

お腹を満たすだけでなく、心を満たす

時間をかけろ

牛歩のごとく、 答えを急がない生き方

効 率やスピードが求められる時代において、うしぼくが大切にしているのは、牛たちがゆつりと成長していく時間です。小ぶりの雌の子牛を迎え入れ、無理に大きく育てようとはせず、出荷の時期も急がない。通常より二ヶ月ほど長く、牛の歩みに寄り添いながら見守ります。その「遅さ」こそが、脂のきめ細やかさや、奥行きのある味わいを生み出す可能性につながる。うしぼくは考えています。非合理に見える選択の先にこそ、嬉しいご褒美があるのかもしれない。結果を急がず、時間を味方につけながら育てていくといううしぼくの姿勢は、複雑化し日々変化する今の社会において注目されているネガティブ・ケイパビリティ、「答えを急がず、曖昧な状態に耐える力」という考え方も重なるのではないかと。答えを急ぐ時代に「牛歩」という価値がもたらすものは何か。効率だけでは図れない日々の時間との向き合い方を考えるためのヒントを探しに、須摩寺の副住職・小池陽人さん（以下、陽人さん）を訪ねました。

02 一次産業はネガティブ・ケイパビリティの実践の場

2025年から、より神戸で愛される地域ならではの肉質を追求し、育てている4,000頭近くの牛のほとんどを雌牛に切り替えたうしぼく。大きな覚悟と挑戦です。和牛の世界では一般的に去勢牛（雄牛）のほうが大きく育ちやすく、重量も出るため、収益効率の面では有利とされています。それでも、あえて小ぶりの雌牛を迎え入れ、無理に大きく育てることはせず、出荷の時期も急がない。牛のペースに合わせて、時間をかけて見守ります。しかし、牛を育てるといふ営みは、人の都合だけでは前に進みません。天候、土地、環境、体調、どれかが絡み合い、簡単には制御できない。そんな一次産業のあり方こそが、ネガティブ・ケイパビリティの実践の場という。陽人さん。頭でっかちで考えても状況はフロントロールできない。牛たちは毎日起きて餌を食べて糞尿をする。時には病気ににもかかてしまふ。とにかく毎日牛と向き合い、働き続けたい。これには、何も始まらないのです。肥育という一次産業を担ううしぼくはすでに、ネガティブ・ケイパビリティと向き合う只中にいるのではないかと、思ってもいなかった視点を見せられました。

03 見極める力は、待つことで育つ

この日、陽人さんが繰り返し語ってくれたのは、待つことや見極めることが、決して受け身の姿勢ではないということでした。法隆寺建立の際に活躍した長い経験と技術を共有した大工たちの話を例に挙げます。「法隆寺の五重塔を建てた建物は、実はそんなに長い木で、素直な木だけで建てた建物は、実はそんなに長くは持たない。まっすぐで均一な木材だけを選ばず、様々な癖のある木を組み合わせることによって、千年以上の時を超えて立ち続けてきました。癖を排除するのではなく、見極め、活かして合う。そのためには、時間をかけて向き合い続ける必要がある。うしぼくでは地域にすでにあるものと向き合いながら、飼料米や稲わらなどの地元飼料を取り入れてきました。海外からの安価で均一な飼料を大量に仕入れたほうが効率は良い。地域飼料は育てる人もバラバラ、形も不揃い、仕入れる時期もフロントロールしづらい。だから牛飼いの手間もぐっとかかります。そんな地域飼料が牛にもたらす影響は、すぐに表れるものではありません。だからこそ、そもそも思い通りにいかないものだと受けとめ、急がずに経過を見続けていく。時間はかかりますが、地域の資源を使うこの取り

01 思い通りにならないときは、身体を動かす

ネガティブ・ケイパビリティと仏教が重なり合う点について、陽人さんはこう語ります。「分からないことがある、という状態を不幸だと思ってしまうのが、今の時代なんです。すぐに結論を出し、白黒をつける。分からない状態を、できるだけ早く終わらせようとする。けれど仏教は、その逆の態度を示してきたといえます。『分かったら思うし、思考は止まってしまう。でも、分からないままにいて、また次の問いが生まれてくる』。そうした考え方を象徴するものとして、陽人さんが挙げた仏教で大切にされている言葉「一切皆苦（いっさいがいく）。思い通りにならないことを失敗として切り捨てるのではなく、自然な状態として引き受ける。そもそも全ては思い通りにならない、という前提に立つ。同じ言葉を持たない牛の気持ちも完全に汲み取ることは到底難しいことなのです。感情でどうにかしようとしても、うまくいかないことが多いです。考えすぎると感情は膨らんで身動きが取れなくなる。そんなときは、手と足を動かしてみればいいんです。目の前の問題だけを見つめ続けていると、視野は狭くなってしまふ。だからこそ、問題が起きている場所とは違うところに身を置き、異なる価値観に出会うこと。一つの出来事を、少し離れたところから見つめる時間を持つことが、心をほどき、思いがけず状況を動かしてくれることもあるのだとい

組みは、人と牛、そして土地が支え合いながら、強く、長く、続いていく豊かさにつながっていくのかもしれない。

須摩寺を後にする。又、来たときよりもぐっと表情が柔らいだように見えたうしぼく社長の洋三さん。

牛歩のように、ゆつりと、それでも確かに前へ進んでいる。そんな手応えを陽人さんからもった時間でした。



PROFILE

須摩寺副住職小池陽人さん（左）と
うしぼく社長の池内洋三さん（右）

大本山須摩寺副住職。太陽のようにあたたかな笑顔と、相手に真摯に寄り添う姿勢が印象的。お寺を通して、地域や人とのつながりを育んできた。音楽を取り入れた催しなどを通して、幅広い世代が仏教と出会う場をつくっている。YouTube「小池陽人の随想録」では、仏教の言葉を現代の暮らしに重ねて発信中。



うしぼく

ことばく通信

vol. 20

牛歩のごとく、
ゆつくり歩く、
そしておいしく

神戸うしぼく
Kobe Ushi Farm
since 1968

答えを急ぐ時代に、あえて牛歩の価値を。
ゆつくり育つ雌牛と一緒に考える、
時間との向き合い方のヒント。

創業58年。うしぼくの牛の飼育方法や経営決定は、牛歩のように一歩ずつ進めながら、その選択肢を広げてきました。今号では、ゆつくり進むことでしか育めない“おいしい”と“時間の価値”を探っていきます。雌牛と向き合う料理人の技や雌牛のチャームポイント特徴を紹介する漫画も一緒に。

うしぼくの最新情報はHP・SNSでも更新中!

HP <https://www.kobe-ushi.jp/>
 Instagram <https://www.instagram.com/ushiboku/>
 Facebook <https://www.facebook.com/ushiboku/>

SHOP DATA

- うしぼくの直営精肉店
- マルシェ 六甲店**
〒651-2235 神戸市西区榎谷町長谷334-1
営業時間:9:30~18:00 定休日:なし(年始は除く)
駐車場:66台(JA兵庫六甲榎谷支店含む)
TEL:078-990-4129 <https://www.kobe-ushi.jp/shop/marche>
 - マチマルシェ 御影店**
〒658-0048 神戸市東灘区御影郡家1-14-8
営業時間:10:00~18:00 定休日:なし(年始は除く)
駐車場:27台
TEL:078-842-4129 <https://www.kobe-ushi.jp/shop/mikage>
 - 六甲のめぐみ店**
〒651-2204 神戸市西区押部谷町高和字性海寺山11557-1
営業時間:9:00~16:00 定休日:なし(年末年始は除く)
駐車場:270台
TEL:078-992-1129 <https://www.kobe-ushi.jp/shop/megumi>

お腹を満たすだけでなく、好奇心を満たす

うしのことが
気になって
ねむれない君へ

うしんちく vol.16

イラスト:makomo



うしんちくまどめ

めすの牛さんは惚れ惚れするような美しい俊型に成長するんだ。でも、足が細くて短く寝転がっているときに起きられなくなっちゃう。だから、牛飼いさんがよく見回ってお世話をしているよ。

COLUMN

もつと牧場と地域のこを学ぶ、うしぼく塾!
01 ローカルビーフとしての雌牛を試食

第2回目の開催となるうしぼく塾。今回は、2025年9月より育てる牛のほとんどを雌牛へ切り替えた*背景のもとに、牧場チームと精肉店チームのリーダーたちが集まり、改めて雌牛の生態や神戸との関係、そして味わいについて学ぶ時間となりました。

冒頭では、雌牛を「ローカルビーフ」として神戸の食卓へ届けていく意気込みを共有。その後、六甲和牛(去勢)、六甲和牛(雌牛)、神戸ビーフ(去勢)の3種類を食べ比べ、食感・風味・見た目をシートに記録しながら、感覚を研ぎ澄ませて向き合いました。雌牛を試食し「脂がすつと消えたあとに赤身の味が残る」「味の余韻がある」「神戸ビーフと肉味が近い」といった声が上がると、神戸ビーフの圧倒的なところをのびのびと改めて実感。味わいを確かめ合うことで、今後の育て方や方向性を考える、貴重なきっかけとなりました。 ※一部但馬牛を除く



融点が高い雌牛は触感の柔らかさが違う 絶妙な焼き加減を披露する前原店長



インプット時間では精肉の流通知識を学ぶ

【最終回】うしぼく初!繁殖への挑戦
02 あきちゃんどどもに成長した30ヶ月

「2023年9月6日生まれ・25kg」と示された成長記録から、但馬牛の子牛「あきちゃん」の歩みは始まります。うしぼくにとって、初めてうしぼくで生まれた繁殖子牛です。治療履歴や観察記録を辿ると、少しの変化にも気を配り、我が子のように心配して獣医師に相談を重ねてきた日々が浮かび上がります。生後9か月の2024年6月、あきちゃんは母牛から離れ、肥育牛舎へ移りました。環境が変わっても大きな病気はなく、同じ牛舎で一緒に過ごす友達とともに元気に育つ姿を見せてくれました。懐っこく飼料箱から顔を出す姿に、「大きくなったな」と声をかけながら世話を続けてきました。まもなく迎える出荷は、牛飼いの仕事としてのひとつの区切り。かわいそうや悲しいという感情はありません。「絶対においしい肉になっている」と自信をもって送り出すことが、牛と向き合ってきた歩みへの最大の敬意です。



但馬牛は黒毛和牛の中で小ぶりの体格 福わらは地域飼料のひとつ

編集後記

最近、「分からない時間」を持たなくなっていたことに気づきました。知らないことがあればすぐにネットで調べ、いまではAIが私の癖に合わせた答えまで返してくれる。便利さの中で、わかった気になり、一面だけを見て次へ進もうとしている自分に、少し怖さも覚えました。けれど、立ち止まって想像する時間を持つと、思ってもみなかった文脈がうっすらと浮かび上がってくる。すぐに腑に落ちず、モヤモヤする時間は正直抜け出したい。それでも、その時間の中でしか育たない理解があるのだと思います。分からないまま考え続けることから、時間をかけて智慧を得る。速い答えより、長く自分の血肉になる学びを、これからは大切に積み重ねていきたいと思わせてくれる号になりました。(株式会社KUUMA 北田愛)

お腹を満たすだけでなく、生活を満たす

CHEF USHIBOKU
長く育てる
MESU USHI TALK

神戸のローカルビーフとなるべく、うしぼくならでの雌牛を育てる。そのこだわりを魅了された料理人の声をお届けします。
さあ、今晚のおかずはうしぼくの雌牛で作ろう!



「野菜と同じで、肉も地元のものを使いたかったんです」。そう話すのは、「野菜割烹あき吉」の料理人・秋吉さん。店名の通り野菜を存分に楽しめる同店のコース料理にお肉を取り入れたらきつかけはお客様から寄せられた要望でしたが、それ以上に「自分自身が挑戦してみたい」という思いが背中を押したそう。提供するのであれば、理由のある素材を使いたい。そう考え、数ある選択肢の中から地元産の食材を選び続けてきた先にあったのがうしぼくでした。2019年、直営精肉店マツルシェ御影店に電話をかけ、肉切り職人・柿本店長に料理に合う部位を相談したところから関係が始まりました。神戸で育てる牛を、神戸の料理人が仕立てる。地域に軸足を置き、素材と向き合い続けてきた職人同士が、それぞれの現場で積み重ねてきた選択から生まれたつながりでした。

地元のものを求めて、出会ったうしぼく

うしぼく社長の洋三さんが「他では食べられないこのソースがすごい」と太鼓判を押す肉の皿は、ソースの後半でもペロリと食べられてしまうほど、食材同士が体とつたおいしさがありません。プロセスペーパーやワインを使ったソースではなく、和食ならではの味噌や醤油で、うしぼくの肉に合わせます。口に運ぶとまず、手間を惜しまず仕込んだ季節の野菜とソースの味わいが広がり、あとから肉の旨みが続いて追いついてくる、口福感が長く続く味わい。素材を料理の中の名脇役に仕立てることほど、技術が求められます。秋吉さんのメイン食材は、野菜。うしぼくの肉を前に押し出すのではなく、野菜の味わいを最大限に引き立てる役割として使っています。目立たせずに調和させる感覚こそ、料理人としての力量です。店ではかまわぬ完成度は、確かに料理人の技によるものですが、普段野菜を使うことの多い家庭の食卓でも、うしぼくの肉は「テーブルミート」として寄り添ってくださる存在なのかもしれません。

野菜が主役の肉料理



六甲和牛 ラベルデザイン

お話を聞いた人

PROFILE

野菜割烹 あき吉
オーナー料理人

秋吉 徳満さん

三ノ宮駅より徒歩5分、野菜割烹あき吉のオーナー料理人。30歳までサラリーマンとして働いた後、料理の道へ転身。料理学校を経て和食の現場で経験を積み、2010年に独立。現在は地元・神戸の野菜を主役に据えた「野菜割烹」という独自のスタイルを確立。素材の持ち味を引き出すことを大切に、肉料理においても野菜との調和を重視している。

2025年9月から店に届いた肉に雌牛のシールがあるのを見て、「雌牛になったんだ」と気づいたと振り返る秋吉さん。実はそれ以前、2024年の冬頃から「よりおいしくなりたい」と感じていたとのこと。洋三さんも「確かにその時期から、サジが多くなりに入ってきた」と話します。その背景には、地元の酒粕や飼料米などの飼料の比率を、少しずつ増やしてきたうしぼくの取り組みがありました。小さな積み重ねが、時間をかけて肉質として表れました。そう実感できる段階に入ってきたのもかもしれません。食べた確かなめ、また育て方を見直す。その繰り返しの先で、うしぼくの肉は少しずつ進化を遂げています。ゆつくりと時間を重ねながら、おいしいものを神戸の食卓に届けていく。神戸という土台を活かしたこの挑戦は、これからも続いていきます。

料理人が気づいたおいしさは地域飼料のおかげ?

雌牛のおすすめ

迷ったらコレ!

肉切り職人 柿本さん

焼くからこそ堪能できる脂の旨さは雌牛だから
六甲和牛の肩ロース

霜降りの中に、ほどよく筋繊維が入り混じった六甲和牛の肩ロース。脂の甘みだけでなく、肉本来の風味や旨みが立ち上がる味わいが魅力です。すき焼きやしゃぶしゃぶも王道ですが、アミ焼きで素早く焼くステーキや焼肉もおすすめ! 雌牛だからその脂と赤身のバランスで、焼くほどに香ばしさとコクが引き立ちます。家族や仲間が集まる日に、ご堪能あれ。

迷ったらコレ!

六甲のめぐみ店長 前原さん

雌牛ならではの味わいの違いを黒毛和牛の代表部位で
六甲和牛のサーロイン&ランプ

六甲和牛の魅力や、ふたつの味わいで楽しめるサーロインとランプ。脂の甘みとコクがとけるサーロインと、赤身ながら柔らかく、肉本来の旨みが際立つランプ。対照的な部位の個性を一度に味わえます。まずは岩塩でシンプルに。その後は、わさび醤油やばん肝など、あさりとした味付けで部位ごとの違いを。フライインで焼く、ランプはメディアムレアがおすすめです。

ゆつくり、じっくり育てる、雌牛のおいしいわけ

