



Share Rotary— Serve People

みんなにロータリーを—
みんなに奉仕を



会長 内山喜一 幹事 齋藤 隆 副会長・クラブ奉仕 佐藤順治 職業奉仕 石川寿男 社会奉仕 佐藤 衛 国際奉仕 三井 健 青少年奉仕 小池繁治

出席報告：会員 75 名 出席 49 名 出席率 65.33 % 前回出席率 73.33 % 修正出席 63 名 確定出席率 84.00 %

会 長 報 告

内 山 喜 一 君

- 大型連休もようやく終り、会員の皆様もそれぞれの休日を楽しまれ、お仕事への英機を養なわれたのではないのでしょうか。又、おつかれの方もあるだろうと思われまますので、充分ご自愛頂きたいと思ひます。
- 先日、外部拡大委員会のアンケートを配布致しましたが、どんなきびしいご意見をも頂戴致し度いと思ひますので、是非ご提出を頂きたいと思ひます。
- お願いであります、年度も残り少なくなつてまいりました。例会出席の方も宜敷くお願い致します。100%出席で以て年度をメ繰り度いと思ひますので、会員の皆様方のご協力を節にお願い申

会 員 ス ピ ー チ

食 肉 基 礎 知 識

齋 藤 昭 君



◆ 肉が生産されるまで ◆
 今では肉は食生活に欠かせない食品のひとつです。肉の消費量は、国民所得が増加し、文化的な生活様式になるにつれて増えていります。現在ではヤングや子供たちは一日に一度は何らかのかたちで肉を口にしているほどに定着しております。

たとえば、昭和14年の肉の消費量は全国で11万トン、戦時中は例外として、50年には117万トン、57年に

し上げる次第です。

幹 事 報 告

齋 藤 隆 君

1. 例会時間・場所変更のお知らせ
 - 鶴岡西ロータリークラブ
 - 創立18周年記念並びにもう宗汁例会のため
 - 日 時 5月18日(金)
 - 点 鐘 午後6時30分
 - 場 所 湯田川 七内 旅 館
 - 登録料 5,000 円
 - 立川ロータリークラブ
 - 5月10日(木) 12時15分より
 - 立川町商工会館に場所変更
2. 東京ロータリークラブより会報到着

は170万トンと実に戦前の12倍となり、国民一人当たり23.4kgとなっております。

そこで、食肉のできるまでにつき申し上げます。食用に飼育された牛や豚は、人体に害を及ぼすような病気を持っていないことを確かめるために、厳重な生体検査を受けと畜されます。それは次のような順序で肉は生産されます。

- (1) 生体検査……病気の有無チェック
- (2) と 畜……生体検査に合格したもの
- (3) 剥 皮……皮はぎ
- (4) 解 体……と体から頭や足の切り離し

庄内空港の建設を推進しましょう

- (5) 内臓検査……病気のチェック
- (6) と体の分割……と体を半分（半丸）
- (7) 水 洗……と体をきれいにする
- (8) 枝肉検査……食用にするため検査
- (9) 冷 蔵……品質保持、保管、熟成
- (10) 枝肉分割……抜骨して部分肉
- (11) 販 売……脂肪や筋除き、精肉

❖ 肉の特質 ❖

肉は、栄養価値の非常に高い食品で、一般の食品とはかなり違った、いろいろな特質を持っています。

❖ 肉に欠かせない熟成 ❖

肉と同じように生鮮食品である魚や野菜は、栄養価値やうま味が落ちないうちに、消費者の食卓へ送り届けることがまず必要です。

ところが肉の場合は少々事情が異なり、と畜直後のものは堅くておいしくありません。

なぜなら、動物類はと畜後必ず死後硬直を起こします。これは、死後の酸化現象減退のため筋グリコーゲンから乳酸ができ、そのため筋コロイドが膨大するためといわれています。そこで、食用にするためには、と畜後一定期間熟成させることが必要なのです。

牛や豚は、と畜後一定期間冷蔵庫（0℃から2℃くらい）に保管され、この間に死後硬直が解かれます。これが熟成です。英語では「エージング」と呼んでいます。動物の体内細胞に含まれる酵素は、死後も一定時間は作用を続け、死滅した細胞を侵して、自家融解作用を起こします。これを「自家消化」といい、食肉の柔らかさと風味を作り出すのにたいへんに重要な作用です。なお、熟成を効果的に行なうには、冷蔵庫内の温度管理が大切で、適温は0℃から2℃。0℃以下の冷凍状態では熟成が停止するか極めて緩慢となります。反対に10℃以上の高い温度では、肉そのものが変質して腐りはじめてしまいます。熟成の期間は、一般的に牛肉で一週間以上2週間くらい。豚肉では3日から一週間くらいです。

しかし、外気温度によってやや変化があり、若令なものほど熟成期間は短いようです。

最近外国から輸入されているチルドビーフとかフ

ロズンビーフと呼ばれる牛肉をご存知のかたも多いでしょう。これは、牛肉産出国であるオーストラリア、ニュージーランド、アメリカなどから大型のコンテナー高速船で運ばれてくる牛肉のことです。これらの牛肉は、現地でも畜解体されると、すぐさま真空包装法という技術でパックされ、段ボール箱に詰められます。これが0℃から2℃くらいの冷蔵コンテナーに収められ、冷蔵状態（チルド）のまま、極めて短い日数で日本に運ばれます。そして小売店の店頭へ届くまでずっとこの低温状態（いわゆるコールドチェーン）は保たれています。この方法により牛肉は日本へ輸送される途中で、熟成が行なわれることになり、消費者に届くころにはちょうど食べごろになります。

❖ 肉の見分け方 ❖

肉を食べたとき、「柔らかくておいしかった」とはいいますが、「堅くてもおいしかった」とはいいません。これでもわかるように、一般によく肉とは柔らかく風味のよいものとされています。しかし、堅い部位の肉でも、それなりの処理と調理技術によっては、柔らかくもなりおいしい肉に変えることは可能です。

牛肉や豚肉にしろ、肉質はその家畜の品種や性別、年令や飼料などによってかなり違いがあります。特に牛のように、一頭一頭その差が顕著です。反対に多頭飼育の進んでいる豚の場合は品質は大体均一になっています。つまり、豚では、肉質によるばらつきはわずかであるといえます。

それでは、肉屋の店頭に並んだ場合の肉のよしあしについて申し上げます。

❖ 肉の色をまず見る ❖

よい肉というのは、適度な赤色でつやのよいものを指します。家畜の性別や年令、部位などによっても色の濃淡がありますが、特徴的な点にだけふれておきます。

❖ 牛肉の場合 ❖

肉が店頭でショーケースに入っている場合、着色した照明がついているかどうか、確かめてください。もし赤味がかかったピンク系統の照明がついていると

これは、実際の肉の色が若干脚色されることになり
ます。よい肉の色とは、濃すぎず薄すぎないつやの
ある鮮紅色をしています。牛肉（一応和牛を例）は
切りたてはやや暗い感じの色ですが、空気に触れて
しばらくすると鮮やかな赤みが出て来ます。これは
筋肉色素を形成するミオグロビンという成分が空気
に触れて酸化作用を起こすためです。酸化作用を起
こしている間は、その発色作用が続いていますが、
作用が鈍化するにつれ、だんだんと暗赤色へと変化
してゆきます。ミオグロビンの核を形成しているの
はミネラル（特に鉄分）です。つまり、鉄が燃えて
やがてさびていく現象であると考えればよいでしょ
う。

色が黒ずんでいる……切り身やスライス肉をかう
と、肉が重なった部分が黒ずんでいることがありま
す。これは肉が傷んでいるわけではなく、空気に触れ
なかったために、発色しなかったものです。

濃い赤色をしている……このようなものは、老令
の牛であったり、と畜前の健康状態が悪くて発熱を
していたもの、疲労が抜けないうちにと畜された場
合、こういう肉は堅くて風味もやや落ちるようです。

色が淡い……こういう肉は概して若令の牛が多い
ようです。乳用去勢肥育牛の場合は、和牛に比べて
肥育期間が短いため肉の色はやや淡めです。この牛
肉は味はやや淡白ですが、柔らかくて風味がよいの
が特徴。部位によっては焼き肉、ローストビーフ、
ステーキなどの、肉を厚めに切って用いる料理に適
しています。

❖ 豚肉の場合 ❖

最もよい豚肉の色とは淡白紅色ということになり
ます。美しい淡いつやのあるピンク色であれば申し
分ありません。

赤みが濃いもの……これは老令の豚肉です。繁殖
用牝豚であることがほとんどで、こういう肉は加工
原料用になるものです。

❖ 脂肪も肉のうま味のうち ❖

最近、美容や健康のために脂肪が少ない赤身の
肉が好まれるようです。しかし、脂肪は、肉の風味
を決める重要な役割を持っています。特に調理した

ときの食欲をそそるあの独特の芳香は、脂肪であり
ます。和牛では霜降り肉が珍重されますが、この肉
は舌の上でとろけるような感触がなんともいえない
うま味、芳りであります。

❖ 牛肉の場合 ❖

目で見たととき堅すぎず適度の柔らかさと弾力のある
乳白色にちかい、つやのあるものがよい脂肪であ
ります。脂肪の色には、白色、乳白色、クリーム色
黄色、褐色などありますが、色からいえば、理想的
なのは白ですが、あまり白っぽいのは脂肪が堅くて
ポロポロすることがあります。色にはそれぞれ特色
があり、飼育の方法、飼料の質、家畜の年令により
違います。

❖ 豚肉の場合 ❖

豚肉も牛肉とほとんど同じで、白色で適度に粘り
があり、つやのあるものが最上です。

上等の脂肪をつけた豚肉は餅豚とも称され、香り
味とも最高です。これに対して水豚と呼ばれるもの
があり、肉の締りが悪くて水っぽく、風味が乏しく
堅いようです。

人間の皮膚、特に女性の肌の美しさを評価するた
とえに「きめ」という言葉をよく使います。きめが
細かいほどなめらかで美しい肌ということになりま
す。肉の場合も、きめが細かく、なめらかなものが
上質の肉といわれます。肉は、歯ぎれがよくて柔ら
かく、しかも風味のよいものが最上とされます。私
たちが、目で見分けるには、まず肉のきめの細かさを
第1条件にして、次によく締っていてピロードの
ようななめらかな感じかどうか見て下さい。そして
色が明るい赤色をしていれば、まず柔らかな上質の
肉だと思ってよいでしょう。

報 告

若生恒吉君

5月2日、鶴岡西R.C.会員の半田茂弥氏の葬儀に
際しまして、当クラブより多大なるご香典を頂戴致
し、又、天気の良い中、会員多数のご会葬とご香典、
ご供花を頂戴致し誠にありがとうございました。遺
族になりかわりまして御礼を申し上げます。

委員会報告

親睦活動委員会

親睦ゴルフ大会

日時 5月21日
午後12時スタート
場所 湯野浜カントリークラブ

スマイル

今野清一君 今日から屋上(NHK)にカメラを取り付け、毎日の天気予報の折に風景を流されるようになりました。又、衛生放送の故障で第一放送のみでしか放映出来ない事のおわびで。

ビジター

東京北R.C. 旅河正美君
鶴岡西R.C. 菅原年雄君・菅井幹雄君
桜井晋君・八幡慶二君
(今週の担当者 秋野 忠)



ロータリー用語便覧 (16)

分 区 代 理 地区内において予め決定した分区内のクラブの管理責任者を援助するために設けられる非公式なガバナーの代理のこと。

したがって手続要覧では「ガバナーの分区代理」と言っている。分区代理は分区内のクラブ会長とガバナー間の連絡員であって、独立した権限も、公式の権限もないし、一時的にそのような権限を委託されることもない。その任務としては、①毎年2～3回程度、分区内のクラブを公式に訪問し、クラブ活動の状況をガバナーに報告する。②分区内の都市連合フォーラムを計画・準備する。③分区内又は他の分区との出席競争を準備する。④非常事態の発

生した場合、分区内のクラブを特別訪問する。⑤卓話者の斡旋その他有用な援助をクラブ役員に与える。⑥地区ガバナーの要請事項や報告事項の推進を督促する。⑦クラブの充填・未充填職業分類表の作成に助力する。⑧会員数を確実にふやすにはすぐれたプログラムの作成が大切であることを、役員・一般の会員にも理解させるよう協力する。⑨地区大会のプログラム委員会の一員として活動する…等がある。

なお、分区代理が最も活躍できるのは都市連合フォーラム(IEG)である。したがって、その能力を発揮する機会もゼネラル・フォーラムなのである。

分区代理には元クラブの会長とか、所属クラブ管理者として特に成功した人が適任とされている。

分区代理の活動範囲は分区内に限定されるので、その距離も接近しているため、経費はあまりかからず、手続要覧では、活動に必要な経費は自己負担と定められている。

ホーム・ホスピタリティ 外国人ロータリアンを、自分が、(たとえば日本人が)ホストとなって家庭に招き、親切にもてなし、国際親善と親睦の輪を広げること。国際ロータリーの大会での大切な行事の一つで、これによって国際間の相互認識と理解とを深めることを目的にしている。形式的になりやすい国際大会での公式行事への参加招請とちがって、真に心と心がふれ合うようなアットホームな雰囲気の中だからこそ、外国人ロータリアンと楽しい交流とコミュニケーションが行なわれる、ということへの期待がある。そして「おもてなし」の意味も大げさなご馳走やお土産ではなく、①あまり形式にこだわらずに、ゲストと気持ちが通じ合うような、家庭的なもてなしをすること、②言葉の心配やスペースの広さなどに余りこだわらず、家族全員でゲストを迎えること、③気を使いすぎて、何もかも整えるといった迎え方よりも、ゲストが積極的に参加し、一緒になって楽しむという方向でもてなしの内容を考えること、などに留意すべきであろう。