



# 牛乳だより

# ほっかいどう



ほっかいどう牛乳だより  
vol.16



ホクレン農業協同組合連合会

# おこっぺの



# 海風と光のなかで

オホーツクの海沿いに位置する興部町は、人口四、五〇〇人ほどの小さな町で、古くから酪農が営まれてきました。夏は緑の牧草地の向こうに、青い海が広がっているのが見えます。北海道でもっとも早く、牧草を集約的に供給するTMRセンターを設立するなど、新しい生産システムにも果敢に取り組んできました。町内には、ノースブレインファーム、チーズ工房



アドナイなど、評判の高い乳製品加工の施設もいくつもあり、北海道の乳文化の発信地として注目されています。取材に訪れた中沢牧場の中沢修さんは、新しく設立された哺育センターの代表を務めるなど、地域の酪農のリーダー的な存在です。

霧のような雨が、ゆるやかに起伏する丘をぬらしていました。青々とした草のなかに、白黒のホルスタインの姿が見え隠れしています。牛は雨を気にしないのでしょうか。



## 青い草地と牛のイメージ

「牛つてのは、個性がいろいろですね。なかには雨が好きな牛もいるんですよ。でも、だいたいは雨が降ると牛舎に帰ってきますね。うちはいつでもゲートを開けているので、牛は自由に入出入りできるんです」



牧場主の中沢修さんが、こう説明してくれました。中沢牧場には、乳を搾っている牛が一六七頭いて、フリーストールという牛を繋がない方式で飼養しています。牛たちは好きなときに食べ、好きなときに寝て、好きなときに外に出てゆけます。

「ミルクを飲むときには、誰もが青い草地に牛がゆつたりしているところを想像するでしょう。わたしはそのイメージを大切にしたいんですね。それで毎日、牛たちを必ず放牧地に放すようにしているんです」

## ●●●●● ロボットが乳を搾っていた

この牧場では、牛たちが自由にのびのびと暮らしているようです。しかし、たくさんさんの乳牛を飼うには、昔のような牧歌的な飼いができるわけではありません。中沢牧場でも、機械化が進み、最新のハイテク技術が応用されています。そのうちの 하나가、搾乳ロボット。ロボットといっても人間の姿に似ているわけではなく、乳を搾るといふ作業を機械が最先



端の技術でシミュレートするものです。乳が張ってきた牛は、搾乳ロボットのところまで自分でやってきます。すると、センサーが乳頭の位置を探りあて、ミルクカップを装着し、乳を搾りはじめます。そして、乳の出が少なくなると自動的にカップが外れ、次の乳頭で同じことが繰り返されます。その間、ロボットのパネルには、その牛の乳量データなどが表示され、オンラインで繋がれたコンピュータに記録されます。この方式だと、搾乳のために、牛たちが決まった時間に集合する

必要がありません。ロボットは二四時間稼働しているのです、牛は真夜中でもここへ来る事ができるのです。中沢さんからお話をうかがっていたとき、電話が鳴りました。この電話は搾乳ロボットに繋がっていて、何か異常があると鳴るそうです。搾乳ロボットは事務所の横にあり、大きなガラス窓から観察できるようになっています。どうやら、せつかく来たのにゲートが開かないので、牛が文句を言っていたようです。



## ●●●●● 牛と人の健康はつながっている

牛たちの飼料は、地域のTMRセンターというところで集中的に作られ、各牧場に配送されます。また、生まれた子牛は、哺育専門の施設に送られ、八カ月までそこで育てられます。このように、地域全体で酪農にかかわる仕事を集約し、個々の酪農家の仕事の流れを効率的にしているわけです。

「フリーストールとTMRセンターで、労力的にはずいぶん楽になりました。前は仕事に追われていたのですが、いまは牛をこまめに観察できます。その分、牛の健康状態もいいし、人間も気持ちに余裕ができるんですね。牛の健康と人間の健康はつながっています。そうでなければ、おいしいミルクを搾ることはできません」  
中沢牧場の働き手は、中沢修さんのほかに妻の寿美江さんと、従業員が二人。寿美江さんは地元の酪農家に生まれ、修さんとは顔見知りだったそうです。寿

美江さんは牛舎の管理に責任を持ち、繁殖も担当しています。

酪農の仕事地域全体で分担するシステムができたため、新しい人が入って来、

やすくなりました。そのため、中沢さんも、自分の子どもを後継者にすることにこだわりがなく、次の世代の意欲のある人に任せようと考えているそうです。



TMRセンター  
牧草、とうもろこし、配合飼料などの飼料類を牛にとって、一番良い条件で混ぜ合わせて、各酪農家に配送するところ。いわば牛のための給食センターです。

## ●●●●● ”わたしの搾ったミルクなんや“

従業員の一人、西村野々花さんは、四年前に関西からやって来ました。インターネットで中沢牧場のことを知り、履歴

書を送って採用されたそうです。

「小さいころからミルクが大好きで、一食ごとに一リットル飲んでいました。そして、デパ地下へ行つて、有名な銘柄のミルクを飲み比べて、ちよつとお金に余裕があると、ジャージー牛乳を飲むのが楽しみだ



つたんです。もう牛乳マニアです。それで、牛に会いたくなくて、実際に牧場に来てみると、牛たちがかわいくてかわいくて。そして、搾りたてのミルクを飲んだときには、信じられないほどおいしくて、「わたしの搾ったミルクなんや」って、思わず叫んだんです。いまの仕事は、わたしにとって天職です。ね」



「しんどい時には目で訴えてくるし、足が痛いときには足を揺すつてくる。心が通じていると、ちゃんとアピールしてくれるんです。もういまは牛たちに愛着ができて、離れられません。この子たちが中身の濃い一生を送れるようにしてあげたいんです」

いま、野々花さんのいちばんのお気に入り、向こう意気強いジャージー種の娘牛。牛舎を探しましたが、どこにもいません。ぶらつと散歩に出かけたようです。

午後になって、TMRセンターからミキサー車が到着しました。なかには、その日の夕方と次の朝の、牛たちの飼料が入っています。興部の海風と光のなかで育った、おいしい牧草です。どうやら空も晴れたらしく、小鳥たちのさえずりが聞こえはじめました。

## おいしい食べものをゆつくり共有する



北海道興部町  
ノースブレインファーム

### なぜ地元のミルクを飲めないのだろうか

焼きたてのパンは香ばしい。しほりたてのミルクは甘い。かつては、小さな村には小さな店があつて、地元の人のために「こころのこもった食べもの」を売っていた。しかし、いまの時代は製造地が都市周辺に集約されて、生産地とは切り離されている。たとえば興部は酪農が盛んな町なのに、子どもたちは遠くの工場生産された大手メーカーのミルクを飲むしかなかった。これはおかしいことではないのか。ここから、大黒宏さんの新たな歩みが始まった。

「小学校の時に給食のミルクが、遠い札

幌から運ばれたものだった。なぜ、親父たちが毎日いっしょに搾って搾っているミルクを、ここで飲めないんだって思いました。それが酪農家によるブランドを立ち上げた原点になっているんです」

大黒さんがノースブレインファームを設立したのは、一九八八年。酪農を営むかわら、飲用牛乳の工場を稼働させはじめた。自分の牧場で搾った生乳を、六五度で三〇分という低温殺菌で処理した瓶詰め、「おこっぺ牛乳」は、周囲の予想に反して着実に売れ行きを伸ばしていった。二年目にはチーズやバターなど乳製品の加工も始め、三年目には農場直営のレストランとして「ミルクホール」をオープンした。いまでは、ノースブレインファームのミルク、乳製品、ラム・ソーセージ、パンなどのファンは全国に広がっている。





### チーズ工房アドナイ

興部町のチーズ工房アドナイは、北海道のナチュラルチーズで、もっとも人気のある工房の一つ。工房主の堤田克彦さんは、イタリアのチーズ工房で腕をみがき、12年前に工房を開いた。伝統を生かし、しかも個性的なチーズを作り出す技術力には定評がある。製品のラインアップは、フレッシュタイプのモッツアレラにはじまり、セミハードタイプ、ウオッシュタイプ、ブルータイプのゴルゴンゾラのほか、ホエーを利用するリコッタまであり、幅広い。

堤田さんは、チーズのほかに自家製の鹿肉の生ハムを作ったり、薪の窯でピザを焼くなど、イタリア型の食文化を家族で楽しんでいる。運がよければ、工房を訪ねたときに、そこに加えてもらえるかもしれない。なお、工房ではチーズのほかに、自家製のバターを使ったパウンドケーキなどの菓子類も製造しており、これは買うことができる。



☎ 098-1613 紋別郡興部町興部914-12  
TEL 01588-2-3133 FAX 01588-2-2453  
<http://city.hokkai.or.jp/adonai/index.htm>



て、チーズはゆっくり熟成してゆく。「ミルクホール」には、地元の人たちが訪れて農場で生産される食材を使ったメニューを楽しんでいる。地図を片手に訪れる観光客も少なくない。レッドミートハンバーグは、牧草主体で育てた牛の脂肪分の非常に少ないハンバーグで、肉本来のおいしさを味わえる。付け合わせの野菜は、素朴な風味。デザートは瓶入りのプリンは、まろやかな舌ざわりで、香りがいい。

●ノースプレーンファーム(株)  
☎ 098-1622 紋別郡興部町北興116-2  
TEL 01588-8-2000 FAX 01588-2-4005  
<http://www.northplainfarm.co.jp/>



ンで料理として提供するという一連の流れができあがった。その過程には、おいしい食べものをゆっくり共有するという楽しみがあらわれている。

乳製品の加工室では、バターのチャーンがゆっくり回っていた。人が一人付いて、ひっきりなしに湯をかけている。これで温度やエイジングの時間を調整するのだという。手間がかかる。「バターは誰でもできるけど、いいものを作るのは難しいんですよ」と、大黒

さんはいう。夏の時期のバターは黄色い。それは放牧している牛から搾った乳を原料としているからだ。チーズの熟成庫には、五キロの円盤形のゴータチーズが、たくさん並んでいた。全部で五〇〇個は入るらしい。ここで入念に温度と湿度を管理され

### 農場らしいレストラン「ミルクホール」

規模拡大に向けて走っている状況で、家族だけで少数の牛を飼っているというスタイルは忘れられようとしていた。ほくも大黒も、それに倅差したいという気持は共通していたんですね。ほくたちの中には、アルプスの少女ハイジやフランダースの犬に出てくる素朴な農業のイメージがいつまでもあるんです。

製造部門の責任者である鳥居礼治さんも、酪農学園の同期生。牛に興味を持ったのは、やはり子どもとき映

画「黒い牡牛」を見てからだという。「乳製品の加工は、工夫してうまく行ったときの面白さがありますね。新しい分野に挑戦するときは、なんでも楽しんでしまっんですよ。そのかわり製品の質では妥協しません。とことんやり過ぎて、失敗することもあるんですけどね」

たとえば、バニラビーンズ入りのアイスクリーム。技術者として黒い粒々が残るのが許せなくて、倍の原料を使って裏ごししたが、販売元からはクレームが殺到した。黒い粒は天然の証として、喜ばれていたのだという。

### 素朴な農業のイメージをいつまでも

信念と情熱をもって一つのことに取り組む人の周りには、自然と人が集まってくる。酪農学園の一年先輩だった外山伊作さんは、農場部門の責任者としてここへ招かれた。

「はじめは大黒が何をやるつもりなのか、分からなかった。しかし、牛が好きという気持は大黒に負けなかった。ここで、つたので、ここでいっしょに働くことにしたんです。当時は、酪農全体が



# Milk Cooking

オホーツクの素材と牛乳・乳製品を使った料理

ホタテなどの海の幸、タマネギやかぼちゃなどの大地の実りに恵まれているオホーツク界隈。とくに西オホーツクは酪農業も盛んで、牛乳・乳製品を組み合わせたメニューのバリエーションが楽しめます。



## ◆オニオンカップ煮込みバーグ

- 材料(4人分)
- 玉ねぎ(中)..... 4個  
(皮をむいて上下を切り、3枚残してくり抜く)
  - 小麦粉..... 適量
  - 豚ひき肉..... 300g
  - 卵..... 1個
  - A 塩・コショウ..... 各適量
  - パン粉..... 1/4カップ
  - 牛乳..... 大さじ2
  - 粉チーズ..... 大さじ1
  - B くり抜いた玉ねぎ..... 1/2 ~ 2/3カップ  
(みじん切り)
  - コンソメスープ..... 2カップ
  - C 白ワイン..... 1/4カップ
  - 塩・コショウ..... 各少々
  - D 牛乳..... 2カップ
  - E 生クリーム..... 1/4カップ
  - 片栗粉..... 小さじ2
  - 牛乳..... 大さじ2
  - パセリのみじん切り..... 適量

- 作り方
- くり抜いた玉ねぎの中に、薄く小麦粉をまぶしておく。  
AとBをこね合わせ、4等分にして しっかり詰める。  
鍋に を並べ、Cを加えて中火で軽く火が通るまで煮てから、Dを加える。  
弱火でコトコト煮て、玉ねぎがしんなりしたら、よく混ぜたEを流し入れ、とろみをつける。  
を器に盛り、パセリを飾る。

- 作り方
- シーフードミックスは、解凍してからサツと熱湯にくぐらせ、氷水ですぐ冷やす。  
器にサニーレタスを敷き、とAを盛り付け、ゆで卵の黄身をザルでこしながら振りかける。Bをよく混ぜ合わせてドレッシングを作り、に添える。  
シーフードミックスの解凍方法  
水で固く絞った布をバットの上に敷き、袋から出して並べ、上に絞った布をかけてラップをして冷蔵庫で一昼夜以上おいておく。  
時間に余裕があるときは、新鮮なイカ、エビ、ホタテを使うとよりおいしい。

## ◆シーフードとチーズのサラダ

- 材料(4人分)
- 冷凍シーフードミックス..... 300g
  - 玉ねぎ(小)..... 1/2個  
(薄切りにし塩水にさらしてしぼる)
  - 乾燥ワカメ大さじ2 水につけて戻す)
  - 6Pチーズ..... 2個(薄切り)
  - A カマンベールチーズ..... 50g  
(冷やしてから角切り)
  - ミニトマト..... 8個(4等分に切る)
  - グリーンピース(冷凍)... 1/4カップ  
(解凍しておく)
  - ゆで卵(白身)..... 1個分(千切り)
  - プレーンヨーグルト..... 1/2カップ
  - レモン汁・オリーブオイル 各大さじ2
  - B 塩・コショウ..... 各適量
  - 玉ねぎ(すりおろし)..... 大さじ1
  - 一味唐辛子..... 少々
  - 粉チーズ... 小さじ2
  - サニーレタス..... 適量
  - ゆで卵(黄身)... 1個分

## ◆フルーツデザート の 白ソース

- 材料(4人分)
- メロン・すいか・苺... 各12個(角切り)
  - A りんご..... 1/2個  
(角切りにし、レモン汁をかけておく)
  - キウイ..... 1個(皮をむいて角切り)
  - プレーンヨーグルト..... 1カップ
  - B カッテージチーズ..... 1/2カップ
  - ハチミツ..... 大さじ1
  - シナモン・ミントの葉..... 適量

- 作り方
- Aを器に盛り、よく混ぜ合わせたBを上からかける。  
好みにシナモンをふりかけ、ミントの葉を飾る。  
好みの果物を使ってください。

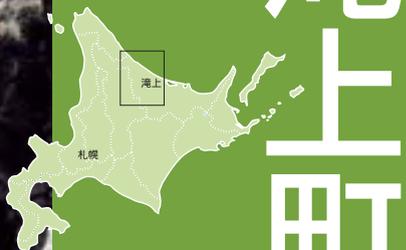


## ◆ホタテのミルクプリン

- 材料(4人分)
- ホタテ貝柱..... 4個  
(2枚にスライス)
  - A サヤエンドウ..... 12枚  
(へたをとり2等分に切る)
  - 卵..... 4個
  - 牛乳..... 1と1/2カップ
  - B チキンコンソメスープ... 1/2カップ  
(冷ましておく)
  - 生クリーム..... 1/4カップ
  - 塩・コショウ..... 各少々

- 作り方
- オーブンを180 に温めておく。  
耐熱器にAを入れ、よく混ぜ合わせたBを均等に注ぎ、アルミ箔でフタをする。  
天板に を並べてから、水をはり、オーブンで約15 ~ 20分、固まったらできあがり。





# 滝上町

渓谷に広がる町は、

穏やかで豊かな自然に包まれている



- ① 香りの里ハーブガーデン
- ② 陽植園
- ③ 道の駅「香りの里たきのうえ」
- ④ ホテル渓谷
- ⑤ 菓子司さくち
- ⑥ 教育ファーム小野牧場
- ⑦ 教育ファーム金子牧場

小高い丘に広がるハーブガーデン。7月～9月は、緑の山を背景にヤロイやカモミール、ミントなどが一面に広がる。さわやかな香りと楚楚とした花が作り出す風景には、童話村の名にふさわしい優しさが感じられる。園内にある「キューパレス」では、ポプリや石鹸作りを体験できる。喫茶コーナーには、滝上産のミント「イタローミッシュラム」ほか6種のハーブを使用した「ハーブティ」「女優ブレンド」がこの春登場。女優のように美しく、というスタッフの千坂ゆかりさんの思いが込められている。

## ① 香りの里ハーブガーデン



紋別郡滝上町元町  
開園期間 / 5月1日～10月31日  
ハーブ体験実習館「キューパレス」  
電話 0158・29・2898

北海道の北東に位置するオホーツクエリア。その内陸側にある滝上町は、三方が山に囲まれた緑豊かな町。市街地を流れる渚滑川は、幾多の滝を作りながらオホーツク海へとそそぎます。滝上といえは、真っ先に芝さくらを思い浮かべる人も多いでしょうが、渓谷に広がる農地では酪農や畑作が営まれ、のんびり草を食む乳牛の姿も目にします。北見を中心としたこの一帯に栄え、衰退の一端をたどったハッカ栽培がここでは今もなお続けられています。10数年前からは、住む人や訪れる人が、それぞれのストーリーを思い描いてわくわくできる。「童話村」をテーマにしたまちづくりが進められています。



## ◆ ホワイトドリンク

- 材料(2人分)
- 牛乳 ..... 1カップ
- プレーンヨーグルト ..... 1/2カップ
- ショウガ汁 ..... 小さじ1/2
- ハチミツ ..... 大さじ1

●作り方  
すべての材料をハチミツが溶けるまで混ぜ合わせる。  
ショウガ汁に変えて、バニラエッセンス(1～2滴)やアーモンドエッセンス(1～2滴)を。大人用ならリキュール(数滴)に変えてもよい。

## ◆ クイックブレッド

- 材料(18～20cmのローフ型1本)
- 小麦粉 ..... 1と1/2カップ
- A ベーキングパウダー ..... 小さじ2
- 砂糖 ..... 大さじ1
- B 卵 ..... 2個
- 牛乳 ..... 3/4カップ
- 溶かしバター ..... 1/4カップ
- ジャガイモ ..... 1/3カップ  
(皮をむいて5ミリ角)
- C かぼちゃ(5ミリ角) ..... 1/3カップ
- プロセスチーズ(5ミリ角) ..... 1/3カップ
- 白ゴマ ..... 大さじ2
- サラダ油・小麦粉 ..... 各適量

●作り方  
オーブンを190℃に温めておく。  
Aを泡立て器で混ぜておく。  
型に薄くサラダ油を塗り、小麦粉を薄くまぶしておく。  
大きめのボールにBをよく混ぜ合わせ、溶かしバターを加えて木ベラで混ぜ込み、さらにCを加える。  
がよく混ぜたら、の型に入れトントンと平らに整えてから、のオーブンに入れ約40分焼き、竹串を刺してタネがついてこなければ焼き上がり。すぐに型から出して冷ます。  
白ゴマの代わりにバジルやオレガノのハーブ類(小さじ1)でもおいしい。そのときは生ではなく乾燥を使ってください。

Milk  
cooking

## 滝上町



紋別郡滝上町栄町  
電話 0158・29・2454



「これが美味しいと思う人の心をとらえたい」という思いで菊池良さんが作る菓子は、「個性派ぞろい。人気の「生ごら」は生クリーム入りのどら焼きで、生クリームと粒あんを混ぜ合わせないのが菊池さんのこだわり。口の中で溶け合うことで、くどさを感じない、淡白な味になる。地元の高校生に人気なのが冷凍した生ごら。中のクリームがアイスクリームのようつで、サクッとした食感が新たな美味しさを引き出している。

### 5 菓子司きくち



6 小野牧場  
紋別郡滝上町四区  
電話 0158・29・3664

滝上町には、豊かな自然の中で酪農を体験してみたいという高校生を受け入れる教育ファームが2つある。「工房シーサックル」で農家チーズを作っている金子牧場と、森を望む緑の中に広がる小野牧場。子供たちは、牧場での作業を通じて動物との心の触れ合いを体験し、肉体的にもたくましくなっていくようだ。



7 金子牧場  
紋別郡滝上町サクルー原野  
電話 0158・29・3793

ほっかいどう牛乳だよりの  
バックナンバーは下記のホームページで  
ごらんになれます。  
ホームページアドレス  
<http://www.hokkaido-milk.net>

発行

北海道指定生産者団体  
ホクレン農業協同組合連合会

札幌市中央区北4条西1丁目 ☎011-232-6189



赤いリビナス「レッド・シヨ  
ー」は、高橋さんが品種改良して生み出したもの



紋別郡滝上町あけぼの町  
開園期間 7月29日～9月最終日曜  
電話 0158・29・2391



庭を思い描きながら、無の状態といえるような場所に自らの手で木や花を植え、小山や池を作ってきた本人である。7万5000平方メートルもの敷地内には、春から秋にかけて、800種もの花がそれぞれの出番を待ちわびたように次々と咲き誇る。ふと振り返って眺めたり、道のたどり方を変えると、植物たちは違った表情で応えてくれる。木立の中に漂う澄んだ空気を感じていると、気持ちも浄化されていくようだ。

「何が咲いているかではなく、今日はどの花に出会えるかを楽しみに来て欲しい」と、高橋さんは話す。たつぷりと時間をかけて巡りたい庭だ。入園は有料。

## 2 陽殖園



紋別郡滝上町旭町  
電話 0158・29・3300

滝上の特産品といえ  
ば、ハーブ製品や七面鳥、  
木工芸品、オホーツク漆器  
など。ほうじ茶を使った  
ものは珍しい、ハッカの香  
り付きの「薄荷茶」は、人  
気の商品。天然のばっし柳  
を使ったまな板は、使い心  
地が良く食べ物の臭い移  
りが少ないので職人にも  
ファンが多いそうだ。

## 4 ホテル溪谷



紋別郡滝上町元町  
電話 0158・29・3399

町内にある金子牧場で作られたチーズや特産品の一つである「まきばの七面鳥」など、滝上町の大地で育まれたおいしさが味わえる。モツアレチーズのサラダに使うトマトはもちろん、七面鳥のステーキやカルパッチョにも地元産のバジルを使ったソースを添えるというように、滝上産の素材を組み合わせて新しいメニューを生み出している。美しい日本の歩きたくなるみち」に選ばれた遊歩道に隣接しており、旅の宿としても利用したい。メニューは、季節や仕入れによって変更する場合がある。

## 教育ファーム