

選ぶことが、
お肉の安全・安心と
おいしさを守る。

食べて支える！
国産食肉
生産の現場



知る・選ぶ・つながる。生産者のストーリー



毎日を元気にする、お肉のチカラ

牛肉や豚肉、鶏肉は料理の主役になるだけではなく、子どもの成長やシニアの健康維持に欠かせない「たんぱく質」、エネルギー源として活力を与える「脂質」、体の調子を整える「ビタミン・ミネラル」を豊富に含む、毎日取り入れたい食材です。特に国産のお肉は、安全・安心、私たちの食生活を豊かにします。

体をつくる たんぱく質

筋肉、皮膚、臓器、毛髪など、体の基礎をつくり、免疫力を高めて病気にかかりにくい健康な体づくりに欠かせない栄養素です。精神の安定に関わるセロトニンの分泌を促すトリプトファンなど、体内で合成できず食事から補う必要のある9種の必須アミノ酸をバランスよく含んでいます。



体を守る ビタミン・ミネラル

エネルギー代謝に必要なビタミンB群、皮膚や粘膜を健康に保つビタミンAのほか、味覚機能の維持に必要な亜鉛、塩分の排出を促すカリウムなどのミネラルも含んでいます。特に、牛肉に多く含まれるヘム鉄は、植物性食品の非ヘム鉄よりも吸収率が高く、貧血予防の強い味方になります。



体を動かす 脂質

体や頭を元気に動かすための大切なエネルギー源となり、「長寿の人ほど動物性食品を摂り、脂肪分を控えていない」とのデータもある重要な栄養素です。体内にある60兆個もの細胞(膜)やホルモンの材料としても使われていて、不足すると脳の機能低下やストレスにつながります。



Contents

- おいしいお肉をずっと食べよう 3
- 国産牛の種類と生産サイクル 5
- 知る・選ぶ・つながる。生産者のストーリー 6
- 国産の豚と肉用鶏の生産サイクル 9
- お肉の加工と安全管理 11
- 消費者につなぐお肉の流通 12
- 「いただきます」と「ごちそうさま」の意味を知っておこう! 13
- 【column】心に留めたい、生産者事情の現在地 14



おいしく、栄養満点のお肉を守っていきましょう

国産 を選ぶことが大事!

おいしいお肉をずっと食べよう

安全・安心な国産のお肉を安定して食べるためには、いつも国産のお肉を選んで食べて、生産農家の人たちを応援することが大切です。そのことが、日本の農業全体を守ることに繋がります。

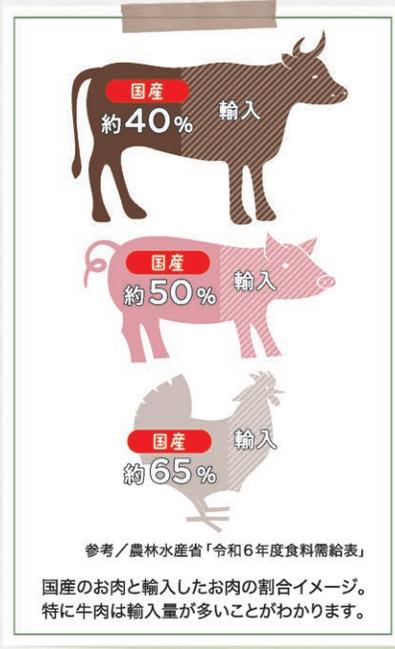
国産お肉の安全・安心のひみつ

国産のお肉が安全・安心なひみつは、徹底した衛生管理にあります。日本では、牛・豚・鶏などを大切に衛生管理するための「飼養衛生管理基準(家畜伝染病予防法)」が定められ、生産農家は牛・豚・鶏などを徹底した衛生管理のもとで育てることはもちろん、飼料も安全を守るための基準がしっかりと定められています。



国内で生産しているお肉と輸入しているお肉の割合は?

日本国内でのお肉の生産割合は、牛肉が約40%、豚肉が約50%、鶏肉が約65%と、全体では約半分を占めています。反対に、もう半分は海外からの輸入に依存しています。もし輸入が滞るようなことがあっても、国産のお肉が安定して食卓にとどくように、国産のお肉を選んで生産農家の人たちを応援することが大切です。



食卓にとどくお肉の約半分が、国内で生産されています。

お肉をはじめ海外から輸入する食料がどんどん増えていくと...

お肉に限らず、日本の食料を海外からの輸入に頼り過ぎてしまうと、さまざまな問題が起こることが考えられます。どんなことが起こるのか、想像を膨らませてできることから始めましょう。

- 1 お肉の生産や流通・加工に関連する産業が縮小し、従事する人がいなくなる
- 2 国内の畜産業(肉用牛、養豚、養鶏、酪農など)が衰えると、堆肥など資源循環型の農業ができなくなる
- 3 海外からの輸入には、戦争・紛争や輸入先国での家畜伝染病の発生などのリスクがあり、お肉の供給が不安定になる

過去には伝染病などでお肉の輸入が止まったことがあり、**国産のお肉を食べて応援することが安定供給を支えることにつながります。**

知ってる? 農業の循環型サイクル

日本の畜産業は、農業総産出額の約4割と農業全体にとって重要な役割を担い、飼料・家畜・堆肥の循環型サイクルにより、農業生産全体にも重要な役割を担っています。循環型畜産・農業を進めると、飼料や肥料の自給率アップにもつながります。



参考/農林水産省「令和5年生産農業所得統計」

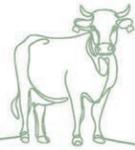


お肉に限らず**日本の生産者を応援することが私たちの“食”を守る**ことにつながります。普段から食べているものが**国産かどうか**を意識して**“選ぶ”**ことから始めてみましょう。

安全・安心なお肉をつくる!

国産牛の種類と生産サイクル

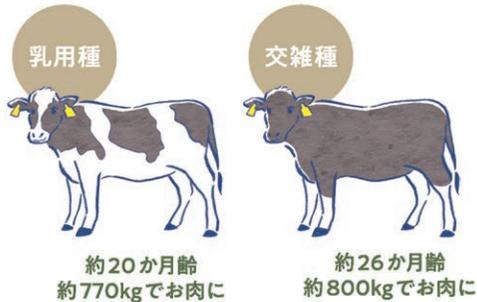
「国産」とは原産地であり、国内での育成期間が長いさまざまな品種を指しますが、中でも、生産者としての匠の技が光る「和牛(肉専用種)」の生産サイクルにスポットを当ててご紹介します。



お肉になる国産牛は大きく分けて3種類



肉専用種



乳用種

交雑種

約20か月齢
約770kgでお肉に

約26か月齢
約800kgでお肉に

食肉の生産を目的とした「肉専用種」に加え、雄子牛が食用目的で生産されている「乳用種」、乳用種と肉専用種を交配させた「交雑種」があります。

繁殖農家から肥育農家につなぐ、和牛の生産サイクル

子牛の体をつくる期間

栄養バランスの良い飼料や草を与えて体をつくり、胃を丈夫にします。

牛を大きくして肉質を良くする期間

肉質を良くするための飼料を与えて大きく育て、霜降り状の脂肪をつけます。

| | | | | |
|----|-------|------|--------|--------|
| 月齢 | 0か月 | 約6か月 | 約10か月 | 約30か月 |
| 体重 | 約35kg | | 約300kg | 約750kg |



和牛は、母牛とその子牛を一定期間育て、子牛の体をつくる「繁殖農家」と、家畜市場で子牛を買い取り、大きく育てて肉質を良くする「肥育農家」の2種類の農家が分業して生産することが一般的です。子牛は約10か月齢・約300kgになると肥育農家に移り、約30か月齢・約750kgになると出荷されます。また、肉専用種の大半を占める「黒毛和種」をはじめ、右の4品種と、それらの交雑種が和牛と呼ばれています。

「和牛」と呼ばれる肉専用種



30か月間ていねいに育てられた牛は「食肉センター(と畜場)」へと運ばれます。

知る・選ぶ・つながる。
生産者のストーリー

消費者の方々に国産牛肉のことを深く知り、選んでもらうために、「おいしさ」のバトンをつなぐ繁殖農家、肥育農家それぞれの生産者にインタビューしました。

牛の能力を引き出すことが使命

有限会社ビクトリー

繁殖編



根岸 拓哉さん

23歳で親元就農し、2代目社長として20年以上畜産に携わっている。子牛90頭、母牛40頭を飼育(令和7年11月末時点)。

根岸さんの1日のスケジュール

- 6:00 出勤 体調・事故チェック
- 7:00 1回目の給餌
- 12:00 昼休み
- 14:00 2回目の給餌 牛舎の掃除 畑仕事
- 17:00 退勤



生まれて、送り出して… 繁殖農家は学校のように

広告関係の仕事に就いてから実家を継ぐことになりましたが、牛づくりというのはクリエイティブな仕事だと思っています。毎日仮説を立てて検証し、トライアンドエラーを繰り返している…。作品づくりにも通じているのではないのでしょうか。さらに、生徒が次々に入れ替わる学校の担任のようなイメージもありますね。その中に1頭として同じ牛はいなく、能力も違う、性格も違う、1頭1頭の牛の能力を最大限に引き出して肥育農家につなぐことが繁殖農家の使命です。いつも牛のそばで過ごして変化をキャッチアップすることを大切にしています。

第1走者のがんばりで お肉の仕上がりが変わる

私たちは「敬意ある畜産」を理念に掲げています。リレーで言う第1走者である繁殖農家が適切な管理をしていると、肉の量が取れず、霜降りも入らず、味も悪くなってしまい、バトンを受け取った肥育農家、流通、小売店と後に続く人たちに迷惑をかけてしまう…。実際に、100の能力があるはずの牛を50まで引き出したとき、30の能力しかない牛でも30までしっかり引き出したときでは、後者の方が優秀です。命が必要とされるようにていねいに育てていくことが、サプライチェーンにいる全員に敬意を払い、お互いを認め合うことになると思います。



元気にごはんを食べているか、 自分の子育てのように牛を見守る

出勤して最初に体調と残した飼料をチェックします。生まれてから3か月までの哺育期は特に死亡しやすい時期でもあるので、いち早く子牛の病気を摘発することが大切です。具体的には、毎日必ず目を見て、首と背中、呼吸、耳、便の順に確認していきます。さらに、熟練すると牛が出す“気”のようなものから異常を感じ取ることができます。また、飼料の量を少しずつ増やしていくために1頭ごとに毎日食べた餌の量をグラフにしていますが、順調に増えていた食餌量が急に減ったら注意が必要です。健康状態が悪いと判断したときは速やかに獣医師の指示を仰いでいます。

人間が居心地が悪いと感じる環境は牛にとっても同じ



清掃



寒さ対策



飼料



ブラッシング

【清掃】ストレスフリーな環境を整えます。【寒さ対策】特に子牛は寒さに弱く、ジャケットとネックウォーマー、腹巻きで温めます。【飼料】常に藁を入れておき、満腹感を保ちます。【ブラッシング】お尻にこびりついた糞を取り除きます。

寝床をフカフカにしてあげると本当に飛び上がって喜ぶので、牛のお世話はとてもやりがいを感じます。子牛はいつもお腹をいっぱいにしてストレスのない健康な状態にすることが一番なので、ミルクも1日に4~5回与えています。少量ずつ複数回に分けて与えることで、下痢をしにくくなり、消化・吸収されるときも内臓への負担を減らすことができます。また、満腹になっても余分なカロリーを与えない藁を常備しています。母牛に対しても、妊娠しやすい状態にするため、健康的でストレスフリーな環境を維持するように心がけています。



ミルクを与える分量は1頭ごとに異なり、機械で管理して飲ませています。人の温もりが恋しい子牛には、飼育員が飲ませることもあります。



牛肉を食べることは、生活の中に牛がいるということ

子牛を育てる繁殖農家の仕事は、命に寄り添った仕事だと思っています。合理的に取り組むことも必要かもしれませんが、私たち日本人は義理人情を重んじる場所があり、国産牛にはその想いが注がれているのではないのでしょうか。「繁殖農家」「肥育農家」と個別に考えるのではなく、「国産牛」というバトンを消費者のもとまでつなげていく…。だからこそ、想いの込められた国産牛を選んでほしい気持ちが常にあります。消費者の方も牛肉料理を食べるときに、生活シーンの中に牛がいること、そこに寄り添ってきた人たちもいることを少しでも想像してください。できることなら、いっしょに育てている感覚で見守ってもらえると嬉しいですね。



託された“命”をブレなく仕上げる

有限会社鳥山牧場

肥育編



鳥山 真さん

畜産業に携わり、30年以上。自身の信念を貫き、国産牛の未来を追求している。肥育牛800頭を飼育（令和7年11月末時点）。

牛のスケジュールに合わせて人間が動く 牛ファーストの精神でストレスフリーに

肥育は大まかに3つのステージがあり、若い段階のときに内臓と骨格をしっかりさせてから次のステップに進めています。そして、牛にとって安心できる環境の中でたくさん食べて、よく休むことが何よりも重要です。そのために、人間の都合で牛が休む時間を奪ってしまわないように、“牛ファースト”で仕事をしています。また、私が若い頃はビタミンAを含む緑色の牧草を食べさせると仕上がりが遅くなると教わりましたが、牛は食べる力と生きる力でビタミンAを消費するので、緑色の牧草も与えています。牛ファーストなので、食べるかどうかは牛たちの気分に合わせて決めてもらっています。

鳥山牧場で与えている飼料



粗飼料



配合飼料

肥育期は配合飼料の割合が多く、1日に11~12kg食べる牛もいるほど。脂の質を良くするために、とうもろこしを多めに含んでいます。

1頭のチャンピオンではなくおいしさを守り続け、 「また食べたい」の声を聞くことが喜び



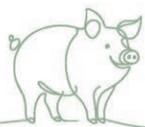
鳥山牧場では1頭のチャンピオンを育てるのではなく、“プロの黒子”としてブレない品質の牛肉をつくり続けたいという想いで肥育に取り組んでいます。消費者から「また食べたい」と思ってもらえるように、脂の質やバランスを整え、時代や考え方の変化に過度に惑わされずに自分たちの和牛を紡いでいくことが指針ですね。

牛という生き物の すべてを味わってほしい

牛肉はどうしても霜降りの柔らかい部位が目立ちがちですが、牛という生き物にはいろいろなおいしい部位があること、それに適した料理があることを知って、食の世界を広げてほしいですね。命を預かる生産者としては単なる“物”ではなく、生きている姿も想像して、価値ある国産牛を選んでもらえることが願いです。

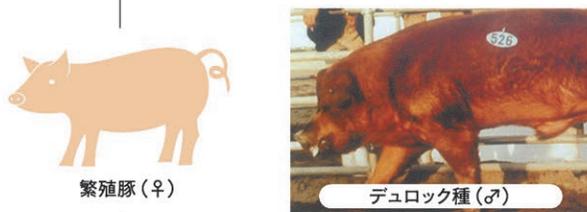
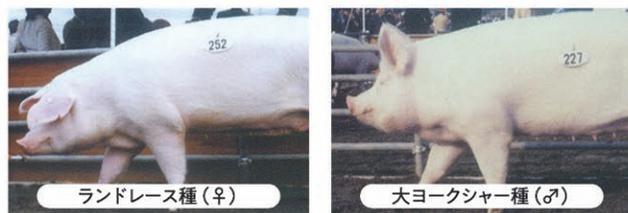
家畜も家きんもていねいな管理体制を徹底

国産の豚と肉用鶏の生産サイクル



国産の豚肉は三元豚がほとんど

国内で飼育される豚の純粋種は、主に「ランドレース種」「大ヨークシャー種」「デュロック種」「パークシャー種」の4品種です。国内で流通している豚肉の大半は、パークシャー種を除く3品種を交配した三元豚（三元交配種）です。ランドレース種の肉量、大ヨークシャー種の産子量、デュロック種の肉質といった、それぞれの長所とともに雑種特有の強健性をあわせ持っています。



黒豚独特の肉質を維持するパークシャー種

「黒豚」と呼ばれるパークシャー種は、他の品種との交配を行わずに肉質を保ち、肥育期間が長いことから高価格で販売されています。



豚の生産サイクル



体重1.5kgほどで生まれてきた子豚は、6か月ほど育て、体重100~120kgになると出荷されます。また、豚は大変きれい好きのため、清掃状態など豚舎の住み心地は発育スピードや肉質に大きく関わります。

家畜の中で産子数No.1

豚は約114日間の妊娠期間を経て約10匹の子豚を産みます。1年に2回ほどのペースで年間20匹程度の子豚を産みます。

年間約**20**匹を出産



6か月間育てられた豚は、牛と同じ「食肉センター（と畜場）」へと運ばれます。

牛はもちろん、国内には豚や鶏を飼育する生産農家も数多くあり、それぞれが安全と健康に気をくばり、愛情を込めて大切に育てています。そんな豚と鶏の一般的な生産サイクルを見てみましょう。



“若どり”と呼ばれる肉用鶏「ブロイラー」の生産サイクル

国内で流通する鶏肉の大半は「ブロイラー」と呼ばれる肉用鶏です。「種鶏場」で生まれた卵は「ふ卵場」に運び、21日間30℃以上で温めてふ化させて、「生産農場」で体重約3kgになるまで約50日間育てます。また、病原菌などから守るため、窓がなく、空調などをコンピューターで管理している鶏舎も増えています。



肉用鶏の飼育環境



鶏舎の衛生管理を徹底する「オールイン・オールアウトシステム」

オールイン・オールアウトシステムとは、同じ日に飼育を開始したひなを一度に出荷し、空になった鶏舎を徹底的に洗浄・消毒してから次のひなを受け入れるシステムです。



肉用鶏は家きんと呼ばれ、牛・豚とは異なる「食鳥処理場」へと運ばれます。

ブロイラーのほかに国内で流通する鶏肉「地鶏」と「銘柄鶏」

国内では「地鶏」「銘柄鶏」も生産しています。地鶏は、飼育期間が75日以上など日本農林規格（JAS）の定義に沿った方法で飼育された鶏を指し、歯ごたえがあることが特徴です。銘柄鶏は、厳密な規定はなく種類や飼料、飼育方法・期間などを工夫して生産した鶏を指します。



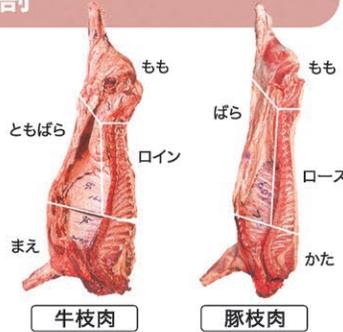
食肉センターに運ばれた牛・豚は お肉の加工と安全管理

生産農家から出荷された牛・豚・鶏は「食肉センター（と畜場）」または「食鳥処理場」へと運ばれて、徹底した安全管理体制のもと、繰り返し検査を行い、お肉へと加工されます。

と畜・解体

大分割

と畜・解体をした牛と豚は、それぞれ「枝肉」の状態に加工します。牛枝肉は「もも」「ロイン」「まえ」「ともばら」の4部位、豚枝肉は「もも」「ロース」「ばら」「かた」の4部位に大分割します。



小割・整形

大分割した牛肉と豚肉は、骨と余分な脂肪を除去し、小割・整形を行って牛肉は11部位、豚肉は8部位に分けます。



梱包・配送

獣医師免許を持つ「と畜検査員」による3段階の検査



生体検査

牛や豚が生きている状態で、健康状態を確認します。病気にかかっていた場合はと畜を禁止します。

解体前検査

と畜した牛や豚に対して触診や血液検査を行い、異常が見つかった場合は解体を禁止します。

解体後検査

解体後に頭部、内臓、枝肉などをそれぞれ検査し、食用として認められないものは廃棄します。

生産者の想い、安全とおいしさを私たちのもとへ！ 消費者につなぐお肉の流通

食肉センターや食鳥処理場でお肉へと加工された後も、さまざまな人たちが関わり、ようやく私たちが日頃から目にするお肉の姿になって食卓にとどけられます。

食品衛生法をしっかりと守って 国産のお肉を安全にとどける

食肉センターで加工した牛肉と豚肉、食鳥処理場で加工した鶏肉は、食品衛生法に基づいて10℃未満で配送し、一般的に都道府県知事より許可を受けた「食肉処理業者（食肉卸）」のもとにとどきます。その後、都道府県知事より許可を受けた「食肉販売業者」のもとにとどき、消費者が安全なお肉をいただくことができます。



食肉センター



食鳥処理場



食肉処理業者（食肉卸）

「牛肉」「豚肉」「牛と豚の畜産副生物（内臓肉）」「鶏肉と鶏の畜産副生物（内臓肉）」は、それぞれ別ルートで食肉処理業者のもとに運ばれます。また、小売用のスライス、カットなどは食肉販売業者のもとで行われます。



食肉店



量販店
(スーパー等)



飲食店
(レストラン等)

etc.

牛肉のトレーサビリティシステム

「トレーサビリティシステム」とは、牛1頭1頭の生産から流通、小売までの流れをすべて管理できる仕組みのことです。牛の耳の札（耳標）に記載された1頭ごとに異なる10桁の「個体識別番号」は、お肉のパッケージなどに表示され、この番号を「独立行政法人 家畜改良センター」のホームページに入力すると履歴をたどることができます。



〈独立行政法人 家畜改良センター〉<https://www.id.nlbc.go.jp>
▶【個体識別番号検索サービス】

知ってる？ 鶏が運ばれる「食鳥処理場」

食鳥処理場へと運ばれた鶏は、獣医師免許を持つ「食鳥検査員」が1羽ずつ「生体検査」を行い、問題がなかった鶏のみをとさつします。さらに、「脱羽後検査」「内臓摘出後検査」と計3段階の検査を行い、異常がないことを確認してから食鳥処理場内の加工室（場）へと運び、できるだけ人の手が触れないように機械を使って解体して出荷します。

1 生体検査

ケージ越しに1羽1羽確認し、体調不良や病気の個体を取り除きます。



2 脱羽後検査

羽毛を抜き取り、水洗いした「と体」表面の色の変化などを観察します。

3 内臓摘出後検査

取り除いた内臓や腹腔内の状態を検査し、正常なものだけを加工します。

食事への感謝を込めたあいさつ 「いただきます」と「ごちそうさま」の 意味を知っておこう!

お肉をはじめとした食べものは、牛・豚・鶏などの命、つくり手の想いのもとにつくられています。食事のあいさつは、食べものや食に関わるすべての人たちに向けた感謝の言葉です。その意味を改めて理解し、食品を無駄にせず、おいしくいただくために私たちができることを考えてみましょう。

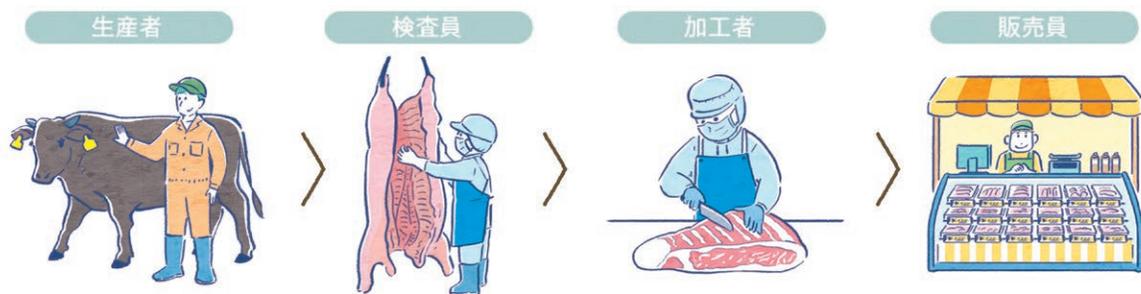
いただきます

食事に関わった方々に感謝して食べものを頭上に掲げる動作である「押しいただく」、家畜や家さんなどの「命をいただく」という2つの意味があります。



ごちそうさま

ごちそうさまの「馳走(ちそう)」は、「走りまわる」という意味です。走りまわって食べものを準備したすべての人に対して、無事に食事を終え、命をつなげたことへの感謝を伝える言葉です。



お肉が食卓にとどくまでに関わる多くの人への感謝の気持ちを大切にしましょう。

日本の食品ロス問題

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられてしまっている食べものことです。現在日本では、1年間に450万トン以上の食品が捨てられています。また、国内の食品ロスの約半数は食べ残しや使い忘れ、本来食べられる部分を捨てるなど、“家庭から出たもの”といわれています。食品ロスの削減に向け、冷蔵庫内の在庫確認はもとより、食事に対する感謝の気持ちを忘れずに残さず食べきるように努力しましょう。



参考/環境省「我が国の食品ロスの発生量の推計値(令和5年度)」

心に留めたい、生産者事情の現在地

こだわりと愛情を持って牛・豚・鶏を育てる生産者が大きな困難を迎えています。国産のお肉を守るために、離農が進む昨今の状況と真摯に向き合い、私たちにできることを考えてみませんか?



肉用牛農家が10年間で
20,000戸以上減少しています

2013年度から2023年度までの10年間で、肉用牛農家は約6割に減少し、1戸の肉用牛農家が約1,400人分もの牛肉を生産している状況です。同じく養豚農家は約6割、肉用鶏農家は約9割と比較的緩やかですが減少傾向にあります。

生産者の離農原因に、 飼料の高騰も影響しています

日本の生産農家は飼料のほとんどを輸入に頼っています。また、畜産全体に対する飼料価格の平均は、2021~2025年の間に1トンあたり30,000円ほど高騰した時期もあり、その後も厳しい状況が続いています。



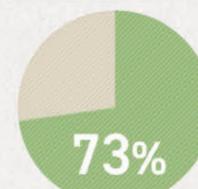
家畜・家さんの生産コストに占める飼料費の割合

生産コストの大半を飼料費が占めています。そのうち、4分の3近くを輸入に頼っています。



出典/農林水産省「畜産物生産費統計」および「営農類型別経営統計」

輸入の割合



出典/農林水産省「食料需給表」

生産者もコストを減らすための 取り組みに励んでいます

一方、肉用牛農家では1頭あたりの肉量を増やし、子牛を産む間隔を短くするなどの家畜改良に挑戦しています。また、養豚農家では子豚が離乳するまでの生存頭数を増やす、肉用鶏農家では1戸あたりで飼育する鶏の数を増やすなど、さまざまな取り組みを進めています。



参考/農林水産省「適正価格形成のための情報プラットフォーム」

\\ お子さまと一緒に肉を学ぼう! //

| | |
|--|--|
|  <p>たのしく、おいしく、 お肉を学ぼう!</p> <p>お肉の食育サイト おにくらぶ</p> |  <p>おにくらぶ 🔍</p> |
|--|--|

\\ 知識を深めてお肉をもっとおいしく! //

お肉のことを学んで「食」の楽しみを膨らませよう!

お肉検定

毎日の食卓に「お肉」がある豊かな食生活を!



お肉や食育について
家族みんなで知っておきたい
情報が盛りだくさんじゃ



おにくらぶ部長
お肉博士
名前: 鬼九大介(おにくだいすけ)

全国食肉事業協同組合連合会

東京都港区赤坂6-13-16 アジミックビル8F TEL:03-3582-1241 <https://www.ajmic.or.jp>

令和7年度日本中央競馬会畜産振興事業(国産食肉理解促進食育実践事業)



日本中央競馬会
特別振興資金助成事業