

赤身和牛と京野菜による

「糖質オフ健康食」の普及と観光客の集客

株式会社きたやま南山

代表取締役

楠本

貞愛さん



楠本 貞愛さん

平成25年度 採択事業

体に優しいお肉のススメ

株式会社きたやま南山は、昭和46（1971）年に滋賀県の永源寺ダムに沈む村から農家を移築して開業した焼肉料理店を営んでいます。安全安心な食肉を追求し、いわて短角和牛、但馬系の近江牛、独自ブランドの京たんくろ和牛について、産直1頭仕入れで提供しています。今回の採択事業は、平成22（2010）年からスタートした糖質オフ健康食の研究を、より美味しくメニュー化して普及させるとともに、今後増える外国人観光客の方々にも安心して提供できるメニュー開発につなげるものです。

「お肉と聞くと一般的にどのようなイメージを持たれていますか？」と代表取締役の楠本貞愛さん。恐らく、カロリーが高くてグルメな食材として、健康とはかけ離れたイメージを持たれる方が多いのではないのでしょうか。霜降りで脂がのり軟らかくて高級・・・そういったものが好まれるイメージが強い牛肉ですが、実はそれは、筋間脂肪を増やすために不健康な状態で飼育された牛の肉。牛肉の赤身には糖質がほとんど含まれず、むしろ脂肪燃焼作用もあるため、きたやま南山では、放牧や自給飼料で、動物福祉に配慮されながら健康に育った赤身のお肉を、本当に体に良いタンパク源として、消費者に普及していく努力をされているのです。これまで、お肉の健康的な食べ方や、血糖値を上げない食事について研究し、平成23（2011）年には焼肉ダイエットの実証実験にも成功されています。



「食と健康セミナー」の開催風景

平成25（2013）年度に行った事業としては、まず、連続3回講座の「食と健康セミナー」。子供が丈夫になる食べ方を指導する栄養療法カウンセラー、たんぱく質を主食にしたダイエットを指導しているクリニック院長、ナチュラルパレオ（原始人食）を提唱する総合医療家の先生



セミナーで学んだ内容をもとに、冊子「肉菜健康な糖質オフのすすめ」を作成

農林水産物の活用

など、医学分野から4名の先生をお迎えして開催しました。セミナーの内容は冊子「肉菜健康な糖質オフのすすめ」にまとめ、きたやま南山のホームページでも公開し、誰でも閲覧できるようにされています。

生産者と消費者をつなぐ

本来、牛は草食動物。脂ののった高級な牛肉にするため、穀物を飼料に飼育していること自体が間違いであり、草を食べてタンパク源を作る本来の姿で飼育した牛が、健康で良質なお肉となります。しかし、脂の少ない赤身のお肉は、パサパサしてすぐに硬くなるイメージを持たれているため、積極的に需要を作らなければ生産者の負担が大きくなるそう。楠本さんは、どこまでおしゃれに美味しくお客様に提供できるかを考え、理解ある生産者と消費者をつなぐことが、販売者としての役割だと言います。そこで、赤身のお肉を中心とした「肉菜健美」と名付けた糖質オフメニューを作り、糖尿病などの方にも安心して食べて頂ける糖質制限食として販売を始めています。ダイエットにしても、糖質制限にしても、ただカロリーを少なくしたら良いというものではありません。栄養価もスタミナもきちんと確保しながら、心も体も健康になるメニューを提供しているのです。



「肉菜健美」メニューの一部

実は、ちょうど「食と健康セミナー」が始まった平成25（2013）年7月、楠本さんのお母様が脳梗塞で倒れられ、入院されることになったそうです。入院中は投薬を中心とした治療に専念されましたが、セミナーで学んだことを実践するつもりで、退院後は投薬をやめ、糖質制限食で自宅介護をされたそう。持病の糖尿病を、血糖値を下げるインシュリン注射を行わずに血糖管理することは、なかなか周りにも理解されず苦労されたそうですが、今では血糖値も安定し、ご自身の足で歩くことができるほどに回復されたそうです。この時、楠本さんは、まさに『医に勝る食』を実感。「近年、アレルギー表示は徹底されるようになってきましたが、同じように糖質制限についても広く理解を広めていきたい」と、言葉にも説得力があるのは、糖質制限食を実践し、その効果を間近で見て来た経験があるからこそだったのです。

ハラール牛に認定

また、楠本さんは、こういった良質なお肉を食養生の1つとして、京都に多く来訪される外国人観光客にも楽しんでいただこうと、工夫を進めます。平成26（2014）年には、オリジナルブランドの京たんくろ和牛が、ムスリムの方にも安心して食べて頂ける「ハラール和牛」として認定され、10月から本格的にムスリムフレンドリーメニューの販売を始めました。楠本さんは、ハラール認定のため、イスラム圏の食文化について熱心に調べていったそうです。その結果、イスラム圏では、命あるものはすべて神に捧げ、許しを得て分け合って食べる、という美しい食文化が宗教と一緒に生活に根付いていることに気づき、その神聖な世界観に驚かれたそう。ハラール認定にあたっては、京都ムスリム協会の方に実際に屠畜の確認を行ってもらうなど、厳しい審査がありましたが、調理場もすでに糖質オフメニューのラインが確立していたため、それを少しアレンジするだけで実現できたそうです。

糖質オフメニューも、ムスリムフレンドリーメニューも、売上比率は決して大きくはありません。しかし、楠本さんは、確かなニーズがそこにあり、それを求めて来店されるお客様に確実に喜んでいただけることがやりがいだと言います。創業43年。リピーターの方も年を重ねられていく中で、これからも健康にきたやま南山のお肉を食べて頂けるようにしていきたい、と、終始笑顔でお話をされていたのが印象的でした。



京都ムスリム協会のご協力のもと京たんくろ和牛がハラール牛に認定

事業概要

株式会社 きたやま南山

http://www.nanzan-net.com

代表：代表取締役 楠本 貞愛

業種：飲食業（和牛焼肉料理屋）、惣菜製造業、食肉販売業

創業：昭和46（1971）年 設立：昭和54（1979）年

住所：〒606-0846 京都市左京区下鴨北野々神町31番地

TEL：075-722-4131 FAX：075-721-6001