



スマホでも読める/  
とちぎ県民  
だより  
WEB版  
はこちらから!

食卓に  
とちぎのごちそうを!

郷土の誇り

# とちぎ和牛 を味わおう!



本県が誇るブランド牛「とちぎ和牛」。その飼育のこだわりとおいしさを、生産者や料理人から聞きました。知ればもっと食べたくなる、とちぎの逸品です。

とちぎ和牛とは?

県内の指定生産者が丹精込めて育てた黒毛和牛で、品質の格付けが上位に限られたもののみに与えられるブランドです。ストレスの少ない環境とこだわりの飼料で育てられた牛肉は、きめ細かな霜降りが美しく、軟らかく風味豊か。まさに“肉の芸術品”!

とちぎ和牛の目印

匠の味



育てる

栃木の風土と人の手が育んだ、

まさに“地元の恵みの結晶”。

とちぎ和牛の生産者・町井さんにとちぎ和牛の特徴を聞きました。

「サラリとした脂のうま味は、とちぎ和牛ならではの。味わいの理由の一つが、地元・栃木の稲わらを食べて育つという飼育環境にあります。さらに、牛を大きく育てるために与える稲を発酵させた飼料も、地元の水田で作られたもの。栄養豊富な配合飼料にはお米も含まれています。

こうした地元の農作物を活用した飼育が、牛の健康を支えるだけではなく、肉質にも深

く影響しています。

また、牛の排せつ物から作られる堆肥は、お米やいちご農家などに供給され、農作物の土づくりに活用されています。とちぎ和牛の生産は、このような自然の循環により支えられています。ぜひ、食卓で栃木の自然を感じて味わってみてください。」



▲飼料となる稲わら

▼稲を発酵させた飼料

“牛肉の品評会”で

全国1位に輝いた名人 町井一貴さん(鹿沼市)

元自動車販売店勤務の町井さんは、そこで培った“目の前のことに一生懸命取り組むこと”を大切に、牛の肥育に専念して12年。今年度の全国および県内の肉質を競う品評会において、とちぎ和牛で最高位を受賞するなど、一頭一頭への細やかな目配りと誠実な姿勢で高品質な牛肉づくりに励んでいます。



おいしさのヒミツ!  
「超音波肉質診断」

県では、農業団体と協力しながら、農家を訪問して肉質の向上に取り組んでいます。超音波を活用して肉牛の発育状況やサシの入り具合を診断するなど、技術面で生産者をサポート! こうした取組の積み重ねが、とちぎ和牛の確かな品質と深い味わいを生み出しています。



「和牛」と「国産牛」の違い

「和牛」とは?

日本固有の4品種(黒毛和種・あかぎ和種・日本短角種・無角和種)が和牛として表示できます。とちぎ和牛をはじめとする「黒毛和種」が、和牛の約9割を占めています。

「国産牛」とは?

品種や生まれた土地に関係なく、生まれてから出荷までの間、最も長く日本で飼育された牛のことを指します。

2面では料理人のインタビューやイベント等を紹介!



# 食

豊かなコクとうま味が魅力！

さっぱりとした脂の甘さを味わって

おいしいとちぎ和牛を味わってほしいとの思いから、とちぎ和牛のメニューを数多く提供する「まつ坂」(大田原市)の代表取締役を務める常世利佳さんにその魅力とおいしい食べ方を聞きました。

「とちぎ和牛の魅力は、豊かなコク・香りと味の良さ、そして何よりさっぱりとした脂身です。脂の融点が低いので、ステーキで味わうと口の中でとろける食感が楽しめます。家庭でステーキを焼くとき

は、焼く30分前に冷蔵庫から出して室温に戻しておく、焼きムラを防ぐことができます。レア、ミディアム、ウェルダンと、焼き具合に好みはありますが、どの焼き具合でも最初はしっかりと両面を焼くのがうま味を閉じ込めるコツ。焼き色もステーキのおいしさなので、強めの火加減でしっかり焼きましょう。

味付けは、市販のステーキソースも良いですが、とちぎ和牛の味わいを存分に感じたいなら、まずは軽く塩を振るだけで味わってみて。肉の味の良さ、脂の甘さをダイレクトに感じる事ができますよ。ぜひ家族皆さんで、そのおいしさを味わってください。」

とちぎの牛肉、世界へ！

本県の農産物輸出額の約7割を占めるのが、なんと「牛肉」！令和6年度には、輸出額が過去最高の約5億6,000万円を記録しました。県産の高品質な牛肉が、海外の食卓にも“おいしい笑顔”を届けています。



よく聞く「A5ランク」、どういう意味？

牛肉の格付けは「アルファベット+数字」の組み合わせで表示されます。

アルファベット＝「歩留等級」  
(A・B・Cの3段階)

1頭の牛から商品になる肉がどれだけ取れるかを示しています(最高等級はA)

数字＝「肉質等級」(1～5の5段階)

サシの入り具合や脂の質など、4項目で評価しています(最高等級は5)

	1等級	2等級	3等級	4等級	5等級
A				とちぎ和牛	「匠」
B					
C					

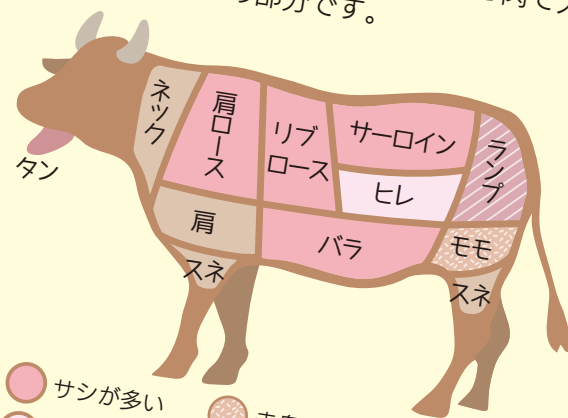
とちぎ和牛認定牛のうち、A5で高品質のものだけが、とちぎ和牛「匠」として認定されます。

匠

とちぎ和牛「匠」の目印

牛肉の部位と特徴は？

牛肉は部位ごとに、味わいや食感の違いが楽しめます。脂が多くジューシーな、焼き肉で人気の「カルビ」はバラの部分です。



サシが多い  
軟らかい

赤身中心、噛みごたえ  
赤身中心、ほどよい軟らかさ

# 作

五十嵐美幸シェフが考案！

とちぎ和牛の新たな楽しみ方【中華料理編】

“野菜を多く使うこと”“食材本来のうま味を生かすこと”“四季を感じる料理を作ること”がモットーの五十嵐シェフが考案しました。

脂が軽くてうま味たっぷりのとちぎ和牛が、香味野菜と絶妙に絡んで、箸が止まらないごちそうレシピです。野菜も取れて満足感たっぷり！



よだれ「とちぎ和牛」

材料(2人分)

- ・とちぎ和牛薄切り…200g
- ・キュウリ…1本
- ・長ネギ…1/2本
- ・皮付きピーナッツ、パクチー…お好みで

- 【A】・オイスターソース…大さじ1・1/2
- ・しょうゆ…大さじ1/2
  - ・すりごま…大さじ1

- ①キュウリは皮をむき、縦半分に切り、軽くたたき、一口大に切る。長ネギは斜め薄切りにし、皮付きピーナッツは軽くくだく
- ②フライパンに【A】を入れ火にかけ、ひと煮立ちしたら冷ます
- ③鍋にお湯を沸かし、とちぎ和牛薄切りをさっとゆで、よく水気を切る
- ④皿にキュウリをのせ、その上に③をのせ、長ネギをのせる。②のタレ、くだいたピーナッツを上からかけ、最後にパクチーを盛る

とちぎ和牛を買える&食べられるお店をチェック！

- 1 県内約350店舗で「とちぎ和牛」を購入・味わうことができます  
飲食店や販売店などの情報はこちら▶



- 2 とちぎ和牛の若手生産者グループ「とち和会」が、イベント情報や牛肉への情熱をInstagramで発信中！



私たちが育てたとちぎ和牛のおいしさには自信があります。これからの年末年始、ぜひ家族が集まる特別な食卓で味わって！(町井さん)



「も〜っと Meat とちぎ」  
展開中！

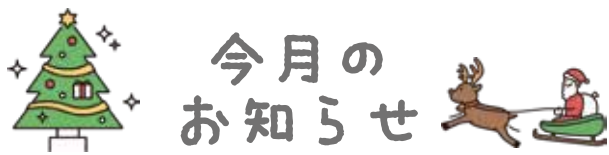


県民の皆さんにとちぎ和牛をもっと身近に楽しんでもいただくため、県や関係機関ではさまざまなイベントを企画しています。12月8日(月)から「『とちぎ和牛』を食べると豪華賞品が当たるキャンペーン」を実施！ぜひご参加ください。



▲詳しくはこちら





## 試験・募集

### 衛生福祉大学校入学試験(一般選抜)

●試験日：1/6(火)～8(木)※学科により異なる  
料4,400円 12/12(金)  
問 028-645-9227

### 県央産業技術専門校一般入校試験

●試験日：1/15(木)※木造建築科を除く 定学科により異なる  
料4,400円 12/17(水)  
問 028-689-6374

### 自衛官候補生採用試験

●試験日は募集期間により異なる●対象：18歳以上33歳未満●詳細はホームページで確認を  
問 自衛隊栃木地方協力本部 028-634-3385

### 2026マロニエメイツの募集

●県内の緑化行事で普及啓発活動を行います 定3名(選考)  
1/16(金)  
問 とちぎ環境・みどり推進機構 028-643-6801



### とちぎ材の家づくり支援事業(第4期)の募集

●県産出材を一定以上使用して住居を新築または増改築した方に、最大60万円を助成 1/20(火)●詳細は県ホームページで確認を  
問 県林業木材産業課 028-623-3277

### 栃木県育英会奨学金貸付原資寄附の募集

●寄附金は、学ぶ意欲と能力がありながら、経済的な理由によって進学の希望を断念または変更せざるを得ない方々を支援する奨学金の貸付原資となります  
問 栃木県育英会 028-623-3459



### 障害者向け職業訓練の受け入れ企業の募集

●雇用前に職業訓練を活用することで、人柄や特性を事前に知り、採用のミスマッチの防止や定着率の向上につながります●訓練実施企業には県から委託料を支払います  
問 県央産業技術専門校 028-689-6380

## 講座・催し

### 歯科衛生士の再就職支援セミナー

●12/14(日)、2/8(日)  
※いずれも●午前10時から3時間程度●栃木県歯科医師会館(宇都宮市)●臨床歯科医療に関する知識の習得や仕事の魅力、働き方の講演(ウェブ配信あり)、実習●対象：歯科衛生士 定各回50名(先着) 料無料  
問 栃木県歯科医師会事務局 028-648-0471



### 福祉・介護職スタート講座(サービス付き高齢者向け住宅のお仕事)

●12/19(金)午前10時～午後0時15分●ハピネスホーム細谷(宇都宮市)●対象：福祉・介護職を希望する方 定10名(先着) 料無料  
問 福祉人材・研修センター 028-643-5622

## 県の最新情報



ホームページ  
総合情報  
サイト



防災X  
防災・災害  
情報を配信

### とちぎ女性活躍応援フォーラム2025

●12/25(木)午後2時～4時●県庁●男女生き生き企業による事例発表、女性の活躍推進やワーク・ライフ・バランスに関する講演 定100名(先着) 料無料 12/16(火)  
問 県人権男女共同参画課 028-623-3074

### とちぎ人権啓発サポーター養成講座[オンライン]

●配信期間：12/22(月)まで●女性・部落差別(同和問題)・インターネット・性的マイノリティの人権課題に関する4講座●対象：県内に在住、通勤・通学する方、県内事業者 料無料  
問 県人権男女共同参画課 028-623-3027

### 障害者雇用サポートセミナー[オンライン]

●1/14(水)午後1時30分～3時30分●精神・発達障害の特性や配慮事項等について、具体的な事例を紹介しします●対象：県内企業の経営者および人事担当者等 料無料 1/13(火)  
問 総合キャリアトラスト 028-650-5820

### 保育の魅力発信フォーラム

●1/25(日)午前10時～午後1時30分●マロニエプラザ(宇都宮市)●県内保育施設の取組や研究成果発表、「子ども主体」の保育の講演●対象：保育職を希望する方(学生も含む)や保育士、幼稚園教諭等 定300名 料無料 1/24(土)  
問 県こども政策課 028-623-3063

### パソコンボランティア養成研修会

●1/25(日)午前10時～午後4時、31(土)午前10時～午後2時30分の2日間●とちぎ福祉プラザ(宇都宮市)●対象：18歳以上で県内に在住していて、受講後に視聴覚障害者の方のサポート活動ができる方 定10名(先着) 料無料 12/19(金)  
問 とちぎ視聴覚障害者情報センター 028-612-5213

### かしこい消費者講座[オンライン]

●配信期間：1/31(土)まで●消費者トラブル・インターネット・カスハラ・エシカル消費・金融経済教育の暮らしに役立つ5講座●対象：県内に在住、通勤・通学する方 定200名(先着) 料無料 1/16(金)  
問 消費者教育支援センター 03-5466-7341

## イベント

### 栃木県児童福祉施設文化祭

●12/13(土)～21(日)午前10時～午後4時●真岡市久保講堂●県内児童福祉施設等に入所する児童の作品展示 料無料  
問 児童養護施設あかつき寮 0285-82-2864

### 芳賀地方花の展覧会

●12/14(日)午前9時～午後2時●道の駅はが(芳賀町)●展覧会出品品の予約販売、花の無料配布(なくなり次第終了) 料無料  
問 芳賀地方花き振興協議会事務局(芳賀農業振興事務所内) 0285-82-3074



### 企画展「ポインセチア展 和のまにまに」

●12/21(日)まで●和風の空間に洋風のポインセチアが調和する展示 料大人400円、子ども110円  
問 とちぎ花センター 0282-55-5775

### 竹を使ってバウムクーヘンを作ろう!

●1/25(日)午前10時～正午 定6組24名(先着)  
料3,000円●申込開始日：12/20(土)  
問 県民の森管理事務所(矢板市) 0287-43-0479

## お知らせ

### 普及啓発・推進月間等のお知らせ

#### ◎農業危害防止運動(11～1月)

●農業の周辺への飛散防止に努め、ラベルをよく読み正しく使いましょう  
問 県経営技術課 028-623-2286



#### ◎おもいやり駐車スペース適正利用啓発キャンペーン(12/1～31)

●駐車する場合は、利用証の提示が必要です。歩行等に配慮を必要とする方が、安心して使えるよう適正利用にご協力ください  
問 県保健福祉課 028-623-3047



#### ◎人権週間/栃木県人権教育・啓発推進県民運動強調週間(12/4～10)

●私たちは、一人ひとりが「かけがえのない大切な存在」です。「人権」について考え、平和で豊かな社会をつくりましょう

●みんなの人権110番 0570-003-110

●こどもの人権110番 0120-007-110

問 県人権男女共同参画課 028-623-3027

#### ◎北朝鮮人権侵害問題啓発週間(12/10～16)

●国民的課題である拉致問題の早期解決に向けて、私たち一人ひとりが拉致問題への関心と認識を深めていくことが大切です

問 県人権男女共同参画課 028-623-3027

#### ◎年末の交通安全県民総ぐるみ運動(12/11～31)

●年末は道路の混雑などで交通事故が多発します。交通ルールを守り、正しい交通マナーを実践して交通事故を防止しましょう

問 県くらし安全安心課 028-623-2185

### 身体障害者巡回相談

●1/14(水)午後2時～4時●県南健康福祉センター(小山市) 定5名(先着) 料無料 1/7(水)●お住まいの市町の障害福祉担当課へ電話で申し込みを  
問 障害者総合相談所 028-623-7010

栃木放送はFM、スマホアプリ「radiko(ラジコ)」でお聴きください。12/1(月)～AMラジオ運用休止中  
問 栃木放送報道制作局編成部 028-622-1111



### 県広報テレビ番組 新春特別版

●とちぎテレビで放送！  
1/1(木・祝)正午～  
1/2(金)午後8時～  
●再放送後、県公式YouTubeチャンネル「15Tube」でも配信



知事・森三中・ベリー大坪さんが、「万博レガシー」に触れながら本年を振り返ります。さらに、来春放送予定の連続テレビ小説『風、薫る』(NHK)のロケ地でもある大田原市の名産、三鷹とうがらし料理を囲み、来年の抱負や本県の魅力を語り合います。ぜひご覧ください！

問 県広報課 028-623-2159



### とちまる救急安心電話相談

急な病気やけがで心配なとき、夜間・休日に救急医療を受診するか迷ったときはご利用ください！

●子ども(おおむね15歳未満の方)  
#8000 または 028-623-3511  
●大人(おおむね15歳以上の方)  
#7119 または 028-623-3344



開設時間 家庭での対処方法や救急医療受診の目安を看護師がアドバイス  
月～金曜：午後4時～翌朝10時  
土・日曜・祝休日：24時間(午前10時～翌朝10時)  
※年末年始期間中(12/27～1/4)は毎日24時間開設  
問 県医療政策課 028-623-3157

寒さが厳しい冬の季節

## 感染症予防

感染症の流行状況はこちら▼

インフルエンザなどの感染症が流行しやすい季節です。感染予防には、こまめな手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染対策が有効です。特に年末年始は人との接触機会が増えるので予防の徹底を。日ごろから十分な休養とバランスのとれた食事を取って体の抵抗力も高めましょう！



#### 手洗い・手指の消毒



問 県感染症対策課 028-623-2834

#### 咳エチケット・室内の換気と加湿



#### 医師に相談して ワクチン接種



重症化  
を防ぐ





## 栃木県にラグビーチームがやってくる！

### ホンダヒートをスタジアムで応援しよう！

ホンダヒートの詳細はこちら▶



国内最高峰リーグ「NTTジャパンラグビーリーグワン」ディビジョン1に所属する三重ホンダヒートが、来シーズンから活動拠点を宇都宮市に移転します。これに先立ち、今シーズン県内で開催される4試合を定価の半額で観戦できる企画を実施！迫力ある試合をスタジアムでいち早く体感しませんか。



#### 栃木県ヒートアップキャンペーン

元ラグビー日本代表 レメキ ロマノ ラヴァ選手▶

【場所】ホンダヒート・グリーンスタジアム※

【対象】県内に在住、通勤・通学する方とその家族

【定員】各試合1,100名(先着)

【料金】19歳以上500～1,750円(席により異なる)  
18歳以下無料

【問い合わせ】ヒートファンクラブ事務局  
heat-fanclub@linkst.jp



#### ラグビーってどんなスポーツ？

楕円形のボールを持って相手陣地に進み、トライやキックで得点！ぶつかり合いとチームワークが魅力！

いずれも午前0時から申し込みが開始されます。申し込みはこちら▶



※本田技研工業株式会社が栃木県グリーンスタジアムのネーミングライツ(命名権)を取得しました

問 県スポーツ振興課 ☎028-623-3604

## 文化ガイド

### 栃木県立美術館



企画展 宮城県美術館コレクション 絵本のひみつ展

会 期 12/21(日)まで 休月曜

料 金 一般 1,250円、大高生 600円、中学生以下無料

◀林明子《まほうのえのぐ》25頁原画、1993年(宮城県美術館蔵)

1956年創刊の月刊絵本「こどものとも」には、洋画・日本画・漫画など多彩な美術家が自由な発想で描いた原画が掲載されています。

本展では、「まほうのえのぐ」や「ぐりとぐらのえんそく」など宮城県美術館所蔵の原画約180点を展示し、絵本のひみつに迫ります。

問 栃木県立美術館 ☎028-621-3566

#### ココが見どころ！

原画ならではの筆づかい、素材の質感にご注目ください。フォトスポットも！

## 今月の注目ワード!!

### ヒートショック予防



寒い季節、ヒートショックは浴室だけではなく廊下やトイレでも起こります。家全体の室温を18度以上に保ち、温度差をなくすることが予防のポイントです！

#### 今すぐできる！家を暖かく保つ工夫

- 窓に断熱シートを貼る／カーテンを閉める
- エアコンの風向きを下向きにする
- トイレに行くときは上着を羽織る
- トイレの床にマットを敷く



問 県健康増進課 ☎028-623-3095

### 抽選で10名様にプレゼント！ とちぎ和牛(焼き肉用650g)

郵便番号、住所、氏名、年齢、意見・感想を記入の上、はがきまたは栃木県電子申請システムでご応募ください。



宛先 〒320-8501 栃木県広報課  
「とちぎ県民だより」係

締切 12/24(水) ※1月中旬発送予定

※個人情報適切に管理し賞品の発送と読者調査のみに利用します。当選発表は発送をもって代えさせていただきます  
※発送は(株)栃木リビング新聞社が行います



## 広告

一酸化炭素(無色、無臭)  
が室内に漏れ出し

# 死亡事故

に至るおそれ



屋外に  
給排気筒  
があります



National

ナショナル

FF式石油暖房機

リコール対象製品(現物)を  
お引取りの際は、1台あたり

50,000円を  
お支払いいたします

下記フリーダイヤルまでご連絡をお願いいたします



0120-872-773

受付時間 9:00-17:00(土、日、祝日、弊社休日を除く)

パナソニック株式会社(旧社名:松下電器産業株式会社)奈良県大和郡山市筒井町800番地

品番確認は  
こちらから

