

第48号
平成19年
10月3日

すまいるたうん

汐入



発行元
東京新聞南千住専売所
TEL 3803-1781
発行責任者
鬼塚 佳代子
TEL 3807-3486
携帯 090-2657-0300

国産肉で安心のお届け 飯田商店

「食べていただければ、わかりま
す。牛肉は、国産と外国産では、
尾（テール）から舌（タン）まで
全て味、柔らかさが違うんです」

飯田商店は、約半世紀コツ通りで国産
専門の精肉店として安全安心な肉を提供
しております。

日本の食料自給率は年々低下を続け、
平成18年では39%（カロリーベース）と、
低い値が示されていることから、日本は
食料の多くを、輸入に頼っていることが
わかります。BSE（牛海綿状脳症）問
題、鳥インフルエンザなどで近年国産肉
の安全性に注目されてきましたが、健
康な食生活を送る為、食物の安全性・危
険性を見極める「選食力」が必要です。
「まぐろと同じで、いいものは肉の色が
いいし、色の変わり方が違います」

飯田商店は、牛肉・豚肉・鳥肉は全て
国産を提供しております。



鳥肉は、水と空気の澄んだ
茨城の高原で育った茨城産名柄鶏「紅ふ
じ鶏」を使用。豚肉は食べて柔らかく、
サッパリとしていて臭みのない肉で艶や

かな美しいピンク色できめが細かい茨城
産の「もち豚」です。豚肉は明治維新
後、関東で普及され、関東を中心とする
多くの地方で「肉」と言えば豚肉のこと
を指すようになりました。なお、関西で
「肉」と言えば牛肉のことを指し、豚肉
は「豚」と呼ばれる事が多く、豚肉など
を使った中華まんのことを「肉まん」と
は呼ばず関西では「豚まん」と呼ぶそう
です。

たビタミン類は肌の活性化にも効果を発
揮します。
牛肉には脂質・たんぱく質・鉄が豊富
に含まれており、特徴としては鉄が豚肉
よりも多く含まれている事です。肉に含
まれるたんぱく質は私達の体を構成する
のに不可欠な必須アミノ酸を含んだ良質
な栄養素で抵抗力をつけるのに効果的で
す。

脂っこくてカロリーの高そうな豚肉で
すが、実は低カロリーで、ダイエット向
きの食材なのです。豚肉の脂身にはコレ
ステロールを低下してくれる脂肪が多く
含まれているので、コレステロールが気
になる人にもおすすすめです。また、良質
のタンパク質も豊富で、もも肉100g分の
タンパク質を他の食品に換算すると卵な
ら2個、牛乳では70mlに相当します。豚
肉には疲労回復に効果的なビタミンB1
が牛肉の約10倍含まれていて筋肉に溜まっ
ていく疲労物質、乳酸を取り除きます。

また、鳥肉はたんぱく質を豊富に含み、
脂肪が少なく、胃腸の弱い人のたんぱく
源には最適でしょう。ダイエット中の人
には皮を除いて考えればカロリーも一段
と低くなり良質なたんぱく質と共にガン
予防にも有効なビタミンAも豊富で牛肉
や豚肉の数倍含まれているといわれます。
ダイエットにも病後の体力回復にも役立
つでしょう。

またビタミンB1には、酵素を助ける
働きもあるので、不足すると疲れやすく
なる、手足のしびれ、体のむくみ、すぐ
息が上がるなどという症状があらわれま
す。さらには脳の働きを活発にさせるビ
タミンB12も豊富に含んでいます。ま

3つの保育園に毎日
お肉を供給している飯
田商店、とんかつ・メ
ンチカツ・コロツケ、
お惣菜の揚げ物もち
らの国産、量り売りの
安全を食してみたい
かがでしょうか。

飯田商店
南千住5-43-11
TEL (3807) 8766
営業時間 AM10時～PM7時半
定休日 日祭日