



LETTER HOKKAIDO  
vol.23  
MILK

ほっかいどう  
牛乳だより



ほっかいどう牛乳だより  
vol.23



ホクレン農業協同組合連合会

# 牛乳は 大地から 生まれたもの

根釧台地の東側には、北から冷たい千島海流が流れています。また、夏は南東からの季節風が冷やされて、濃い海霧が発生します。このため、夏でも気温が上がらず、牧

草以外の作物はよく育ちません。しかし、この涼しい気候は酪農には適しているので、ここでは大規模な酪農が発展しました。いまでは国内最大の酪農地帯です。根釧台地を上空から見ると、大地を格子状に区切る緑のグリッドが見えます。これは開拓時代に作られたカラマツ林で、防風林の役割を果たしています。この根釧台地特有の風景を作る格子状防風林は、北海道遺産に認定されています。



度もテッターがかき回さなければなりません。酪農家にとって、草の収穫が勝負時。ここで良い草を収穫できなければ、牛たちの健康を保てないし、一定の乳量を確保することもできないからです。望月英彦さんも、草の収穫が始まると、ほとんどトラクターから降りません。食事もトラクターまで届けてもらいます。

「昨日まで二週間くらい雨が続いたから、収穫が遅れているんですよ。晴れば刈れるので、一気



牧場訪問記

北海道  
野付郡別海町  
望月牧場

酪農家にとって  
草の収穫が勝負時

牧草地で、テッターが刈り取られた牧草を、かき回していました。テッターはトラクターの後に付ける作業機で、牧草を地面の上に広げ、日光と風に当てて乾きやすくするものです。強い陽の光のなかに、また青い牧草が舞い散ります。このところ雨が続いていたので、刈り取った牧草は湿りがちで、何

に行くつもりです。質も大事だけど、まずは量。牛にはとにかく腹いっぱい食わせたいですからね。わたしは輸入した配合飼料に頼りたくないで、いい粗飼料を作ること重視しているんです」

粗飼料とは、牧草の生のもの、乾燥させたもの、発酵させたものの総称で、トウモロコシなどの穀物も含まれます。望月牧場の草地は二〇鈔。ここから収穫される草が、一六〇頭の牛を二年間にわたって養うわけです。望

### この牧場には地域の歴史が集約されている

望月英彦さんは牧場の二代目で、父親は昭和三十一年にパイロットファームの第一期入植者として、この地に入りました。パイロットファームは、広大な根釧台地に大規模な酪農を展開しようという国家的なプロジェクトです。一農家あたり面積約一五鈔、飼育乳牛頭数は一〇頭で、牛舎やレンガ造りのサイロが続々と建設されました。昭和三十九年までに入植した家族は、三六二戸に上りま

月牧場では放牧をしているので、五月中旬から十月いっぱいまでの期間は、牛たちは生の牧草を中心に食べることになりました。牛たちは一日に一牧区ずつ移動するので、つねにおいしい青草を食べられます。放牧する夏も牛舎で飼う冬も、年間を通じて同じ栄養量を摂れるようにするには、粗飼料に加えて補助的な食べものが必要です。それが配合飼料と呼ばれるもので、穀物を主体にさまざまな栄養素がバランスよく含まれています。

る地域に入った二戸は、いまは三戸に減っています。その後、昭和四十八年からは、根釧台地で新たに新酪農村建設事業が始まりました。これも国家的なプロジェクトで、一農家あたり面積五〇鈔、飼育乳牛頭数は七〇頭で、大型の牛舎とともにスティールサイロが建設されました。いまの望月牧場の牛舎はこのときに建設されたものです。スティールサイロは牧草の貯蔵方式が変わったため、最近になって取り壊されました。土地は



「うちの親父は、北海道の酪農の歴史を増えています。」



そのまま生きたようなものでしてね。ここへパイロットファームで入ったのが二歳のとき。苦労して牧場の基礎を築いて、周りの農家が去っていったのも、頑張り抜いた。新酪農村事業が始まったのは、わたしが中学校二年の時かな。それから少しずつ土地を増やして、牛の頭数を増やしてきました。望月牧場がいまの規模になったのは、一〇年くらい前です。その間に、酪農はどんどん変わりましたね。牛も変わったし、飼養する技術も変わったし、取り巻く環境も変わった。それをずっと、この牧場はたどってきたんですよ」

根釧台地に展開されたパイロットファーム

と新酪農村は、日本の酪農の姿を大きく変えました。そこで試された多くの事業が、日本の酪農のレベルを引き上げたのはまちがいありません。望月牧場には、その歴史が集約されているといえるでしょう。

### ここに生きていて

よかったなと思うとき



「二五歳のころ、大脱走という映画でスティーブ・マックイーンがオートバイで柵を飛び越えていくシーンを見て、すごく



格好いいなと思って。そのバイクが欲しくなったんですよ。父親にいうと、これをおまえの子牛にするから、育てて売ればいいと。それで、ちゃんと育てて、オートバイを買ってもらいました。当時は子牛一頭が一五万円ほどだったので、少し足せば買えたんですね」

当然、無免許でしたが、自分の土地なので、望月さんは思う存分、乗り回したそうです。美幌峠でハンググライダーを見てからは、空へ飛び立ちたくなりました。ハン



グライダーは高いところからでなければ飛べませんが、モーターグライダーならエンジンがあるので、根釧台地のような平地からも飛び立っています。

「モーターグライダーで上がっていったエンジンを見ると、スウィットと飛んでいく。聞こえるのは風の音だけ。摩周湖の方へ飛んでいくと、景色がいいので最高です。二二〇〇メートル上がると、北海道の形が見えるんですよ」

最近の仕事が忙しくてあまり飛べないのですが、一時は奥さんの千恵さんに乗せて自分の牧場の上を飛んだりしたそうです。千恵さんは、山梨県出身で、酪農実習でここへ来て、すっかり気に入りました。

「気持ち温かくて、優しい人が多かったんです。それで、ここなら暮らせるなと思いました。もともと動物が好きだったし、家族と一緒に仕事ができるので、いまの仕事は大好きですね」

千恵さんには、近くにお気に入りの場所



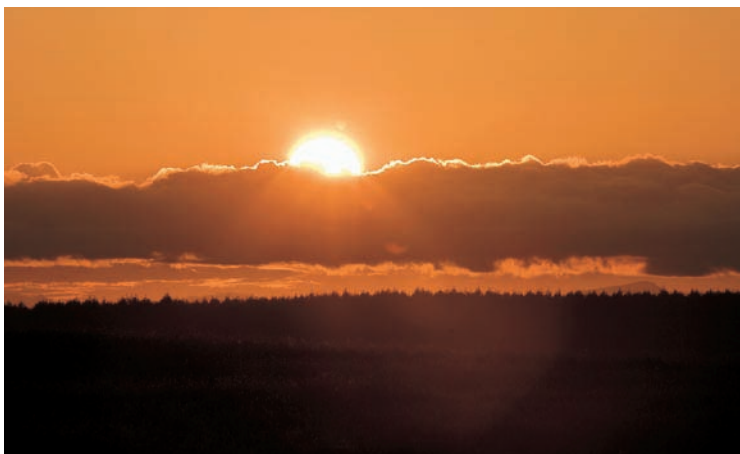
があります。小野沼公園というところで、濃いみどりに囲まれて、小さな沼がひっそりと空を映しています。

酪農という仕事の魅力について、望月さんはこう話します。

「草を収穫するときに思い切り汗を流して、あぁいい草が穫れたなっていうときは、

充実感がありますね。土があつて、草があつて、それを牛が食べて牛乳になる。動物性タンパク質を草から作れるのは牛ぐらいですからね。牛乳は大地から生まれたものなんです。それを作る仕事は、やりがいがあります。それと、ここは何よりも環境がいい。西の空が二面の夕日に染まる時、ここに生きていてよかつたなと思います」

牧場からは、摩周岳、武佐岳、西別岳が連なっているのが見え、その先にはさらに知床の斜里岳や羅臼岳があります。夕日を背景にした連山は、さぞ美しいにちがいありません。



牧場訪問記 | 望月牧場

根室市

酪農家集団

AB-MOBIT

## フットパスには面白い発見がたくさんある

根室フットパスは、五人の若手酪農家によるAB-MOBITという組織によってつくられた。フットパスとは、牧場、森林、海岸、市街地などに張りめぐらされた散歩道で、ここをゆつくり歩きながら風景を楽しむもの。いま根室フットパスには、別当賀パス、初田牛パス、厚床パスという三つの散歩道があり、それぞれが個性を持ちながら、「農」というキーワードによって有機的に結ばれている。

### 「別当賀パス」馬場牧場」 原生林から太平洋の海へつづく散歩道



馬場牧場からは、太平洋への道が続いている。馬場晶一さんに別当賀パスの道を案内してもらった。原生林のなかへ入ってゆくと、木もれ日

光と影の強いコントラストを作っている。この辺りの自然には、ほとんど人の手が入っていない。地には小さな川が幾筋も流れ、上空で

は野鳥たちが鳴き交わしている。シカやクマなどの野生動物も、この辺りは自分の領分だと思っ

ているにちがいない。途中に野鳥の会が管理している保護区があり、鳥たちの営巣地となっている。このゲートは閉まっているので、馬場牧場で鍵を借りなければならぬ。やがて、海の見える丘に出た。紫のヒオウギアヤメや赤いハマナスなど、野生の花たちが風に揺れている。海岸の近くにサイロと壊れかけた牛舎が見えた。

「あそこはもともと、うちの牧場があったところなんです。三〇年前までは、あそこで牛を飼っていました。しかし、電気が来い

なかつたので、生乳を冷やせなくなつて、いまのところへ移ったんです」  
丘はゆるやかに起伏していて、ところどころにロール状の牧草が置いてある。この丘はいまも馬場牧場の草地となつていて、う。牛も放されるといふから、散歩の途中で顔を会わすことがあるかもしれない。地面はところど





ころ湿地になっていて、小さな沼も見える。海岸線まで降りると、砂浜に波が白く砕け、背後には緑の丘と青い空が広がっている。気持ちのいい風景だが、どこかに北辺の土地らしい淋しさもただよう。遠くに、放牧されている馬の群れが見えた。こんな風景は、日本中探しても、どこにもないにちがいない。



### 「初田牛バス」小笠原牧場

作ることと食べることを一つにつなげる



小笠原牧場のなかには、農業加工体験館「食多楽(くつたら)」という建物がある。地元の農産物を使って、さまざまな食品づくりを楽しむ施設で、いままでソーセージやハム、パン、アイスクリーム、チーズ、ソバ、菓子作りなどを行ってきた。野菜畑のレンタルもしており、年間五千円でジャガイモやダイコンなど

を作ることができる。料理教室には、ほとんど小笠原忠行さんが立ち会い、パンや菓子作りなどでは、専門のインストラクターや奥さんに手伝ってもらう。「生産者と消費者が交流しながら、いっしょに食べものについて考えましようということ、この施設を造ったんです。



五年経って、ようやく作ることと食べるのが、一つにつなげてきたようですね。例えば、ソバは春に種を蒔いて、秋に収穫して、冬にソバ打ちをするというように、それぞれの季節で楽しみながら、作ったものを食べるができるんですよ」

地元の小学生たちが、学習のために訪れることもある。子ど

もたちにとって、アイスクリームやソーセージを作って、その場で食べられるのは、新鮮な体験にちがいない。

食多楽の調理室には、プロ用

の調理器が揃っている。ほとんどオークションで格安の値段で手に入れたものだという。とくに自慢の器具は、ドイツ製のソーセージを作る機械。汚れてほ

とんど壊れかけていたが、自力で修理して今はピカピカよみがえった。これから計画していることは、まだまだたくさんある。その一つは、庭にパンを焼く

窯を造ること。北海道産の小麦を使っておいしいパンを焼きたいと、小笠原さんは顔をほころばせた。



### 「厚床バス」伊藤牧場

ワークシヨップに人が集まってきた



去年のゴールデンウィークのころ、伊藤牧場に新しい建物があった。「酪農喫茶(Crissy Cafe)」。ここでは新鮮な牛乳やソフトク

リームのほか、地元の食材を活かした「牧場チーズドリア」「ほつき貝のミルクスープ」「花咲がにのミネストローネ」などを味わうことができる。フットパス

のキャンプ場に建てたもので、壁材に麦わらを使っている。「なにか面白そうなことをやっているな」といって、自然に人が集まってくるのがいいですね。みんなで協力して、何かを作り上げるのは、特別な喜びがあるんですよ。A B M O B I T も、それぞれの夢があって、それを組み合わせることで徐々に広がってきたんです。土地の魅力、人の魅力があれば、人は集まってくる。それが大きな輪になって、ここから何かを生んでくれれば

わうことができる。フットパスを歩き疲れたら、ここで休憩するのがいいかもしれない。

この酪農喫茶の建物は、旧陸軍炊事場を

いいと思います」  
根室フットパスができて、七年目。フットパスは歩く道だけ



ではなく、人が集まる拠点としても機能しはじめているようだ。

# Milk cooking

材料の分量は、  
1カップ=200cc、  
大さじ1=15cc、  
小さじ1=5cc  
で表示しています。



鯖のチーズはさみ焼き

## ●材料(2人分)

- 生鮭切り身(約100g) …… 2切れ  
 A [ モッツアレラチーズ …… 100g  
     カマンベールチーズ …… 50g  
     コショウ …… 少々  
 B [ 酒、みりん、しょう油、だし汁 … 各1/4カップ  
     砂糖 …… 大さじ1と1/2  
     サラダ油 …… 少々  
     んにく …… 1片(薄切り)  
 C [ 大根 …… 100g(すりおろす)  
     アサツキ …… 2本

## ●作り方

- ① 鮭の骨と皮を取り除いて水分を拭き取り、身の厚い方から横に2/3まで切り込みを入れてコショウを振り、薄く切ったAをはさむ。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、んにくを炒めて香りが出たら①

- を入れて両面をこんがりと焼き、中まで火を通す。  
 ③ 小鍋にBを合わせて軽くとろみがつくまで煮詰めてたれを作る。  
 ④ ②を器に盛り、③のたれをかけてCを飾る。



かぼちゃのチーズコロッケ

## ●材料(4人分)

- A [ かぼちゃ …… 300g(ゆでておく)  
     カッターチーズ …… 100g  
     粉チーズ …… 大さじ2  
     カマンベール …… 1/2個(細かく切る)  
     塩・コショウ・カレー粉 … 各少々  
 B [ 小麦粉 …… 適量  
     卵+牛乳 …… 1個+大さじ1  
     パン粉 …… 適量  
     サラダ油 …… 適量  
     パプリカの素揚げ …… 適宜  
     イタリアンパセリ …… 適宜

## ●作り方

- ① Aの材料を混ぜ合わせ、直径2cmくらいのボールに丸める。
- ② ①をBの上から順にまぶして衣をつける。
- ③ ②を180度に熱した油でこんがり揚げ、パプリカの素揚げやイタリアンパセリを飾る。

### 【コロッケ爆発の考えられる原因】

1. 丸めたときに、空気が入ってしまった場合に爆発する。空気を抜くように丸めること。
2. 衣をつけて揚げるだけの状態

にして、冷蔵庫や冷凍庫に冷やしておいたものを揚げた時。まだ、中身が冷えた状態なのに箸などで触って穴があき、熱い油と冷たい中身がであって爆発する。表面が黄金色になるまで触らないこと。

道東の夏は駆け足で去って行き、あっという間に秋から冬へ。

海のものも山のものも、たっぷりと滋養を貯え、

美味しい旬の素材がそろったら、

さらに栄養満点の牛乳・乳製品を加えてクッキング。

家族の団欒が、一層おいしさを引き立てます。

## ●材料(4人分)

- じゃがいも …… 2個(皮をむいて8等分)  
 玉ねぎ …… 1個(皮をむいて8等分)  
 A [ 酒 …… 大さじ2  
     だし汁 …… 2カップ  
     牛乳 …… 3カップ  
 B [ クリームチーズ …… 100g  
     みそ …… 大さじ2  
 C [ 生鮭 …… 200g  
     カキのむき身 …… 8個  
     エビ …… 8尾  
     長ネギ …… 1本(斜め切り)  
 D [ 豆腐 …… 1丁(水気を切って一口大)  
     水菜 …… 1束(洗って3等分に切る)  
 塩 …… 適宜

## ●作り方

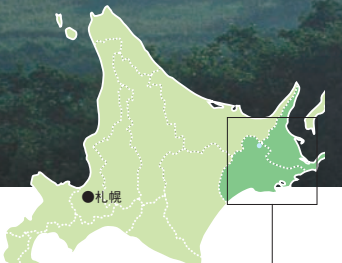
- ① 鍋にAを入れて、じゃがいもが柔らかくなるまで煮る。
- ② ボールにBを入れてよく混ぜ合わせて溶かし、①に加え、Cを加えて煮立ったらDを入れ、煮立つ前に好みに塩を加える。  
※みそによって味が変わります。

海菜ミルク鍋



# 食べて遊んで 味わい旅 in 根釧

広大な牧場が広がる根室や釧路は、北海道の中でも、さらに酪農王国の名にふさわしい地域。人間の数より、牛の方が圧倒的に多いという町や村では、本場ならではの乳製品やメニューが生まれている。寒さは厳しいが、晴れの日が多い根釧の冬。気持ちもからだも引き締まる大気の中で、大地の滋味はいっそう味わい深くなる。



①パン工房どりーむ  
②ハート・ツリー  
③クリームファクトリー・ラッキーミルク  
④風牧場

## ①パン工房どりーむ 標茶店

酪農のマチから生まれた  
伝説のメロンパン。

独特の風味と食感で、人気のあるメロンパン。最近では、生地や素材などさまざまな工夫がなされ、全国的なヒットを放つ商品もある。「パン工房どりーむ」の「北のメロンパン」もそのひとつ。創業者の関根寛文さんは、酪農のマチ・標茶町の出身。異業種から転身し、釧路のパンメーカーで修行後、平成12年に標茶町に小さなパン工房をオープンした。関根さんが考案したメロンパンは、水を一切使わず、地元の牛乳と卵だけで仕込むもの。外側はカリカリで、内側はし



つとりと軟らか、ミルクの香りが口いっぱい広がる。発売と同時に「標茶においしいメロンパンがある」という評判がクチコミや雑誌等でどんどん広がった。そして、全国のデパートイベントへの出品依頼が絶えないほどの人気商品に成長。今日では店舗数も増え、パンの有名店が集まる「らぼー」とTOKYO-BAY/東京ベイ/屋ストリート」にも出店し、新しいメロンパン伝説を作り続けている。

川上郡標茶町開運 2丁目1番1号  
電話・FAX 015-485-1635  
<http://www.bread-dream.com/>

## オイスターチャウダー

### ●材料(4人分)

カキむき身	12個
バター	40g
玉ねぎ	1/2個(粗みじん切り)
A [ じゃがいも	1個(皮をむいて一口大)
人参(小)	1/2本(イチヨウ切り)
ホウレンソウ	100g(ゆでて1~2cmに切る)
B [ コンソメスープ	2カップ
白ワイン	大さじ2
塩・コショウ	各少々
C [ 牛乳	2カップ
生クリーム	1/2カップ
片栗粉	小さじ2

### ●作り方

- ① カキは塩水で洗ってザルにあげておく。
- ② 鍋にバターを熱し、玉ねぎを十分に炒め、Aを加えてさらに炒め、Bを加えてじゃがいもがやわらかくなるまで煮る。
- ③ ②にホウレンソウ、①、よく混ぜ合わせたCを同時に加え、混ぜながら加熱し、沸騰寸前に火を止め、器に盛る。



## 煮りんごケーキ

### ●作り方

- ① Aを鍋に入れ、りんごがしんなりするまで煮て水分が少なくなったらバター10gを加え、混ぜてから火を止める。
- ② Bを混ぜ合わせ、食パンの両面を浸し、バターを熱したフライパンで色よく焼く。
- ③ ②の上に①をのせ、Cをよく混ぜ合わせてソースを作ってまわしかけ、ミントを飾る。

※フルーツケーキにするなら、煮りんごと一緒にオレンジ、キウイ、バナナ、イチゴなどをパンの上に並べてソースをかけるとおいしいです。

### ●材料(4人分)

食パン(4枚切り)	2枚(耳をとって1/2に切る)
りんご	1個(種をとって薄切り)
A [ 水	2/3カップ
砂糖	1/4カップ
シナモン	小さじ1/4
バター	10g
B [ 卵	1個
牛乳	1/2カップ
砂糖	小さじ2
バター	適量
C [ プレーンヨーグルト	1カップ
マヨネーズ	1/2カップ
砂糖	大さじ2
ミントの葉	適宜

釧路湿原のまっただ中を走り、釧路と網走を結ぶJR釧網線。夏はゆつたりと湿原を走る「湿原ノロッコ号」。冬は、SL列車が白銀の湿原を力強く疾走する。「SL冬の湿原号」が企画され、観光客や鉄道ファンを喜ばせている。「クリームファクトリー・ラッキーミルク」は、SL冬の湿原号の拠点となるJR標茶駅となり、ホルスタイン模様塗られた外観は、まさに酪農の里にぴったり。人気のソフトクリームは、牛乳の風味が生きるあっさりとした味わいで、全道の食材が集まる札幌でのイベントで、販売個数第1位(ソフトクリーム部門)になるなど、美味しさは折り紙付。メニューも次々と考案され、地元産のアカシヤの蜂蜜をトッピングしたハチミツソフトは最近の自信作だそう。

川上郡標茶町旭1丁目1067番地1

電話 015-485-1871 FAX 015-485-2391

<http://www5.plala.or.jp/luckymilk/>

※冬期間の営業は、不定期なので事前にお問い合わせください。



### ③ クリームファクトリー・ラッキーミルク

冬はSL列車に乗って、ミルクの里を訪れよう！

### ② ハートン・ツリー

特別天然記念物のタンチョウの里として知られる鶴居村。湿原や小川、なだらかに連なる丘陵など、ヨーロッパの田舎のような風景が広がる。そんな美しい村を一望する丘の上にファームレストラン「ハートン・ツリー」がある。



た。レストランのオープンには平成11年。メニューは、パスタやスープなど欧風の田舎料理。「牛乳、卵、野菜、豚肉など」には魅力的な素材が豊富。最近では、地元でおいしいナチュラルチーズもできて、とつてもうれい」と佐知子さん。定番メニューのひとつ、スープパスタは、手打ちのパスタと旬の野菜を牛乳たっぷりのクリーミーなスープで食べる、まさに鶴居村の恵みが凝縮した一品。ピザやパン、スイーツはすべて自家製で、それぞれに素材そのものの美味しさが生かされている。

「この窓から見える風景も最高のご馳走。鶴居の良さは、ゆつたりと味わってほしいです」と話すご主人の政人さんは、敷地内にある小さな牧場やファームインなど、全体の運営

を担当する。さらに、村内の酪農家と協力して「鶴居村あぐりねつとわーく」を組織し、農業体験や農泊の企画・運営などでも奔走している。「私が大好きな鶴居を多くの人に体験してほしい。心が通じる交流ができればいいですね。丘の上のハートン・ツリーは、鶴居の魅力をアットホームな電波で発信している。」



阿寒郡鶴居村字雪裡496-4

電話・FAX 0154-64-2542

<http://www.heartntree.com/>

### ④ 風牧場

牧場を吹く風のように爽やかで、コクのあるヨーグルト。

町内に、阿寒国立公園と釧路湿原国立公園という2つの国立公園がある標茶町は、自然が豊かな酪農のまち。約九千人という人口に対して約四万六千頭の牛が飼われている。そんな牛乳の聖地(メッカ)で、自家搾り牛乳でヨーグルトを製造・販売している「風牧場」。町内の酪農家有志が、自分の牛乳を使って商品を作りたいとの思いから取り組みを始めた。代表の佐藤肇さんが「ここは、水も、土も、風もいい。なるべく自然を生かした味わいに」というヨーグルトは、

安定材や香料などは一切使わない製法。搾りたての新鮮な牛乳をタンクでじっくりと発酵させ、ブルガリアとサーモフィラスの二種類の乳酸菌をブレンドして生まれる。適度な酸味とまろやかなコクがあり、生乳の風味が生きる独特の味わいは、全国にファンを持つ。製品は、飲むタイプの「プリティア」と食べるタイプの「風のヨーグルト」の2タイプがある。



川上郡標茶町熊牛原野10線東5番地9

電話 015-486-2131

FAX 015-486-2132

<http://www.sip.or.jp/~kaze/>



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