

こ  
漕ぎ出す

# 食の宗像





# 食と教育で 漕ぎ出せるまちへ

宗像市と聞いて、あなたは何を思い浮かべますか？

世界遺産「神宿る島」として知られる沖ノ島や

宗像大社でお馴染みの神聖なスポット。

鮮魚が並ぶ九州売上 No.1の「道の駅むなかた」。

いろんな魅力があるのですが、宗像市はいま、

食と教育に力を入れることで子どもも大人も、

健康に成長できるまちを目指しています。

毎日、口にする食材にこだわる。

その食べ物はどこからやってきたのかを知る。

ウェルビーイングには健康と成長が大切だと

わたしたちは考えています。

食と教育で、ひとりひとりが漕ぎ出せるまちへ。

あなたも宗像市で暮らして、漕ぎ出してみませんか？

## 宗像市のアウトライン

宗像市は福岡市と北九州市の間に位置しています。

周囲を山に囲まれた緑豊かなまち。海に面し、大島・地島などの島もあります。

大島や宗像大社は、「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群として

世界遺産に登録され、観光スポットとしても人気です。

JRや国道3号線など交通アクセスが充実しているので

ベッドタウンとしての居住者も多く、

大学や大型商業施設なども進出しています。

西は玄界灘、東は響灘と二つの海に面していて

たくさんの海の幸に恵まれています。

市の中央を流れる釣川周辺には広大な農地も広がっています。



## PICK UP 1

### スーパーフードのまち

スーパーフードをご存知ですか？健康や美容に意識の高い人達からブームに火がついた、栄養価が高く、栄養バランスに優れている食べ物です。外国のモノ!? 高いモノ!? そんなイメージもありますが、いえいえ、そんなことはありません。実は、宗像が誇る食材の中にもスーパーフードがたくさんあるんです。

- P3 藻活
- P6 ソイ活
- P9 宗像育ちの定番
- P11 物産直売所紹介



## PICK UP 2

### 食べ物が“先生”

この食べ物はどこから来るの？考える機会を提供して、食の大切さを学ぶ食育。宗像市では学校教育の中での食育はもちろん、いろんな世代を巻き込んだ食育活動が行われています。美味しく味わいながら、食の大切さや循環を感じたり、学んだりしています。

- P13 学べる給食
- P15 食でつながる
- P17 宗像アンバサダーが語る 宗像の“食”の魅力





PICK UP 1  
スーパーフードのまち

# 藻活

## “海女発祥の地”宗像の 注目のスーパーフード 海藻



宗像といえば“イカ”や“トラフグ”が人気ですが、ぜひ知っていただきたいのが海藻類の充実です。海女漁の発祥の地として、素潜り漁の歴史が脈々と息づいています。新鮮な“わかめ”や“あかもく”などの海藻類が昔から食べられてきました。ここ数年、健康や美容に敏感な人たちの間で、「藻活」としても話題の海藻類。海の中で太陽の光を浴びて光合成を営む海藻は、カロリー控えめで、食物繊維が豊富で、まさにスーパーフード。

### 粘りと鮮やかな色味が ひと味違う 宗像産の“あかもく”

海藻の中でもここ数年、ジワジワと人気を集めているのが“あかもく”です。めかぶやもずくに並んで栄養価が高く、“ネバネバ”の中に混じった“シャキシャキ”とした食感が特徴的で、クセのない味でいろんな食べ方が楽しめます。あかもくの藻場として最適な水深は10メートル前後。大島や地島の海岸線周辺は、まさにその



条件に適していてたくさんなあかもくが育っています。毎年3月中旬から4月下旬にかけて、地元の海士たちによって収穫されています。



### 加工まで産地で！ 宗像のあかもく 美味しさの秘訣は鮮度

宗像のあかもくは、産地としては珍しく「収穫から加工まで」を一貫して行う設備が整っています。収穫直後に、汚れを落としたら釜茹でし、



急速冷凍することで鮮度を保ちます。その後は、加工する分だけ解凍しながら商品化しています。実は、あかもくは収穫したそのままだと茎がとても硬く、食用には適していません。あの独特のネバネバした食感は、細かく裁断することによって生まれているのです。そのひと手間をかけることで鮮やかな色目に、旨味がしっかり際立つあかもくが完成します。



海士であり、あかもくを製造するマサエイ水産加工の代表でもある正好輝旭さん

### 未来を考えた循環の仕組み

漁師のまち大島では、収穫するだけでなく“守る”や“育てる”も大事にしています。もともと海藻は稚魚が成長するための餌でもあります。だから、必要以上に収穫しないように適切な量を守っていくことも大切です。また、近年は温

海の恵みは守りながら  
循環させることが大事



宗像漁業協同組合大島地区代表理事 田志 覚さん

暖化によって漁場も変化しています。安定した収穫量を確保するためにあかもくの養殖などにも取り組んでいます。

### 美味しく食べるコツは！

シンプルに味わうなら、ぼん酢や麺つゆなどをかけてそのまま。味噌汁などにいれるときは、熱に弱いので最後にのせて食べるのがコツ。



### TOPICS

海藻の美しさをそのままアートに。  
海藻押し葉も、じわじわ人気を集めています。





いつもの食卓で。ヘルシーな贈り物に！  
**お手軽に藻活が楽しめる宗像産の加工品**



大島の「あかもく」とそのアレンジ商品「たこもく」「明太たこもく」。たこもくは、大島産の地だことのコラボ。ご飯にかけてよし、そのままでおつまみにも最適！

一口かじると磯の香りが広がる！魚のすり身のコロツケ+あかもくの「ギョロツケ」。



缶をあけてご飯にのせるだけで海鮮丼！あかもく初心者にもトライしやすい缶詰スタイルの新商品。



道の駅むなかたで大人気のオリジナルわかめシリーズ。海の恵みたっぷりの旬のわかめの味わいをギュッと詰め込んだ加工品がズラリ。



わかめ漁師が収穫してきたわかめを、そのまま加工・販売する「三社丸姫っこ」のオリジナル商品。わかめの美味しさを知っているからこそその味付けが評判。



食物繊維たっぷりのヘルシー食品として道の駅でも女性に人気。ほんのりわかめの香りのそうめん蒟蒻。

※購入できる場所は、P11～P12を参照ください。

# SOYKATSU

PICK UP 1  
 スーパーフードのまち

## ソイ活 宗像が誇る大豆のエネルギー



スーパーフードとして再注目されている大豆。良質なタンパク質を含む大豆を、普段の暮らしの中で積極的に摂取しようという取り組みが「ソイ活」(大豆=SOY<ソイ>活)です。実は、福岡県は全国でも有数の大豆の産地。なかでも宗像は、面積当たりの収穫量や品質が良いと評判の大豆産地です。宗像市で取り組まれている「ソイ活」をご紹介します。

### 大豆農家がつくる スーパーフード“テンペ”

宗像市で大豆を生産している女性グループが、宗像でとれた大豆の魅力を知ってもらうためにさまざまな大豆製品を加工・販売しています。なかでもこだわっているのが、蒸した大豆をテンペ菌で発酵させたインドネシアのスーパーフード「テンペ」です。味のクセが少なく、いろいろな料理でアレンジできる大豆+発酵の食品です。



蒸した大豆を一粒ずつ選り分けてテンペ菌をまぶす。大豆の目利きだからその丁寧な作業で美味しいテンペに仕上がっています。

### 大豆の各種加工品も販売中！

テンペの他にも、蒸し大豆やきな粉などの加工品に、かりんとうなどのおやつも揃っています。



JAむなかたアグレス「テンペ大豆加工グループ」のみなさん



## 種まきから収穫までを学ぶ 小学校の大豆 カリキュラム

宗像市の小学校では、身近な食べ物についての学習を実施しています。校区内に大豆畑が広がる玄海小学校では、子どもたちが、1年をかけて「種まきから収穫まで」を、地域の農家さんに学びながら体験。大豆の成長や食の大切さを学んでいます。

### 玄海小学校の「大豆のひみつにせまる」体験学習

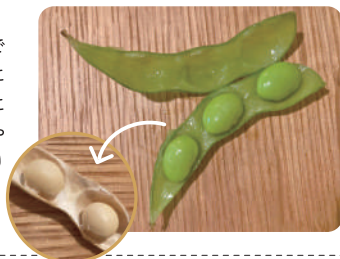
種まき

1箇所に2粒ずつ、およそ800粒の種をまきます。



成長

種まきから4ヶ月で枝豆に成長。さらに成熟させると大豆になります！つやつやまん丸の大豆になりました！



収穫

青々した枝豆が茶色に変化したら大豆の収穫時期。さやの中から大豆をひと粒ずつ取り出します。



上手に収穫  
できました



農家さんが専用のコンバイン機で脱穀するとあっという間に大量の大豆が！



大豆のカレー

大豆入りの野菜チップス

## 大豆を使った 給食献立も豊富！

宗像市の小中学校では、宗像産大豆を使った給食の献立も提供しています。

## 家族で楽しむ枝豆狩り

10月頃、大豆畑は緑一面に。農家さんと一緒に枝豆を収穫する「枝豆狩り交流会」は家族で楽しめる風物詩として人気のイベント。収穫したての枝豆は絶品です。



## 宗像・大豆 プロジェクト



バジルの風味香るイタバジはじめ、味噌やカレーなどユニークな味わいの醤油に

## 育てた大豆を 新しい味の加工品に！

遊休農地で大豆を育て、地域の活性化につなげる商品をつくる宗像・大豆プロジェクト。農家や住民の有志メンバー、学生が集まり、種まきから刈り取りまで行っています。その収穫した大豆を、地元の老舗しょうゆ醸造所「マルヨシ醤油」とタッグを組んでオリジナル製品として販売しています。醤油販売が低迷する中、大豆商品に新風を起こす商品として話題を集めています。



## 大豆の加工工程を 楽しく学ぶ味噌づくり

ひかり幼稚園では、年長組さんのクッキング活動で“味噌づくり”を行っています。固い大豆を水に一日浸すところから始まり、味噌になるまでの加工の工程を自ら体験することで、食に対する理解や楽しみを広げています。



味噌を固んで完成のポーズ！

### ステップ1

まずは「どうやって味噌ができる？」を学んでいきます。



### ステップ2

前日にかまどで煮た大豆の変化を嗅いで、噛んで確かめます！



### ステップ3

ポリ袋に小分けされた煮大豆を手のひらを使って潰します。上手にできました！



### ステップ4

ペースト状になった大豆に、米麴を混ぜて仕込みます。



### ステップ5

大きな袋につめてさらに潰すために、みんなで交代で足でふみふみ！



### ステップ6

樽に詰め替えて、もう一度ふみふみ！空気を抜いたら「おいしくなあれ！」の魔法をかけます。





宗像育ちの定番!

# まだまだあります! 産地 宗像ならではの元気な食材

米粉



## 米どころ宗像で生まれた米粉 米粉パンは売り切れ御免の人気

JAむなかたでは、宗像産のお米の消費拡大を目指し、米粉の製品化に力を入れています。オリジナルの米粉「姫の舞」の味の良さを知ってもらうために、米粉パン工房「姫の穂」で毎日焼き立ての米粉パンを販売中。米粉ならではの“もちもち”食感にやみつきになるリピーター続出です。

### 米粉パン工房「姫の穂」

住所：宗像市江口 1172 番地（道の駅むなかた敷地内）  
営業時間：9:00～17:00 ※なくなり次第終了  
TEL：0940-34-6200

あなご



水揚げ量は福岡県内 1 位。玄界灘の荒波にもまれ、ほどよく脂がのり、引き締まった身が特長。筒ゴ漁で漁獲しているため、傷の少ない新鮮さも魅力。

イカ



鐘崎漁港で水揚げされる天然のヤリイカは、全国区で知られる佐賀の呼子にも負けない美味しさ!

いちご



## 宗像は知る人ぞ知る いちごの産地 フェアやいちご狩りも開催

福岡県を代表するいちごブランド「博多あまおう」。宗像もその温暖で穏やかな気候を利用した、あまおうの栽培が行われています。毎春開催の「宗像いちご祭り」では市内のスイーツ店がいちごを使ったオリジナルメニューを展開するほか、直売所でのイベントも開催。市内の農園でいちご狩りも体験できます。

むなかた牛



宗像市すすき牧場産のブランド牛。お米を使ったこだわりの自家製飼料で健康に育てるしっかりした赤身の旨味が評判。

鐘崎天然とらふく



フグの中でも最高品質といわれるトラフグ。香り、旨味、歯ごたえなど味わいも絶品。

さかな



## プロの料理人も買い付ける 活魚が揃った鐘の岬活魚センター

一見、敷居が高そうですが、安く新鮮な魚や貝類が手に入るのが鐘崎漁港にある「鐘の岬活魚センター」です。ショーケースで、切り身や刺身を販売している他、注文があれば生け簀の活魚をさばってくれます。サザエやアワビ、カキなどの貝類の量り売りも実施中。

### 宗像漁業協同組合鐘の岬活魚センター

住所：宗像市鐘崎 778-6  
営業時間：8:00～16:00  
TEL：0940-62-1570

宗像 大島の塩



大島周辺でくみ上げた海水を煮詰めて天日干した美しい手作り天然塩。天然のミネラル豊富で旨味もたっぷり。

シャインマスカット



宗像で栽培が広がるシャインマスカットは、ふるさと寄附で人気上昇中。スイーツの食材としてパティシエも注目。



日々の食卓に新鮮な野菜や魚を！

# 「九州売上 No.1」の直売所も！ とれたてを毎日の食卓に並べる贅沢

## 道の駅むなかた

住所：宗像市江口 1172  
営業時間：9:00～17:00  
電話：0940-62-2715

JAF会員が選ぶ「イチオシ道の駅グランプリ（九州沖縄）」で3年連続1位、殿堂入りを果たした道の駅むなかた。売り場のおよそ3分の1を占めるのが水産物。市内4つの漁港や近郊で水揚げされた玄界灘の新鮮な魚を目当てに開店前から長い行列ができています。

わかめ加工品は  
リピーター続出の  
オリジナル商品です



## ほたるの里

住所：宗像市須恵1丁目1-18  
営業時間：9:00～17:00  
電話：0940-32-4058

JA直営の農産物直売所。主に近隣の方が新鮮な食材を求めて買い物に訪れます。ご近所みなさんに人気のが、ほたるの里内でつくられるお惣菜。特に日替わり弁当は、地元産の野菜たっぷり。



毎日でも食べたい！  
人気の日替わり弁当



## とれとれプラザかのこの里

住所：宗像市原町 153-1  
営業時間：8:30～17:00  
電話：0940-36-7665

地元農家さんが運営する直売所。新鮮で安心な地元農産物を届ける「地産地消」が昔からのモットー。来客の9割ぐらいは近隣の方という地域密着のお店。



採れたて  
新鮮！

## 宗像漁協大島直売所さよしま

住所：宗像市大島 1809-8  
営業時間：9:00～16:00  
電話：0940-72-2666

大島港渡船ターミナルすぐ近くにある大島ブランドの商品や海産加工品などを取り揃えた宗像漁協大島直売所。名産のあかもくを使った「あかもくうどん」や「旬のお魚バーガー」などの軽食も味わえます。



## まねき猫

住所：宗像市吉田 822-1  
営業時間：11:00～15:00  
電話：0940-38-7007

水と土にこだわり、農業・化学肥料などを使わずに育てた野菜や加工品を販売する直売所。併設するレストランでは宗像を代表する鶏料理「鶏すき」なども味わえます。



## むなかた物産市オアシス

住所：宗像市くりえいと2丁目2-5 SOZOビル1F  
営業時間：9:00～18:30  
電話：0940-39-7700

毎朝農家さんの愛情がたくさん詰まった新鮮な野菜を入荷。併設するデリキッチンで販売する地元農家の手作り総菜も人気です。



地産地消を支える  
学校の給食応援団！

「かのこの里」が地元産品の学校納入をスタートしたのは平成10年。今では「ほたるの里」と「道の駅むなかた」の市内3直売所から納入。



# 学べる給食



食育の一環として行われているのが郷土料理の提供。この日は「鶏すき」が献立に登場。



給食時間に流れる給食委員会編集の給食紹介番組。地産地消の食材のことや、献立の紹介などを児童がお昼休みに編集しています。

## 給食を通して食を学び 地域とつながる機会を!

宗像市では全国でも珍しく全校で「単独校調理場方式」を導入し、学校内で給食をつくっています。地産地消に力を入れ、お米(100%宗像産)、野菜だけでなく、ブリなどの魚も給食に登場します。また、校内の栄養教諭が工夫をこらし、子どもたちに生産者とのつながりや、食の循環に触れる機会を設けています。玄海小学校の給食の様子を紹介します。

この日は、地域の生産者や道の駅などの納入業者を迎えての「招待給食」。子どもたちと一緒に給食を食べてもらい、日頃の感謝を伝え交流を図ります。



### 栄養教諭は食の スペシャリスト



玄海小学校の栄養教諭井上恵美先生は、「思い出に残る給食を提供したい」と様々な企画を考案中。例えば、絵本の中に出てくるメニューを取り入れた「おはなし給食」や、献立で日本各地の味を体験する「旅する給食」など、安全・安心に加えて楽しさも味わえる献立がつけられています。

## 安心・安全な食体験を幼少時から! 認定こども園のオーガニック給食



東郷信愛幼稚園では、野菜はもちろん、調味料や出汁などにもオーガニック食材を使った給食を提供しています。宗像産の野菜をたっぷり使ったおかずは、野菜嫌い解消にも繋がっています。



3歳児からの給食はお弁当箱で。お天気のいい日には外で給食をとることも。



園長の木村先生

食材のストック庫にはオーガニック食材がズラリ。ポン菓子などおやつももちろんオーガニック。



園児たちにも今日の献立を  
しっかりお知らせ。



園児たちが給食をつくる様子が見えるように大きな窓で仕切られた給食室。

### 学ぶ「食の循環」

## 給食調理クズを子どもたちが堆肥化に挑戦!



自由ヶ丘小学校では、3年生の子どもたちが給食の調理時に出た野菜の皮やヘタなどを使った、コンポストでの堆肥化にチャレンジ。完成した堆肥は校内の農園で使い、野菜づくりにも挑戦する予定です。



### TOPICS

## 魚が美味しいまちだから「魚さばき隊」が技を伝授

地元で獲れる海産物のことをもっと知ってもらおうと、市の食生活改善推進会「魚さばき隊」のメンバーが、魚のさばき方から調理方法までを教える講習会を開催中! 地元のコミュニティ施設などの他、中学校にも出張して料理教室を行っています。



中学2年生を対象にした魚さばき教室。さばいた後はフライに。



PICK UP 2  
食べ物が“先生”

# 食でつながる

## 次の50年の暮らす場をつくる 「ひのさと48」でも食を軸にした いろんなプロジェクトが進行中!

最盛期には約1.5万人が暮らした九州最大級の大規模住宅団地「日の里地区」。老朽化が進む団地の一部を閉鎖し、次の50年を暮らす場をつくる再生のプロジェクト「さとづくり48」がスタート。閉鎖棟10棟のうちの1棟を解体せずに、リノベーションして誕生したコミュニティ施設「ひのさと48」では、さまざまな活動が進められています。



プロジェクトの詳細は  
こちらから!



<https://stzkr.com/>

### 日本初! 団地内の クラフトビールの醸造所!

「ひのさと48」の101号室に入居しているのが「ひのさとブリュワリー」です。3DK50㎡の元住居の中に本格的なブリュワリー（醸造所）が整備されています。実は宗像市は、ビールの原料になる二条大麦の生産が盛んな地。主な原料が地元産という地域密着型のブリュワリーなのです。また、大島の通称“塩爺”がつくる塩や、大島特産の甘夏など、地元の食材も積極的に取り入れています。「地域ビール」企画も立ち上げ、地域の人がビールづくりに参加できるイベントも行われています。



これまで造られてきたビールの数々。生産者をモデルにしたリ、ラベルにも地域らしさがデザインされている。

子どもたちデザインのビールラベル。ビールと関係性が薄い子どもたちにも参加してもらえる機会をつくっている。



ひのさと48の運営に携わる西部ガス株式会社 原いくみさん

### みんなにやさしいコミュニティ カフェ「みどり to ゆかり」

宗像産の野菜を中心とした「おばんざいランチ」をはじめ、ヘルシーな食が味わえるコミュニティカフェ。畳の小上がりなど団地の面影を残すくつろぎの場もあり、子育て世代から、近隣の高齢者まで多世代が集う場になっています。



ひのさと48は、放課後の子どもたちのたまり場。ワンコインで買えるおにぎりや、駄菓子コーナーなど子どもに嬉しい食の取り組みも。



### 食の脱炭素化に向けて コンポスト活動にも注力中!

宗像市の掲げるゼロ・カーボンシティの実現。それを暮らしの中で実践するために、「ひのさと48」のコミュニティで行っているのがコンポスト活動の普及です。活動をサポートしているのが、西部ガス株式会社とNPO法人循環生活研究所のみなさん。ひのさと48内にあるCo-doingスペースで、「コンポストDAY」を開催してコンポストのはじめ方などを指導しています。また、コミュニティカフェで出る生ゴミも、コンポストを使って堆肥にしています。完成した堆肥は、施設内にある畑に使っています。家庭でつくられた堆肥の余剰分などの受け入れも行っていて、循環する仕組みも整えています。



NPO法人循環生活研究所のコンポスト・菜園クルー 北永佳奈さん

### \\ 思いっきり自由に遊べる / 子どもプレーパーク!

子どもの居場所として宗像市とNPOが運営する子どもプレーパーク。開催中は、特別な許可のもと、焚火をしています。みんなで作って一緒に食べる野外調理体験も子ども達の自由な遊びの学び場です。

開催場所：市民活動交流館メイトム宗像本館横庭  
福岡県宗像市久原180





住んでいるから再発見!

宗像アンバサダーが語る

# 宗像の“食”の魅力

2023年12月からスタートした「むなかた魅力発信アンバサダー」。自分たちの声で宗像の魅力を発信したいと集まってくれた宗像市民のみなさん。年齢も、性別も、経歴もさまざまなアンバサダーが、SNSを中心に宗像 LOVE♡を紹介してくれています。今回は、メンバーに住んでいるからこそわかる、“おすすめ”の宗像食”を語ってもらいました。



#むなかた魅力発信アンバサダーで検索してみてください。アンバサダーの投稿をリポストしています。

活動の様子は宗像市のホームページ内でも紹介しています。



AMBASSADOR



えびがたはるさん

出身は長崎県。大学生のとき、宗像市へ。卒業後、いったん、他市で暮らしていましたが、結婚を機に宗像市民となりました。



## カゴ漁で捕られる新鮮あなご

福岡県内で1番の漁獲量を誇る宗像のあなご。鐘崎では、あなごの体を傷つけることなく獲れるカゴ漁が用いられています。7月～9月には新鮮な状態であなごを食べることのできる産地ならではの『宗像あなごちゃん祭り』も開催されています。この時期になると、よく「冷やしぶっかけあなごうどん」を食べて、夏を乗り切っていました！魚さばき教室に参加して、あなごの調理について学ぶ機会も！美味しいあなごを食べられるのは宗像の魅力だだと思います。

AMBASSADOR



Satomi さん

宗像生まれ宗像育ち。結婚して一瞬市外に住みましたが、結局また家族で定住する先として宗像を選びました。



## 脂はサラッ！臭みもない玄界灘育ちのブリ

玄界灘の荒波で揉まれて身が締まっており、脂がサラッとして、臭みもない。新鮮で脂ののった天然ブリは、宗像の冬の定番！まずは刺身、アラは煮付け、刺身の残りはタレに漬けて、茶漬けで食べるのがいつもの流れ。漬けたものは衣を付けて揚げれば、竜田揚げ風。ブリしゃぶもおいしい。♫は雑炊で、凝縮された旨みを楽しみます。

AMBASSADOR



フォーリアさん

食いしんぼうの「むなかた lover」です！何気ない風景にも美しさや幸せを感じながら「宗像のいいところみつけ！」を日々楽しんでいます。



## 宗像いちご祭りもお見逃しなく！

「あかい・まるい・おおきい・うまい」名前通りの「あまおう」！濃い赤色で果汁もたっぷり。甘みと酸味のバランスがよく、おいしい！洗ってそのまま食べるのが一番。スライスすると赤色の断面が綺麗なので、アイスクリームなどに添えるのもオススメです。砂糖をまぶし冷凍するといつでも食べられ、スムージーも楽しめます。3月の「宗像いちご祭り」では参加店でおいしいいちごを使ったスイーツなどを満喫できます。

AMBASSADOR



網脇真里子さん

幼い頃から好きな食べ物は柑橘類。縁あってみかんの兼業農家出身の夫に嫁ぐ。一年前に夫の地元である宗像市に移住。



## 名産の柑橘は甘みと酸味が抜群！

玄界灘の温暖な気候に恵まれた宗像市では柑橘類の生産者さんも多く、9月から6月にかけて数十種類が直売所などに並びます。美味しさや見た目など、生産者の目で厳選したみかんは、甘みと酸味のバランスが良く濃い味わいが特徴です。生産者こだわりの逸品をぜひ食べてみてください！

AMBASSADOR



アリフォトさん

娘の進学を機に古賀市から宗像市に来て6年目。今年1月に孫が生まれグランマ1年生。カメラが趣味な介護福祉士14年生。



## タレなしでも旨味甘みたっぷりのむなかた鶏

「むなかた鶏」は宗像市内で飼育されていて、宗像産の海藻や大豆などが入った専用飼料を食べて育った鶏。炭火焼きで頂いたのですが、タレを付けるのを忘れるほど、旨味、甘みのあるお肉です。「開放鶏舎(平飼いで自然の風が入る鶏舎)」で宗像の自然たっぷりで育った健康なむなかた鶏をぜひ食べてみてください！



毎日、口にするものこそ、大事にしたい。  
消費するだけでなく、口にする意味を大事にしたい。  
食と教育の力で、好奇心旺盛にチャレンジする  
“漕ぎ出す”人を育てていきたい。  
私たちは、子どもも大人も  
漕ぎ出せるまちづくりを目指しています。



宗像市

〒811-3492 福岡県宗像市東郷一丁目1番1号  
TEL：0940-36-1121(代表)

宗像移住に漕ぎ出してみたくになったらこちらもチェック!



シティプロモーションサイト  
「むなかたマチひとナビ」



移住・定住サイト  
「ムナカタに住む。」