を紹介。卵から食肉に加工されるまでの過程をスライドを使って説明した。

卵からひよこへとふ化するまでには21日かかる。その間はふ卵器の中で温め、中にひよこが入っているかどうかの検査も行う。生まれたひよこは病気予防のワクチンを接種し、農場に出荷する。

農場では鶏舎をきれいにしてから、床におがくずを敷き、ひよこを迎え入れる。水と餌を与えながら7～8週間育て、処理・加工工場に出荷する。

十文字社長は「農場では1年中鳥を飼っており、暑いときは換気扇を回し、寒いときはヒーターで温めて、成長に最適な温度に保っています。また、農場でもワクチンを投与し、病気を防いでいます」と説明した。

処理・加工工場では、獣医師が病気にかかっていないかチェックしてから、食肉に加工する。機械や人の手を使って骨を取り除き、もも肉、むね肉、ささみなどの部位に解体。最後に袋に詰めて、出荷する。

また、農場で出る鶏ふんは、別の工場に運ばれ、肥料や炭に加工される。鶏ふんの炭は雪の上にまいて、雪を解かすのに使われるという。児童は無駄のないチキン産業の仕組みに感心していた。

説明が終わると、十文字社長は「チキンウルトラクイズ」を出題。児童は授業のおさらいも兼ねて○×形式のクイズに挑戦し、楽しみながら学んだ。

その後、児童は生肉を見ながら鶏肉の部位の説明を受けた。生まれたばかりのひよこと出荷直前の成鳥に触れる時間も設けられ、「生きた教材」に興味津々だった。

チキンを味わう

消化吸収良く　筋肉疲労回復

河北小栄養主査の及川妙子さんも講師を務め、鶏肉の栄養などについて説明した。

鶏肉はビタミンAとKが豊富、アンセリン、カルノシンという筋肉の疲労を回復させる成分も多く含まれているという。

及川さんは「鶏肉は高たんぱくで低カロリー。体や筋肉を作る成長期にはとても大切な栄養が含まれています。消化吸収もよい食品です」と話していた。

授業の後、児童らは講師らと一緒に、県産チキンを使った給食を味わった。

メーンディッシュはタンドリーチキン。及川さんは「北インド地方の料理で、ヨーグルトに漬け込むことで、出来上がりがふわっとやわらかくなります」とメニューを紹介した。

命と食について学んだ児童は、「感謝して食べたい」などと言いながら、おいしそうにほおばっていた。

部位ごとに解体されたチキンの説明を受ける児童（右）。県産チキンを使った給食を味わい「おいしいね」（下）

タンドリーチキンの作り方

◇材料（4人分）　▽鶏肉（もも肉）40グ×4▽塩、こしょう少々▽おろしニンニク少々▽プレーンヨーグルト大さじ2▽カレー粉小さじ1／2▽しょうゆ大さじ1

◇作り方　①鶏肉に塩、こしょうで下味を付け、しょうゆ、おろしニンニク、カレー粉、プレーンヨーグルトを合わせた漬け汁に30～40分漬け込む②220～230度のオーブンで焼く

生産者メッセージ

良質県産、国内生産支える

「生産量日本一を目指す岩手のチキンを応援してほしい」と語る十文字保雄社長

十文字　保雄さん
（十文字チキンカンパニー社長）

本県は全国の若鶏生産の16％を占め、首都圏への供給の一大拠点となっています。現在、生産量では、鹿児島、宮崎に次いで3位ですが、県チキン協同組合の会員企業は、上位2県に追いつき追い越すよう努力しています。

というのも、4位青森、5位北海道を含めた5道県は、住民にチキン産業についての理解があり、生産量拡大の余地がありますが、それ以外の県は縮小傾向がみられます。本県は国内生産を支える役割も担っているといえます。

チキンは健康に良い食材でもあり、比較的低価格なので現在のようなデフレでも堅実に売れる食材です。ただ、日本の1人当たりの消費量は欧米の数分の一にとどまっています。

宮裕国が増えることで海洋資源の奪い合いという問題が発生しており、今後日本で魚の消費が減っていくとすれば、チキンの消費量は増えるでしょう。

今後も「岩手のチキン」の応援をよろしくお願いします。

参加児童ひと言

笠原　彩未さん

チキンができるまでがよく理解できました。ひよこはふわふわしていて、つぶらな瞳がかわいかったです。ひよこが大きくなってお肉にされてしまうのは悲しいけれど、大切に食べようと思いました。

藤井　克己君

鶏肉が僕たちの食卓に届くまでの工程がよくわかりました。給食の鶏肉は軟らかくてとてもおいしかったです。これからは、生き物の命をいただいてることに感謝して、食べようと思いました。

大友　葵さん

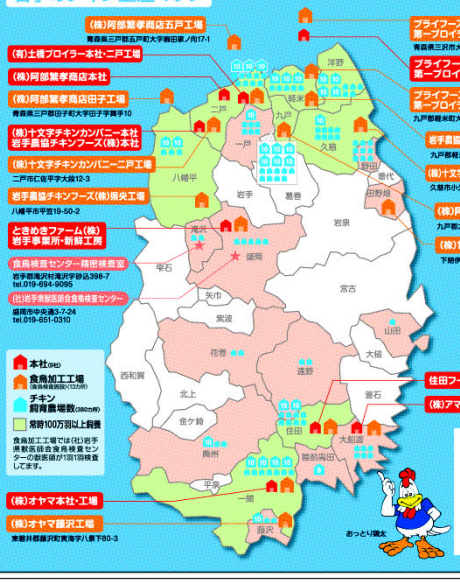
鶏ふんを炭にして雪の上にまいたり、肥料にしたり、残さずに利用しているのがすごいと思いました。クイズもあってとても楽しく勉強することができたし、命の大切さもあらためて実感しました。

細田　路恵さん

鳥がどうやってお肉に加工されるのか、実際の鳥や生肉などを見たり触れたりしながら勉強できて、よく分かりました。生肉を見た後は少し怖くなったけれど、食べるとやっぱりおいしかったです。

日本一を目指す いわて 岩手のチキン

岩手のチキン生産マップ



10月29日は「岩手とり肉の日」

10月29日「岩手とり肉の日」には、岩手県内の多くの小中学校で、岩手県産のチキンを利用した学校給食が予定されています。岩手のチキンは地域の産業、しっかり作ってます！ぜひ皆様、岩手のチキンを食卓へ！

チキンニュース1　岩手県内の生産出荷羽数は全国3位!! でも、消費は25位です!!

岩手県内のチキンは年間10,055万羽。全国第3位の生産量、15.9％のシェアを誇っています。（平成21年農水省食鳥流通統計）しかし、県内（盛岡市）の鶏肉年間消費量（4,267g）は全国平均（4,388g）を下回っています。（平成21年鶏肉の都市別家計消費（総務省家計調査報告））

チキンニュース2　岩手県内では多くの人がチキン産業で働いています。

（※委託等を含む）（平成21年7月 岩手県チキン協同組合調べ）

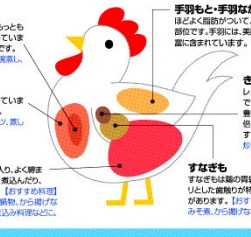
組合員9社のチキン産業業務従事者数は9,243人で、うち岩手県内の従事者数は6,477人と多くの人が働いています。

チキンニュース3　チキンは安全対策もしっかり!!

食鳥検査法により、岩手県では（社）岩手県獣医師会食鳥検査センター職員の獣医師が厳正に一羽一羽検査を行っています。

チキンニュース4　チキンはヘルシーお肉のチャンピオン!!

チキンは健康、美容、スポーツに適した高タンパク・低脂肪、ビタミン類も豊富なおいしいお肉です。筋肉の疲労を防ぐ効果があるアンセリンとカルノシンが両方含まれています。幼児から健康に気づかう中高年の方まで安心していただけます。鶏肉はどんな食材とも相性がいいです。



ささみ
タンパク質がもっとも多く、脂肪がもっとも少ない部位。味も淡泊であっさりしています。幼児や二年配の方にもおすすめです。【おすすめ料理】酢の物、吸い物、茶碗蒸し、チキンサラダ、オムレツなど。

むね肉
やわらかく、味も淡泊であっさりしています。高タンパクで脂肪の少ない部位。【おすすめ料理】から揚げ、チキンカツ、蒸し鶏、チキンサラダ、すき焼きなど。

もも肉
タンパク質も多く、肉の中に脂肪が入り、よく締まっているので、味にコクがあります。煮込んだり、焼いたりする料理に向いています。【おすすめ料理】ローストチキン、カレー、照り焼き、鍋物、から揚げなど。骨付きももは、フライドチキン、煮込み料理などに。

手羽もと・手羽なか・手羽さき
ほどよく脂肪がついて、ゼラチン質も多く、味にコクがある部位です。手羽には、美肌によいといわれるコラーゲンが豊富に含まれています。【おすすめ料理】酢の物、塩焼き、グリルチキン、ウィングフライ・ちゃなど。

きも
レバー（肝臓）、ハツ（心臓）の部位で、ビタミンA、B、B2、鉄分などが豊富。鶏のレバーには、ウナギの約6倍ものビタミンAが含まれています。【おすすめ料理】塩焼き、焼き鳥、炒り煮、みそ煮、から揚げなど。

すなぎも
すなぎもは鶏の胃袋。鉄分が多くて低カロリー、コリコリとした食感が特徴で、焼き鳥の材料としても人気があります。【おすすめ料理】塩焼き、焼き鳥、炒り煮、みそ煮、から揚げなど。

岩手県チキン協同組合
〈（社）日本食鳥協会東北支部〉
〒020-0033 盛岡市盛岡駅前北通6-47（KYビル1階）
TEL019(624)2870　FAX019(625)0486
http://www.i-chicken.jp　岩手県チキン協同組合　検索

組合員［9組合員50音順］
（株）阿部繁孝商店：〒028-6101岩手県二戸市福岡字中町13 ☎0195-23-2111／（株）アマタケ：〒022-0003岩手県大船渡市盛町字二本枠5 ☎0192-26-5205／岩手農協チキンフーズ（株）：〒028-6103岩手県二戸市石切所字火行塚25 ☎0195-23-9155／（株）オヤマ：〒029-1201岩手県一関市室根町折壁字愛宕下161 ☎0191-64-3511／（株）十文字チキンカンパニー：〒028-6103岩手県二戸市石切所字火行塚25 ☎0195-23-3377／住田フーズ（株）：〒029-2311岩手県気仙郡住田町世田米字火石5-1 ☎0192-46-2275／ときめきファーム（株）：〒028-4125岩手県盛岡市玉山区好摩字中塚3-3 ☎019-682-0240（本社：千葉市若葉区高根町426）／（有）土橋ブロイラー：〒028-6107岩手県二戸市白鳥字平蔵沢2 ☎0195-25-4155／プライフーズ（株）第一プロイラーカンパニー：〒039-1121青森県八戸市卸センター1-11-8 ☎0178-28-2154