

焼肉 ガストロノミー

サガリ、マトン、島産牛
その土地の風土と人の営みが
独自の食文化を育んできた

日本三大『焼肉文化都市』をゆく。

北見
石垣
飯田

北国の鉄道員が育てた 豚ホルモンとサガリの聖地

北見市は、冬は雪と流水に包まれる北国の商業都市。都市発展の活力源は、確固たる焼肉文化として今も根ざしている。

北見焼肉は華やかな食肉文化ではなく、北国の都市発展の中で磨き上げられたものだ。焼肉の美味しさを広めた先人たちが、鉄道の発展、そして地域産業を支える食肉加工場。この街ならではの環境が、独自の食文化を育んだ。

当時、まだ主流ではなかったホルモンの発見と、それを活かす技術。そこにはホルモンを囲む人々の生活と、地域に根ざした知恵がある。



北見厳寒の焼き肉まつり 時には氷点下20度に迫る北見市で、凍てつく寒さの中で七輪を囲む冬の祭典。冷気さえもスパイスに変え、白い息と香ばしい煙の中で肉を頬張る、熱気溢れる特別な体験ができます。



北海道北見市

移民と労働者が産んだ、 豚ホルモンの礎

北見の焼肉文化の起源を辿ると、昭和中期の都市形成期に行き着く。その核心にあったのは国鉄北見駅の裏手に存在した食肉加工場であった。

オホーツクの交通の要所であり物流の要でもあった北見。畜産物を供給する拠点となりながら、当時着目されていなかった豚の内臓肉が新鮮かつ安価に供給される環境を生み出した。

当時サガリやホルモンといった内臓肉は価値が低いと見なされ、廃棄されることさえあった部位である。しかし北見ではこの「副産物」が独自の食文化の源泉となった。新鮮な内臓肉は食肉加工場で働く人々や鉄道の



七輪と炭火で焼くと、強い火力と遠赤外線が肉をふっくら仕上げ、炭の香りが食欲をそそります。

そしてこの鍋文化と並び、炭火で肉を焼くスタイルも育っていた。1950年、北見で最初の焼肉店が誕生する。この店はこれまで十分に活用されてこなかった新鮮な内臓肉の価値を焼肉という新たな形で見出し、国鉄職員や市職員といった町の産業を支える労働者に愛された。そうして次第に焼肉店が軒を連ねるようになっていった。

当時から豚の内臓肉をミックスしたメニューを主に七輪を使って炭火で焼き、現在にも伝わる「生ダレ」をつけて食べるという北見焼肉の基礎が確立された。

下味をつけない北見焼肉と農業 地域を包含する、生ダレの文化

北見焼肉の個性を決定づけるもう一つの要素が、その独特のタレ「生ダレ（なまだれ）」である。これは一般的な焼肉のタレとは異なり、加熱処理を行わず、生の素材を活かして作られる非加熱のタレを指す。この生ダレこそが、北見焼肉を完成させる。

生ダレは店ごとに秘伝の配合はあるが、多くの店舗で基本的な製法は共通している。醤油をベースに、すりおろした玉ねぎやリンゴ、生姜、ニンニクなどを加え、加熱せずに適度な期間熟成させる。これによって、フレッシュで鮮烈な風味とまろやかさが両立し、新鮮な肉の繊細な旨味を最大限に引き立てるのである。特に、熟成によって角が取れた玉ねぎの甘みと香りは、内臓肉の旨みやホルモンの濃厚な脂と見事に調和する。後味を美しく整え、次の一口、また一口と箸を進ませる。

この食文化が生まれたのは偶然ではない。新鮮な肉と、最高の相棒である玉ねぎがこの土地に揃っていたからこそなのだ。日本一の玉ねぎ生産地という環境が、この独自のタレ文化を支えている。

北見は日本随一の農業地域でもあり、その発展とともに、食材の供給環境も進化を遂げた。



北見産玉ねぎ 日本一の生産量を誇る北見玉ねぎ。加熱することで甘みが増す、北見焼肉の名脇役です。



生ダレ 味付けされずに運ばれるお肉には塩こしょう、生ダレをつけて。お店ごとの味の違いも楽しめます。



上 / 牛サガリ

北見焼肉といえばまずはこれ。市民の誰もが愛する牛サガリを、生ダレで味わうのが北見焼肉の基本スタイルです。

下 / 豚ホルモン

徹底した鮮度管理と、職人の技術が光る丁寧な下処理。シンプルゆえに嚙みつけたいその味わいこそが、北見焼肉のアイデンティティ。

北見焼肉の核心に迫る 牛サガリと 豚ホルモンの因果

北見焼肉には「牛サガリ」と「豚ホルモン」という揺るぎない二つの柱がある。北見の焼肉店でメニューを開けば、この二つが他の部位を圧倒する存在感を放っていることに気づくだろう。

中でも牛サガリは、赤身のような見た目でありながら、実は横隔膜の一部にあたる「内臓肉」だ。この事実こそ、内臓肉で育った北見市民の嗜好の本質を物語っている。

日本が高度経済成長期を迎え、牛肉が一般家庭にも普及し始めると、全国的にはサシの入った「カルビ」が焼肉の王座に就いた。しかし、北見の人々が選んだのはカルビではない。自らのルーツである内臓肉の系譜に連なるサガリであった。それは単なる味の好みを超えた、文化的な意思表明とも言えるものだ。

求めたのは、華やかな霜降り肉の脂ではない。噛みしめるほどに溢れ出す肉の濃厚な旨味と、繊維がほどける適度な弾力だ。この味への執着は「サガリ原理主義」とも言える強い信念となっており、北見焼肉の揺るぎない誇りそのものである。この独特なこだわりこそ、北見の食文化を理解する上で極めて重要である。

観光客が北見でサガリを一枚焼くとき、それは単に肉を味わう行為ではない。その一枚を通して、この土地が築き上げた独自の食の哲学に触れていただきたい。

もう一方の主役、豚ホルモンの価値は何よりもその鮮度にある。食肉加工場が身近にあった歴史から、新鮮なものが手に入りやすく、保存を目的とした濃いタレでの下漬けも不要だ。一口食べればプリプリとした食感と共に、脂の旨みと甘みが口いっぱいに広がる。丁寧な下処理によって、素材そのものの純粹な味わいが引き出されているのだ。

北見焼肉の歴史を変えた、「牛サガリ」の産声



昭和49年(1974年)創業の「香風園」。北見の街には、こうした歴史を作ってきた焼肉店が数多く立ち並んでいます。



豚肉文化の北見で常識を覆し、歴史を切り拓いた牛サガリ。店主の情熱が宿る一品です。

「焼肉の街」北見。かつては豚ホルモンが絶対的な主流であり、牛肉を焼く文化は皆無に等しかったこの街で、孤独な挑戦を始めた一軒の店がある。

創業当時、周囲からは「牛肉なんて本当に美味しいのか？」と懐疑的な声すら上がったという。しかし店主は都会で目にした牛肉の可能性を信じ、北見での提供を決意。誰よりも品質にこだわり、勝負をかけたのが今や北見焼肉の代名詞ともなった「牛サガリ」だった。

その実直な味は次第に地元民の舌を唸らせ、豚一色だったこの街の常識を覆した。サガリを定番へと押し上げた先見の明と情熱。その一皿には、北見の焼肉史を切り拓いた、レジエンドの魂が宿っている。

南アルプスが育んだ

「命」の食文化

南アルプスの懐、山間部農業の精神を食む街。
その多様性と精神のルーツを訪ねて。

長野県飯田市は人口比で日本屈指の焼肉
店舗数を誇る街である。しかしその本質は
単なる店舗数ではない。

南アルプスの山々に抱かれたこの地には
牛、豚、羊、馬、ジビエまでもが素材とし
て共存する。世界でも類を見ない食肉文化
の宝庫であり、まさに「焼肉デパート」と
呼ぶべき文化が根付いている。
そこには山間部の厳しい農業の歴史から生
まれた「命を余さずいただく」という精神
性を背景に、多様な肉の部位と独自の食べ
方を開花させた飯田市ならではのガストロ
ノミーがある。



飯田の食肉文化の深層に触れる
とき、我々はまず山々に囲まれた
飯田下伊那の風土と、そこで営ま
れてきた農業の歴史に向き合わね
ばならない。かつてこの地では、
牛や馬は家族同然の「役畜」であ
り、貴重な労働力であった。明治
時代、飯田市の精肉店「児島養
生館」が牛肉を扱っていた記録が
残るが、それは「薬食い」として
の側面も持っていた。

小型耕運機が普及し、彼らが役

割を終える昭和30
々は労働を共にした
字通り最後まで大切
の精神性の象徴とも
「肉の内臓をじっくりと

煮込んだ郷土料理「おたぐり」で
ある。腸を「たぐり寄せる」よう
にして丁寧の下処理したことから
名付けられたこの料理は、まさに
「命を無駄にしない」という、こ
の土地に生きる人々の哲学と感謝
の結晶だ。

飯田の焼肉文化は食の追求か
ら始まったものではなく、生活上
の必要性と、命を尊重する精神
から生まれ、今日まで育てられ
てきたものである。

この「命を無駄にしない」という
精神こそが、後にあらゆる種類の肉
を受け入れ「焼肉デパート」と称さ
れるユニークな文化を開花させる
哲学的な土壌となったのである。

農業を背景に、役畜を最後まで大切に。
的ルーツの象徴「おたぐり」

飯田焼肉 ガストロノミー



おたぐり 腸をたぐり寄せる下処理が名の由来となった馬の内臓の煮付け。飯田焼肉に大きな影響を与えています。



牛・豚・羊を問わず、肉も内臓も大切にいただく。鉄板の上では、多種多様な部位が分け隔てなく主役になります。

羊焼肉の黎明と、 豚々と続く「家庭のタレ」

飯田の焼肉史を語る上で欠かせないのが「羊肉」である。意外にもこの街の焼肉文化の原点は、豚や牛肉ではなくマトン（成羊肉）にあった。

昭和初期、国の政策もあって綿羊産業が盛んとなり、羊は羊毛を採るために飼育されていた。しかし戦後の食糧難の時代、あるいは老齢となり毛が採れなくなった羊は、貴重なタンパク源として食されるようになる。当時から七輪と鉄のジンギスカン鍋を用い、車座になって鍋をつついており、これが飯田における「焼肉」の原風景となった。

全国的なジンギスカンブームや安価な輸入マトンの流入も後押しし、羊肉は現在も飯田の食卓に深く浸透している。

ジンギスカン専門店でなくとも、羊肉を味わえる独自の焼肉文化はこのように形成された。



昭和16年、旧制飯田中学（現飯田高校）の先生が、山本村（現飯田市山本）に羊を求めて訪問。昭和7年の綿羊導入から飼育数が増え続けた、地域の歴史が伺えます。

そして、その羊肉と共に育まれたのが「タレ」の文化だ。当時、市販の焼肉のタレなどはまだ流通していない。人々は各家庭で醤油をベースに地元で採れるニンニクや唐辛子、そして隠し味にリンゴをすりおろして加え、独自のタレを作ったという。この「わが家の味」こそが、飯田焼肉のタレの原型である。現在も飯田市内の焼肉店で提供されるタレは、醤油ベースで塩味がやや強い傾向にある。それは豚々と受け継がれてきた「家庭のタレ」の記憶であり、飯田の焼肉文化が商業的な流行ではなく、日々の暮らしの中で培われた生活文化の証でもある。



左上 / 手前が黒モツ、奥がカシラ
皮はカリッ、中はフワッ。第一胃を皮ごと味わう黒モツは食感が魅力。カシラは豚のコメカミ部分。脂は少なく、濃厚な旨味と弾力ある肉質が特徴。

左下 / 牛羊が一皿に盛られた肉盛り
様々な種類、それぞれの魅力をすべて美味しくいただくのが飯田焼肉です。

右上 / 熟成ダレ
飯田焼肉の原点・ジンギスカンから続く熟成ダレ。ニンニクと唐辛子を効かせた各店の味が、肉を包み込みます。

右下 / マトン
綿羊産業から羊肉文化が定着。現在綿羊産業は見られなくなりましたが、マトンを食べる文化は根ざしています。

独自の食べ方と多様性の開花

牛・豚・羊、そして黒モツ

飯田の焼肉店を訪れた者は、そのメニューの多様性に驚かされることだろう。「日本一の焼肉の街」を自負する飯田のラインナップは、まさに「焼肉デパート」と呼ぶにふさわしい。一般的な牛カルビやロース、豚バラはもちろん、文化の起源であるマトンやラムが定番として並ぶ。だが、飯田の真骨頂はここからだ。

他の地域ではまずお目にかれない極めてローカルな部位が堂々と

主役級で名を連ねる。その筆頭が「黒モツ」である。牛の第一胃（ミノ）の一部を、黒い皮目を残したままポイルしたもので、その名の通り真っ黒な見た目をしている。さっと炙ればコリコリ、よく焼けばサクサクとした独特の歯触りが楽しめる、飯田市民のソウルフードだ。

さらに豚のコメカミにあたる「カシラ」も定番の人気部位。ここではあらゆる部位が尊重され、焼肉の主役となる。

飯田焼肉の流儀に、厳格なヒエラルキーは存在しない。牛カルビやマトンが焼かれ、その横で黒モツが炙られる。この多様性と自由こそが飯田焼肉である。高級な肉から内臓肉まで、すべてを分け隔てなく美味しくいただく。この懐の深さが焼肉を特別な「馳走」ではなく、誰もが参加できる日常の営みへと昇華させ、この地に文化として深く根付かせたのである。

南アルプスが産んだ至高の和牛「南信州牛」

飯田の「焼肉デパート」が誇る多様な品揃えの中でも、特別な存在を放つのが地元ブランド、「南信州牛」である。

昭和初期、牛は農業や暮らしに欠かせない「役畜」として重宝されていた。南信州牛のルーツはこの地域農業にあり、長野県南部の豊かな自然環境で育まれた黒毛和牛とその飼育技術は、現代まで着実に進化していった。

その特徴はきめ細かな霜降りりと、芳醇な脂肪の質にある。口に入れた瞬間、口内でなめらかに溶け始め、「和牛香」と呼ばれる甘い香りが広がる。その品質の高さは、目利きの厳しい京都の中央卸売市場において、最高級の牛肉に与えられる「特選牛」の認定第一号に輝いた実績が物語っている。

この品質を支えるのは飯田の生産者の実直な「飼い方の上手さ」だ。「気候がいい、水がいい」という天恵に加え、多くが数十頭からという小規模経営だからこそ可能な、一頭一頭への丁寧な目配り。それがこの至高の和牛を育んでいる。

そして最も重要なのは、これが高級・庶民といったヒエラルキーに縛られることなく、マトンや黒モツと調和して「共存」している点だ。庶民的な内臓肉や羊肉から最高級の和牛まで、一つの鉄板の上で焼かれる。このあらゆる食肉文化を包含する多様性と、生き物と肉を尊重し真摯に向き合う精神性こそ、飯田の食文化の本質である。



島の精神と風土が産んだ 焼肉テロワール

産業の背景にある、確固たる八重山文化と精神

なぜ石垣島は人口約5万人の離島でありながら、日本有数の焼肉の街となったのか。その答えを単純に語ることはできない。「八重山焼肉テロワール」。それは、この土地の気候、琉球文化の歴史と経済構造、そして豊かな海と大地の恵みが複雑に絡み合い生まれた、完結した焼肉の文化体系である。島が誇る和牛、命を丸ごといただく島の哲学、そして旅人。石垣焼肉とは島のすべてが血の上で凝縮・再構築された、島の食肉テロワールなのである。

石垣焼肉

ガストロノミー



柔らかく上質な味わいは、石垣島観光の大きな魅力。焼肉で味わうその一口は、旅の特別な思い出となるでしょう。

柱となる、
八重山の和牛

石垣焼肉のテロワールを語る上で核となるのは、和牛ブランドの存在だ。もともと石垣島は、和牛の素牛（もとうし）を育てる地域の一つであった。島の温暖な気候は健康な子牛を育てるのに適しており、その多くが本土に運ばれ日本各地のブランド和牛となる。島は長らく、名牛たちを支える「縁の下

の力持ち」であった。しかし平成中期、その流れが変わる。自らの牛を島内で育て上げ、地域で消費する。この循環が石垣独自の焼肉テロワールを花開かせたのである。

その重要な役割を持つ石垣焼肉の顔、「大使」としての役割を果たしたのが石垣牛である。その名が世界に轟いたのは2000年の九州・沖縄サミット。晩餐会で提供され、国際的な認知を獲得した。この世界に誇る和牛ブランドは、JAおきなわが定める厳格な飼育方法や餌など地域共通の育成方

暖かな気候と自然に包まれ、のびのびと育つ島産牛。ストレスフリーな環境が、上質な肉質を育みます。



針を満たさねばならず、その品質は地域で保証されている。年間平均気温約24度という亜熱帯の気候は、牛にとってストレスフリーな環境をもたらす。この恵まれた風土が、脂の融点が低く、口溶けのよい柔らかな肉質を生み出す。また、島内には各生産者が独自の哲学を持って育てる個性豊かな和牛も存在する。融点の低い脂や赤身本来の味わいを追求するなど、それぞれの牧場が確固たる価値基準に基づいた肥育に取り組んでおり、石垣島の和牛の多様性と奥深さを支えている。

石垣島の焼肉店ではJAおきなわが品質保証する石垣牛をはじめ、島で育まれた多彩な和牛が取り扱われ、のどかな島の風土を想像しながらテロワールに触れられる食体験の環境が整っている。



上 / 島産牛
温暖な気候と豊かな自然に育まれた島産牛は、きめ細やかな霜降りと赤身の旨みが絶妙です。

下 / 島産豚
石垣の食文化を支えてきた主役は豚。甘みと深い旨みは格別で、個性豊かなブランド豚が揃います。

「鳴き声以外すべて食べる」島人の精神と石垣焼肉

石垣焼肉のメニューを開くと、特選の赤身肉と並び、牛の多様な内臓肉がその名を連ねている。赤身の精肉だけではない。この内臓肉への距離感こそが、石垣焼肉を高級和牛の体験から、地域の精神性にも触れる「ガストロノミー」の域へと高めている。

そしてこの背景にある沖縄独自の食の哲学を見逃してはならない。琉球の食文化は、中国や東南アジアの強い影響下にあり、「医食同源」の思想が根付いてきた。象徴的なのが「豚は鳴き声以外すべて食べる」という言葉だ。皮付きの角煮「ラフテー」、内臓の吸い物「中身汁」、豚足の煮込み「てびち」に至るまで、文字通りあらゆる部位を余さず調理し

食する。その根底には「以類補類（イリイホルイ）」——自身の体の悪い部分を治すには、動物の同じ部位を食べると良い、という教えがある。内臓は健康を支える大切な糧であり、滋養強壯の「宝」とされてきた。この哲学は、島の食文化に根ざしている山羊（ヒージャー）料理にも共通する。

これらの文化を持つ石垣島では、高品質な和牛が焼肉の顔となった石垣焼肉においても、この「一頭丸ごと余す所なく」の哲学がごく自然に適用され、赤肉と内臓が共存する。石垣焼肉における内臓肉は、全国的な内臓肉の文脈とは一線を画し、「一頭の価値」を構成する重要な一部として扱われているのである。

島人が育て、
旅行者と作り上げる
現在進行形の焼肉文化

石垣島にこれほど焼肉店が隆盛する背景には、島の産業構造と観光産業が生み出した独自の経済循環が存在する。

前述の通り、歴史的にみて石垣島の温暖な気候は健康な子牛（素牛Ⅱもとうし）を育てるのに適しており、島は「繁殖」の地であった。ここで生まれた子牛の多くは本土へ運ばれ、日本を代表するブランド和牛として肥育されていたが、石垣島は長らく他ブランドのテロワールの「源流」を供給する縁の下

の力持ちであった。この構造を根本から変える意思決定が、1999年の「JA石垣牛肥育部会」の設立である。「子牛の産地」から脱却し、自らの手で「肥育」し、自らの島で消費するという戦略的転換があった。

立ち上る炎と香ばしい香り。石垣島の大自然が育んだ島産牛を、豪快に焼き上げる至福の瞬間。



写真提供 / やきにくCHAN

しかしこの戦略は「圧倒的な希少性」というジレンマを抱えていた。「石垣牛」の年間出荷頭数は1000頭未満と、全国市場に流通させるには規模が小さい。では、誰がこの希少な和牛を消費するのか。その答えが、年間140万人以上が訪れる観光客の存在であった。

石垣島の和牛を焼肉店で食べるというスタイルは、地元民よりも島を訪れる旅行者が作り上げたものだ。生産者が丹精込めて育てた希少な和牛を、島の風土を体験しに来た旅行者が消費する。この循環こそが石垣焼肉という産業を成立させ、発展させてきた原動力なのである。

全国に広く薄く流通させるのではなく、生産地で島の風土とともに体験される「テロワール」として提供する。この文化は、島の生産者の技術と熱意に加え、石垣の自然や文化に惹かれて島を訪れ、その体験の一部として焼肉を楽しむ旅行者たちが、ともに作り上げたものである。

つまり石垣焼肉とは、島人が育て、旅行者が食べることで完成する、現在進行形の食文化である。生産者と消費者が同じ風土の中で出会い、ともに価値を生み出す。その意味で石垣焼肉は単なる「食」ではなく、島と旅人が織りなす体験そのものである。

塩、そして島のスパイス
島の文化が、テロワールを
多面的に炙り出す



島胡椒 ピパーチ
独特の甘い香りが魅力の島胡椒。そのスパイシーな刺激がアクセントとなり、焼肉の美味しさを一層引き出します。



塩（天然塩）
海の恵みから生まれる天然塩は肉本来の旨みを引き立て、アクセントを添えます。海を感じる、ここでしか味わえない風味をぜひ。

石垣焼肉のテロワールは肉だけに留まらない。肉のポテンシャルを最大限に引き出す「調味料」に、島の風土が宿っている。多くの店が「塩」での味わいを推奨する。これは素材への絶対的な自信のあらわれであると同時に、石垣島ならではの背景がある。ミネラル豊富な島の海水から作られた塩が、和牛の繊細な脂の甘みを純粹に引き立てる。タレではなく塩で食べる。そのシンプルな選択の中に島の恵みが凝縮されている。

石垣焼肉とは本土の焼肉のフォーマットを纏いながら、調味料という細部に島の文化を宿した、さりげなくも確かなテロワールなのである。

あなたのまだ知らない ローカル焼肉

ローカル焼肉とは、
地域独自の産業・歴史・文化により発展を遂げた
地域特有の焼肉です。
決してひとくくりにはできない、
地域独自の焼肉を現地の作法で
お楽しみください。



日本縦断焼肉連携協議会

日本縦断焼肉連携協議会は、日本を代表する「焼肉の街」、北海道北見市と長野県飯田市の交流から発足し、そこに沖縄県石垣市が加わりました。日本の北から南まで、三市が焼肉で連携した協議会です。

私たちは、地域独自の焼肉文化「ローカル焼肉」を発信し、全国を旅して各地の焼肉を楽しんでいただく「焼肉旅」を推奨しています。それぞれの特徴が息づく三市の味を、ぜひ現地で堪能してください。



ローカル焼肉Web