



# ほっ 牛か 乳い だど よりう



ほっかいどう牛乳だより  
vol.20



ホクレン農業協同組合連合会



# 春近い牧場は 牛もそわそわ

## 赤ちゃんの時の育て方が 乳牛の一生を左右する

新村牧場には二五〇頭の牛がいて、そのうち一四〇頭が乳を出しています。残りの牛は子牛と娘牛で、すくすく成長しているところ。二歳を過ぎたころには、搾乳牛として働きはじめます。

牧場には成長段階に応じていくつかの牛舎が用意されていて、生まれてから数カ月まで、子牛たちは哺育舎でいっしょに飼われます。お母さん牛の乳を飲めるのは生後一週間だけで、あとは粉ミルクに切り替えられます。生乳は人間用に回されてしまうので、仕方がありません。粉ミルクは哺乳ロボットといわれる装置から与えられます。人工の乳首から吸うのですが、それぞれの子牛に与えられる量は決まっています。それを超えるといくら吸っても出てこない仕組みになっています。

新村牧場で哺育を担当している

牧場訪問記  
北海道河東郡音更町  
新村牧場

今年の冬はあたたかく、十勝では二月に一気に雪解けが進みました。

しかし、春には少し早く、

三月下旬の新村牧場の草地にまだ緑は見えません。

それでも陽の光は日増しに強くなり、

小島たちが春の訪れを予感するようにさえずっています。

草地の向こうの白樺林で、

牛舎の中では、牛たちがそわそわしはじめています。

草地が緑におおわれると、牛たちはいつせいに外へ放たれるからです。

柵が開けられると、

牛たちは嬉しそうに駆足で草地へ出てゆくそうです。



のは、お母さんの孝子さん。自分の子どもや孫と同じように、愛情を持って牛たちの面倒を見ています。

「生まれたばかりの子牛は濡れているので、冷たい風に当たると風邪を引きやすいんですよ。それで、寝ワラでいねいに拭いてあげて、できるだけ早く母牛の初乳を飲ませます。初乳には免疫力を高める成分が豊富に含まれているため、病気にかなりにくくなるんですね。赤ちゃんの時の育て方が乳牛の一生を左右することになるので、真剣なんです」

やがて成長すると、子牛たちは育成牛舎に移されます。ここにはパドックと呼ばれる運動場が用意されていて、牛たちは自由に運動したり、陽に当たることができま

※生乳とは乳牛から搾ったままの乳のことです。



## 牛たちの健康を保つにはなによりも ストレスをかけないこと

新村牧場は十勝でももっとも早く、フリーストール方式の牛舎を建設しました。これは、乳を搾る場と牛たちが生活する場をはっきり分けるもので、乳を搾る時間になると牛たちはパーラーと呼ばれる搾乳場所に自発的に集まってきます。それ以外の時間は、牛たちは自由に動けるスペースで、エサを食べたり、歩き回ったり、寝ころんだり、自由に過ごせるわけです。牧場主の新村裕司さんは、フリーストール方式の利点をこう話します。

「パーラーは牛たちの仕事場だから、生活する場とは分けた方がいい。一頭ずつ繋ぎっぱなしにするより、生活の場では自由に動ける方がくつろげるし、ストレスがかからないはずなんです。牛たちの健康を保つに

は、なによりもストレスをかけないこと。これがうちの方針なんですよ。だから、牛たちをできるだけ外へ出して、陽に当てて、きれいな空気を吸えるようにしています」

たしかに新村牧場の牛たちは、のんびりゆったりしているようです。よそから人が入ってきても、驚いたりしません。新村牧場の牛はこの三十数年、すべて自家産で揃えてきました。それだけに、親の性格も子の性格も分かっており、飼いやすいということもあるのでしょう。

牛たちの飼料は、牧草サイレージと配合飼料の組み合わせが基本です。新村牧場では、それにトウモロコシサイレージが加わります。牧場には巨大なタワーサイロが二本と、バンカーサイロと呼ばれる地上の貯蔵所があり、牛たちの一年分の飼料がたっぷり貯えられています。家族だけで収穫しているの、夏は大変な

作業量になります。

「おいしいものを目一杯たべてもらうのが基本ですから、栄養価の高いうちに早めに刈ることを心がけています。六月の一番牧草の時が、勝負です。このときの草の出来で、一年の成績が決まるんですよ」

牧場で年間に搾られる生乳は、一四〇頭で一、四〇〇トン。それを基本的に支えているのが、五〇畝の採草地と放牧地、それに二四畝のトウモロコシ畑です。そして、十勝のおいしい水。なんと二頭の牛が一日に飲む量は、一九〇リットルにもなるそうです。

都会の人に食べてみて

飲んでみてって言えるのは嬉しい

新村牧場の入口近くには、おしゃれな四阿あずまやが建っています。これは孝子さんが三年前に自分の小遣いで建てたものです。



「酪農家はあまり旅行できないので、みんなで食べたり飲んだりして、楽しめる場を作ったかったです。それと、地域の人たちが寄ってきて、くつろいだ時間を過ごせるのもいいですね。車で通りかかった旅行中の人が、見せてもらっていいですかって、入ってくることもあるんですよ」

四阿で何かの集会があるときは、裕司さんの奥さんのめぐみさんが牛乳を使った手づくりのお菓子を出すこともあります。めぐみさんはお菓子作りが得意で、いつかその店を出したいという夢があるそうです。

道路際には、剪定を終えたばかりのリンゴの木が数本、立っていました。秋には小さいけど酸味のあるおいしい実がなるそうです。その根元にあるのは、木でできたゾウやキリンのおもちゃ。孝子さんが、帯広の家具工房から買ってきました。





## 酪農家の生活に触れて、 命や食糧の大切さを見直す

ほっかいどう体験交流牧場

雄大な北海道の自然に触れながら、美味しい牛乳が作られる場所を見てみたい…。そんな思いを叶えてくれるのが、酪農家が自らの牧場を開放している体験交流牧場だ。牧場に足を運び、牛たちのことを考えながら愛情を込めて世話をしている酪農家やそこで過ごす牛たちの姿を目にすると、牛乳に込められた命の温かさが伝わってくる。

ありのままの酪農家の姿に触れられる牧場体験は、あらためて食糧の大切さを感じる場になることだろう。



「有限会社 十勝しんむら牧場」

牛のいる風景の中で、  
乳製品の美味しさを存分に味わう



JR帯広駅から車で1時間ほどの上士幌町にある「十勝しんむら牧場」。牛たちがのんびりと過ごしている放牧地を眺めながら奥に進んでいくと、ティールーム「クリームテラス」が現れる。「ここは、牧場をより身近に感じてもらうためのショールームです」と4代目の新村浩隆さんが話す

ように、店内では搾りたての低温殺菌・ノンホモゲナイズ牛乳やオリジナルの乳製品を使ったメニューを提供している。先代から牧場を引き継いだ際に新村さんが真っ先に考えたのは、みんなが飲みたいた牛乳はどんなものだろうというところ。そこで、草地の中を牛



牧場訪問記―新村牧場



「春は山菜、秋には栗ご飯など栗づくし。キノコ類もいろいろなものが自生している。ぜいたくな食生活かもしれません。わたしたちがこういう風に生活していて、牛乳も含めて都会の人に食べてみて、飲んでみてって言えるのは、嬉しいことです」

孝子さんは、昨年、東京の有楽町で開催されたイベントで、消費者とふれあう機会がありました。六時間立ちっぱなしでしたが、「わたしたちが搾った牛乳です」と訴えると、多くの人が足を止めて興味を持ってくれたといいます。牧場に、障害を持った子どもが遊びに来て、牛とふれあって元気になり、お母さんが涙を流して喜んだこともありました。牧場は牛乳を生産する場ですが、そこは人間と牛が仲良く生活しているとあり、人を癒したり、元気にし

たり、感動させたりする、何かがあるのかもしれない。

まだ褐色の畑に、数羽の白鳥が舞い降りてきました。トウモロコシの落ち穂を拾っているようです。近くの十勝川に毎年、数千羽の白鳥がやってくるそうです。「白鳥が来たら春が近いって、この辺の人はいうんですよ。白鳥たちはこれからシベリアへ向けて、渡ってゆきます。そのころにはもう、この辺りは春の気配で満ちているにちがいません。」





が自由に動き回れる放牧というスタイルに行きついた。放牧でおいしい牛乳を絞るために重要なのは、エサとなる牧草。そのため、牛にとって美味しく、栄養バランスのとれた牧草を育てるための土づくりから始めた。最初は食べられそうな草を選ぶようにしていた牛たちも、今では迷わずその場の草を食べるようになり、新村さんが思い描く理想に近い牛乳が搾れるようになった。

「クリームテラス」では、新鮮な牛乳を使ったミルクティーやミルクジャム、クロテッドクリームをたっぷりのせたワッフルやスコーンなどが味わえる。テブルから牛たちが草を食みながら穏やかに暮らす姿を眺めていると、自然と牛への親近感が増してくる。「美味しい牛乳をありがとー!」そんな思いでいただく料理の味は格別だ。

●有限会社 十勝しんむら牧場  
河東郡上士幌町字上音更西 1-261  
電話 01564-2-3923  
<http://www.milkjam.com>



### 「加藤牧場」

酪農の現場に身を置くことで、酪農家の素顔に触れる



素顔に触れられる。

これぞ十勝というダイナミックな景観が広がる大平原にある「加藤牧場」。昭和50年に新規就農して以来、帯広市内の小中学生の牧場体験を受け入れてきたが、最近では、農業系の大学や専門学校で学生といたった、本気で酪農に取り組んでいる人たちの実習の場にもなっている。「酪農の現場に身を置くことで、何かを感じ取ってもらえれば」という加藤さんの思いで、体験希望者のために特別なプロ

グラムは用意してない。加藤さんの家族と一緒に日々の仕事を手伝い、語らいつつながら食事をすること酪農家の素顔に触れられる。加藤牧場では、お馴染みのホルスタインに加え、ジャージー種の牛も飼っている。ジャージー種の牛乳にメイプルシシユガーとオリゴ糖を加えた「飲むヨーグルト」の委託製造も進め、今年からはいよいよ製品が販売される予定だ。



●加藤牧場  
帯広市美栄町西 8 線 130  
電話 0155-60-2107



●友夢牧場  
上川郡新得町字上佐幌基線 108  
電話 0156-69-6006

て搾乳の様子や牛舎の掃除、エサやりをする酪農家のありのままの姿を見せることで、牛を飼う生活とはこういうものだということを実感してもらおう。

「牧場は、朝が一番気持ちいい時間」と湯浅さんと言っているように、いつもより早起きをして牛飼いの時間を過ごしてみたいかがか。

「人数が多くなると受け入れるのが大変ですが、子供たちが目を輝かせて乳搾りをしていたり、真剣に私たちの話を聞いてくれるので、ついこちらも張り切ってしまう」と話すのは、友夢牧場社長の湯浅佳春さん。酪農家のありのままの生活を感じて欲しいという思いで、15年ほど前から多くの体験希望者を受け入れている。

そのため、牧場見学や乳搾り、子牛への哺乳、アイスクリームやバター作りなどの体験メニューは、朝の搾乳時間に合わせた6時30分にスタートする。600頭もの牛たちを、順番にミルキングパーラー（乳を絞るための施設）に移動させ



酪農家の生活時間に合わせた体験メニューで、牛飼いの時間を過ごす

### 「友夢牧場」







パプリカとナスのガーリック焼き

## ●材料(2人分)

パプリカ(黄・オレンジ) … 各1/2個(角切り)  
ナス(小) … 2個(角切り)  
玉ねぎ … 1/2個(角切り)  
バター … 20g  
塩・コショウ … 各少々  
オリーブオイル … 小さじ2  
ピザ用チーズ … 100g  
A [ パン粉 … 1/4カップ  
ニンニク(みじん切り) … 大さじ1  
パセリ(みじん切り) … 大さじ3  
クコの実 … 大さじ1

## ●作り方

① フライパンにオリーブオイルを熱しナスを炒めて、取り出しておく。  
② フライパンにバターを溶かし、玉ねぎを炒め、塩・コショウし、パプリカを加えさらに炒める。  
③ グラタン皿にバター(分量外)を薄く塗り、①と②を入れ、混ぜ合わせたAを全面にふりかけオーブントースターで色よく焼く。

## ●材料(4人分)

さやえんどう(なめ切り) … 50g  
A [ 桜エビ … 20g  
長ネギ(みじん切り) … 1/4カップ  
小麦粉 … 3/4カップ  
B [ 卵 … 2個  
牛乳 … 1カップ  
ゴマ油 … 大さじ2  
＜たれ＞  
C [ しょう油、酢 … 各大さじ2  
豆板醤 … 小さじ1

## ●作り方

① Bを泡立器でダマにならないようによく混ぜ、Aを加えて混ぜ合わせる。  
② フライパンにゴマ油大さじ1を熱し、①の半量を流し入れて中火で4分ほど焼き、返して火が通るまで焼く。  
③ 同じものをもう一枚作り、食べやすい大きさに切って、Cを混ぜたたれを添える。  
※たれの各分量は好みで調整する。



さやえんどうと桜エビのチヂミ

やわらかな緑が広がる十勝の初夏。パワー全開で育ったグリーンアスパラガスやブロッコリーが食卓を彩ります。そして、栄養満点の牛乳・チーズを組み合わせれば、暑い夏も元気に過ごせることまちがいない!!

## あずきとじゃこの牛乳飯

## ●材料(4人分)

米 … 2カップ(1カップ=200cc)  
A [ 水 … 1カップ  
牛乳 … 1カップ  
塩 … 小さじ1/2  
B [ あずき … 1/2カップ  
生姜(みじん切り) … 大さじ2  
ちりめんじゃこ … 1/4カップ  
大葉 … 6枚(千切り)

## ●作り方

① あずきは一晩水につけておき、使う寸前に水を切る。  
② 米は洗ってザルにあげておく。  
③ 炊飯器に②とAを入れ15分ほどおき、Bを表面に散らしてスイッチを入れる。  
④ スイッチが切れたら蒸らし、器に盛り、大葉を飾る。  
※牛乳を入れるとおこげが出来ておいしいです。



## ブロッコリーのミルクスープ

## ●材料(4人分)

ブロッコリー … 1株  
A [ ベーコン … 4枚(1cm角切り)  
オリーブオイル … 小さじ2  
玉ねぎ … 1/2個(粗みじん切り)  
B [ チキンコンソメ … 1と1/2カップ  
塩・コショウ … 各適量  
白ワイン … 大さじ3  
C [ 牛乳 … 2と1/2カップ  
生クリーム … 1/2カップ

## ●作り方

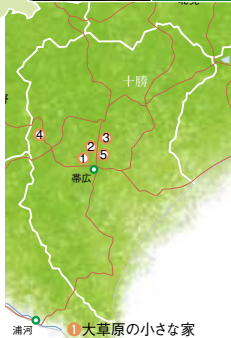
① ブロッコリーは一口大に小分けにし、沸騰した湯に塩を少し入れてサッと湯がいておく。(茎の部分は粗みじん切りにしておく)  
② 鍋にAを入れて熱し、玉ねぎと粗みじん切りにしたブロッコリーの茎と一緒に入れてよく炒める。  
③ ②にBを加えて、茎に火が通ったら、Cと①を加え、沸騰寸前に火を止める。  
※冷たいスープにしても美味しいです。





**食べて遊んで  
味わい旅 in 十勝**

優しくもあり、厳しくもある十勝の自然。そんな大地にしっかりと根を張り、牛たちと共に暮らす酪農家たち。自然の恵みを生かして作る農産物からは、温かさやたくましさや伝わってくる。どこまでも広がる雄大な景色を眺めながら、十勝の美味しさを豪快に味わおう！



- ① 大草原の小さな家
- ② カントリーホーム風景
- ③ 道の駅「ピア21しほろ」
- ④ YORKSHIRE FARM
- ⑤ 道の駅「おとふけ」

### ① 大草原の小さな家

バイキングで、素朴な田舎料理とミルクたっぷりのデザートをお楽しみください！

鹿追町にあるレストラン＆カフェ「大草原の小さな家」では、自家産野菜や搾りたての牛乳など、地元食材を使った料理を味わえる。「うちの料理は、煮物中心の田舎料理です。これといった特別なものはありませんが、お子さんからお年寄りまで、誰もが楽しめるものばかりです」と、代表の中野健治さんが話すように、素材の味と香りをシンブルに味合わせる素朴な料理が魅力。ランチとディナーのいずれもバイキングスタイルで、40種類ほどのメニューが並ぶ。

忘れてならないのは、食後のデザート。十勝産の牛乳や乳製品を使ったケーキ類が、常時10種類ほど用意される。好きなものを3種類選べるので、デザート用のお腹を残しておくのを忘れずに。料金は大人1500円、子ども950円。宿泊施設もあり。



河東郡鹿追町笹川北7線11番地3  
電話 0156-66-2200  
<http://daisougen.jp/>



### アスパラオーブントースト

- 材料(2人分)
- 食パン(4枚切り) …………… 2枚
  - ケチャップ …………… 大さじ4
  - 焼き豚(5mm厚さ) …………… 4枚(拍子切り)
  - グリーンアスパラガス …… 4~6本分(ゆでて好みの形に切る)
  - ピザ用チーズ …………… 適量(又は溶けるチーズ2枚)

- 作り方
- ① 食パンを軽くトーストする。
  - ② ①の上にケチャップを平均に塗り、焼き豚をのせ、アスパラを並べた上に、チーズを散らす。
  - ③ ②をオーブントースターに入れてチーズが溶けるまで焼く。
- ※ケチャップをサルサソースに変更しても美味しい。



### 金時豆みそクッキー

- 材料(20個分)
- A 小麦粉 …………… 2カップ
  - ベーキングパウダー …… 小さじ2
  - バター …… 100g(常温にしておく)
  - B 三温糖 …………… 2/3カップ
  - みそ …………… 大さじ2
  - 卵 …………… 2個
  - C 金時豆(ゆでたもの) …… 1カップ
  - 白ゴマ …………… 大さじ2
- 作り方
- ① オーブンを180度に温めておく。
  - ② Aをボールに入れ泡立器で混ぜ合わせておく。
  - ③ 大きめのボールにBを入れてよく混ぜ、卵を1個ずつ混ぜながら加える。
  - ④ 木べらを使って③に②を加えて混ぜながら、途中でCを入れてさらに混ぜ込む。
  - ⑤ ④を20等分し、天板に間隔をあけて丸めて並べ、オーブンで約13分、薄く焼き色がついたら取り出す。



レストランでは十勝の味を。自家製の子羊肉はもちろん、新得産のそば粉を使った生地に十勝のチーズ工房「NEEDS」のモッツァレラと自家製ソフトサラ



澄んだ空気と広がる山並み、そして一面に続く緑……。まるでヨーロッパの片田舎のような風景が印象的な十勝の中、サホロ川沿いにあるレンガ作りの建物が「ヨークシャーファーム」。ポールドセツとサウスダウンという白い羊を飼育している牧場だ。ファームインとレストランがあるの、ゆつくり滞在しながら羊飼体験やクラフト作り、アウトドアスポーツを楽しむ。5月～6月に毛刈り体験もできる。



上川郡新得町北新得  
電話 01566-4-4948  
<http://www.york.co.jp/>



④ YORKSHIRE FARM  
毛刈り体験もできるファームインで、十勝を味わう

ミをのせた「そばピザ」や「モッツァレラのサラダ」で、豪快な十勝ならではの美味しさを堪能したい。

同じく国道241号線にある道の駅「おとふけ」にも、十勝ならではの味が楽しめる。それは、よつ葉乳業（十勝主管工場）の牛乳を原料にしたソフトクリームに、音更の特産である黒豆、小豆をトッピングした十勝ならではのソフトクリームだ。黒豆の甘煮を載せた「くろまめソフト」と小豆の甘煮を載せた「あずきソフト」は、ふつくとした豆に、クリーミーなソフトクリームをからめることで、独特のまろやかな味を醸しだしている。この牛乳と豆のコラボレーションは、音更町物産協会職員が「音更らしさを全面に出したい」と考案したもの、こでしか味わえない。



河東郡音更町木野大通西19丁目5番地  
電話 0155-31-8511

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.milkland-hokkaido.com>

発行  
北海道指定生乳生産者団体  
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 電話011-232-6189

## ② カントリーホーム風景

牧場で採れたものを、

その場で味わう美味しさ

「本物を作りたい。美味しいものをお届けしたい」というおもいで酪農家が始めた牧場カフェ「カントリーホーム風景」。牧場で採れたものを牧場で味わってほしいという思いから、オープンしました」と代表の清水智久さんが言うように、メニューには、低温殺菌の牛乳やヨーグルト、ソフトクリーム、アイスクリームなどの乳製品をはじめ、ケーキやパフェ、フードメニューがずらりと並ぶ。幼い頃に牧草畑で聞いた山鳩の鳴き声を名前にした草原のヨーグルト「でーぽっぽ」は、原料に均質化していない生乳を使っているため、上部にクリームの層ができるのが特徴



河東郡鹿追町東瓜幕西18線28-85  
電話 0156-67-2382  
<http://www.countryhomefukei.jp/>

徴、生乳本来のkokと香りをしっかりと味わえる。鹿追産の豚肉を牛乳で練り上げたミルクソーセージは絶品。地元産のチーズをたっぷり使ったオリジナルオムレツなど、食の宝庫・鹿追の味を満喫できる。牧場体験も可。



## ③ 道の駅「ピア21しほろ」

コクがあるのに爽やか。

地元の高校生がつくるチーズの味

帯広から国道241号線を北へ約30km、士幌市街の入口に、赤いトンがり屋根の道の駅「ピア21しほろ」がある。目の前にジャガイモ畑が広がり、士幌産の野菜や乳製品が販売されている。ここで人気があるのが、ここで注目を集めているのが、士幌高校生がつくるチーズやソーセージ。士幌高校では、授業の一環として、オリジナルのナチュラルチーズを昭和56年から製造しており、現在作っているのはセミハードタイプのゴーダ。チーズの原料になっている生乳は、すべて士幌高校で飼育している乳牛から搾った新鮮な乳。また、「ピア21しほろ」オリジナルのなまらクリームプリン、夏には、



河東郡士幌町字士幌西2線147番地  
電話 01564-5-3940

地元の濃厚な牛乳を使ったソフトクリームも販売される。コクがあるのにクリーミーな口あたりが評判だ。