

A graphic of a postmark stamp is located on the left side of the title. It consists of a circular orange stamp with the text "LETTER HOKKAIDO" around the top edge and "MILK" around the bottom edge. In the center of the stamp, it says "vol. 24". Three wavy orange lines extend from the left side of the stamp, suggesting motion or a signal.

ほっかいどう 牛乳だより



北海道の酪農地帯から

世界で酪農の盛んな地域といえば、デンマーク、フランスのノルマンジー地方、ウイスコンシン州などのアメリカ北東部、ニュージーランドなどが思い浮かびますが、北海道もその一つです。

これらの地域に共通しているのは、気候が冷涼でホルスタインにとつてもっとも居心地のいい土地だということ。北海道には全国の乳牛の半分近くが暮らしています。北海道は広大な草地から質のよい牧草がたくさん穫れ、きれいな水にも恵まれています。ここでたつぷり草を食べ、のびのび育った牛だから、その乳は風味ゆたかなのです。また、牛舎のなかを清潔に保ち、牛の健康に気を配っているため、北海道の生乳のクリーンさは世界でもトップレベルになっています。



牧場訪問記

北海道
鶴居村
高橋農場



青空の下で 腹いっぱい草を食べて 元気でいてほしい

鶴居村は、釧路湿原国立公園に隣接している村で、タンチョウウツルの里として全国に知られています。冷涼な気候を生かして、酪農が盛んな地域です。ここで二家族が共同経営している高橋農場を訪問しました。



巨大な牛舎に 一六〇頭の乳牛が暮らしている

早春の道を車で走って行くと、レンガ色の巨大な牛舎が見えてきました。枯れた野のなかに、赤い色がひととき目立っています。高橋農場の牛舎は去年の十月に建てられたばかりで、すべてが真新しい印象です。農場の経営者である高橋達雄さんの中に案内してもらいました。広く天井が高く、地元で伐採されたカラマツの木がふんだんに使われています。この牛舎はフリーストールという方式で、牛が自由に動き回れるようになっていきます。エサを食べに行ったり、歩き回ったり、寝ころんだり、そのまま眠ってしまったり、牛たちは自由に振る舞うことができます。ただ、搾乳の時だけは、パーラーという場所に移動して、一仕事しなければなりません。それぞれの牛に、オガクズを敷いた清潔なベッドが用意されていて、牛たちは気持ちよさそうです。

「人間だって、部屋がきちんと掃除されていると気持ちがいいでしょう。牛も同じで、生活する環境がよければ、ストレスがかからないですよ。ストレスがないと健康な状態を保てるから、おいしい牛乳をた





牛たちの乳を搾る場所は、パーラーと呼ばれます。一〇頭ずつ牛が後ろ向

**透明なパイプを
ミルクが勢よく流れてゆく**

父親と叔父の共同経営で、搾っている牛の数は四〇頭足らずだったといいます。それがいまは一六〇頭。四〇年の間に、農場はずいぶん大きくなりました。



くさん出してくれる。そうなると儲かるので、私たちも嬉しい。それと、わたしは若いときに横浜で、子どもたちに酪農を見せる仕事をしていたので、その影響もあり、見せてくださいと言われれば、どうぞと言える環境にすることをいつも心がけているんです」

高橋さんは、この農場を継ぐ前に、横浜の「子供の国」で牛を管理しながら、子どもたちに乳搾りを体験させる仕事をしていました。それから地元のコラーステーションで二年間働いて、この農場に戻ってきたそうです。そのころは

きになって二列に並び、その間の通路に人間が入り、ミルクという機械で乳を搾る仕組みです。入口を開けると、待ちかねていたように牛たちが入ってきます。順番に位置につくのを見てみると、なんて行儀がいい動物なのだろうと驚きます。乳房はピンク色で、ミルクではちきれんばかりになっています。まず四つの乳首を消毒し、濡れたタオルできれいに拭きます。そこにミルクカーをつけると、透明なパイプをミルクが勢よく流れてきます。牛たちの足首にはセンサーがつけられていて、パーラーの計器盤と連動しているので、どの牛がどれくらい



動しているの、どの牛がどれくらい



塵一つありません。ステンレスの計器盤などはピカピカに光っていました。

**牛たちの食事は
なかなかバラエティゆたか**

春になると、牛たちは放牧されます。いつもは青草が生えそろう五月中旬、今年は温かいのでもっと早くなるかもしれません。冬の間、牛舎で過ごす間に、広々とした放牧地に出るのは、すごく嬉しいのでしょうか。牛たちは踊るように走っていくそうです。

「やはり、青空の下で腹いっぱい草を食べてきて、元気でいてほしいですからね。そういう牛から搾った乳だから、おいしいはずなんです」

牛たちが食べる草はイネ科のチモシーという牧草が主体で、マメ科の赤クローバーも混ぜています。そ



のミルクを出したのがリアルタイムにデジタル表示されます。赤いデジタル数字が止まるのは、だいたい14、15。一頭の牛が一回に一リットルパックで一四〜一五本の乳を出していることになります。搾乳が終わると、ミルクカーは自動的に外れます。そして、すべての牛が仕事を終えると、いつせいに外へ出て行きます。それから次の一〇頭が入ってきて、同じ作業を繰り返すわけです。パーラーを担当しているのは四人です。それでも朝・夕の搾乳で、それぞれ二時間はかかります。朝の搾乳は四時半に始まるといいますから、凍てつく冬の作業などは楽ではないに違いありません。

「牛は習慣が変わることを嫌うので、搾乳時間は絶対厳守にしているんです。パーラーで気をつけているのは、とにかく清潔にすることですね。人間の口に入るものを作るわけですから、気を抜くことはできません」

機器を洗浄し、床や壁をきれいにするのに大量の水が使われます。すべての搾乳が終わった後のパーラーは、

すべての搾乳が終わった後のパーラーは、

れにトウモロコシや配合飼料も加わって、牛たちの食事はなかなかバラエティゆたか。ちゃんと栄養が摂れるように、高橋さんがバランスよく飼料を組み合わせているわけです。高橋農場の草地は、採草地と放牧地が合わせて九六・八ヘクタール、トウモロコシ畑が二二ヘクタール。ここから、どれだけ良質な飼料を収穫できるかが、酪農家の勝負どころ。おいしい飼料がいつばいできれば、牛たちは喜んで食べるし、それが乳量を増やし、乳質をよくすることに繋がります。



つてきて、食べていきます。タンチョウヅルもやってきます。「タンチョウヅルは、鶴居のシンボルだからしょうがないね。クマはちよつと困るけど、シカが食べるくらいは、それを見込んで多めに作っているんですよ」

昔、アイヌの人たちは、山菜や果実をとるときに、動物の分をきちんと残しておいたそうですが、なにかそれ思い出させるような話です。釧路湿原という太古からの自然が残る地域に近い農場だけに、自然との共生という考えが自ずから根づいているのでしょう。

首都圏へ安全な生乳をフレッシュなまま届けるために



パーラーで搾られた生乳は、パイプラインを通してバルククーラーという冷蔵タンクに集められます。ここで生乳は四℃前後に冷やされて、集荷まで保存されるのです。やがて高橋牧場に、生乳を運搬するタンクローリーがやってきました。運転手がバルククーラーから生乳を移します。そのとき、サンプルを採取するの

ですが、これは生乳の安全性を確認するためです。運転

手にどんなことに気をつけているのか、聞いてみました。「酪農家のみなさんが苦労して搾った生乳だからね、とにかく事故を起こさないように、細心の注意を払って運転しているんですよ」。それからタンクローリーは、一路ク



ラーステーションに向かいます。

鶴 居村で出荷された生乳は、乳業メーカーに送られる分を除いて、磯分内にある釧路クーラース

テーションに集められます。クーラーステーションの受け入れに、周辺地域から次々にタンクローリーが到着します。このクーラーステーションの大切な役割の一つに、さまざま

な検査を行って安全な乳質であることを確かめることがあります。抗菌生物質、細菌数、体細胞数、成分、風味など、すべての基準をクリアしなければ、ここからは出荷されません。「八人のスタッフがローテーションを組んで、三六五日働いています。何重にもチェックしているので異常を見逃すことはありません」と、担当者はきっぱり断言します。クーラーステーション

で、道外向けの生乳はタンクローリーに積み替えられて、釧路港へ向かいます。釧路港からは「ほくれん丸」で海路を走り、二〇時間で茨城県の日立港へ。こうして生乳は、フレッシュな状態を保つまま首都圏へ届けられています。



※生乳とは乳牛から搾ったままの乳のことです。



とことん 鶴居を 楽しもう



北海道の東部にそびえる雌阿寒岳のふもとにある鶴居村。さまざまな野生生物が息する釧路湿原に接するこの村には、その名の通り、毎年十一月から三月にかけてタンチョウヅルがやってくる。そして、なだらかな丘陵地に広がる草地では、牛たちがのんびりと草を食み、おいしい牛乳を提供してくれている。雄大な自然の中で、人と牛がおりなすメイドイン鶴居の楽しさを堪能しよう！



■あぐりねとわーく

農家の人と触れ合いながら
とことん鶴居を楽しむ情報を発信



軽に参加していただいたり、村の人しか知らない絶景ポイントを案内したり、村ぐるみでお迎えします」と話すのは、ファームレストランを営む代表の服部政人さん。

鶴居村の魅力を知ってもらうには、まずは基幹産業の酪農からという思いで、農家やファームレストランがメンバーとなり、ファームインや農業体験ができる酪農家、観光スポットなど、鶴居での滞在を楽しむための情報を発信しているのが「あぐりねとわーく」。個人旅行や修学旅行、長期の移住体験など、それぞれのニーズに合った対応をしてくれる。

「鶴居村はヨーロッパにあるような牧歌的な田園風景が美しく、人の数よりも牛の方が多いのどかな村です。ここに来たからには、鶴居村の仲間として、一緒に農作業をしていただいたり、地元の祭りや料理教室などに気

通りすがりの観光では体験できない、鶴居の人の温かさに触れ、鶴居の美味しさを感じるには、まずはここに相談を。



●あぐりねとわーく(ハートン・ツリー)
阿寒郡鶴居村字雪裡 496-4
電話・FAX 0154-64-2542
<http://www.7a.biglobe.ne.jp/~agrinetwork/>

■どれみふあ空

丹頂カレーや具だくさんのピッツアで
地元の食材を味わおう



フになるが、鶴居で思いつく白い食材といえばもちろん牛乳。そこで、生クリームやヨーグルトを使った白いカレーが誕生した。自家製レモンガラスの酸味がきいたエスニックな風味が特徴。

酪産物のチーズをトッピングにしたピッツアには季節の野菜がたっぷり使われ、ボリューム満点。いも団子やじゃがバターとソーセージのセットにもミルクが付いているのは、酪農のまちらしいメニュー。ドライブの途中で、ソフトクリームやパンと牛乳をつまみながらひと休みするもよし、窓際に座ってゆっくり自然を眺めながら食事を楽しむもよし、思いのままの時間を過ごせる。



●どれみふあ空
阿寒郡鶴居村鶴見台
電話・FAX 0154-64-3987
http://www.3.plala.or.jp/hamano/doremifa_sora/

タンチョウの給餌場のはす向いにあるカフェレストラン「どれみふあ空」。子供たちを自然の中でのびのびと育てたいとオーナーの濱野活年さん・秀代さん夫妻が神戸から鶴居に移り住んだのは10年前。牧草地の緑が美しく、大らかな気持ちになれる鶴居の風が好きで、何度も足を運ぶうちに、どうしても住みたくなったからだ。

ここでは、夏は緑を背景に可憐な花を咲かせるハーブを、冬はタンチョウが飛び交う姿を眺めながら自家製野菜や地元の素材を使った料理を味わえる。鶴居らしいオリジナルメニューをと生まれたのが「丹頂カレー」。タンチョウといえば、赤・白・黒の三色がモチー

タンチョウと乳製品にこだわった宿で、地元チーズのフォンデュを



木をふんだんに使った室内でくつろげるホテルTAITO。タンチョウを主にした写真を撮り続けるプロの写真家・和田正宏さんが経営する宿のこだわりは、タンチョウと牛乳。ホテルでは、タンチョウをはじめ、約一七〇種もの鳥や動物が生息する釧路湿原の自然を体感できるオリジナルツアーを実施しており、認可を受けたガイドが、普段は立ち入ることができない特別保護区を案内してくれる。

食事には、「酪農のマチ・鶴

居では乳製品を」と和田さんが話すように、チーズフォンデュで存分にチーズを堪能したい。熱々のチーズが野菜にとろりとからまり、チーズの塩味がほど良いスパイスに。メニューが登場した時は、近隣の白糠町にある酪舎のチーズを使用していたが、鶴居村の酪産館でチーズを作るようになってからは、二つのチーズをブレンドするなど新たな味を作っている。

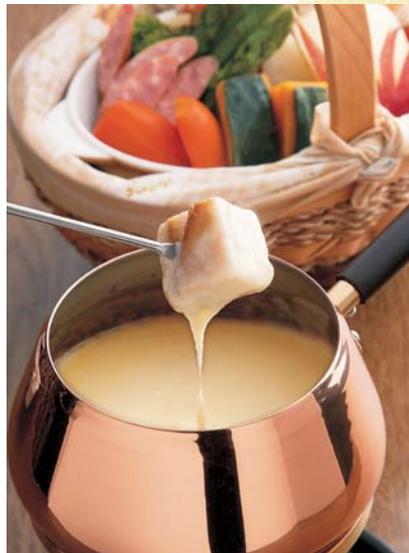
「胸を張って地元のチーズと言えるものができましたし、

ここで初めてフォンデュを食べたという方からは、こんなに美味しくて、簡単に食べられるんだと言っていた。チーズを身近なものに感じていただいています」と和田さん。

源泉かけ流しの天然温泉「美人の湯」では、琥珀色の湯に包まれてお肌がしっとり。風呂上がりには、鶴居産の牛乳を使った酪産館オリジナルの「つるいのタンチョウソフト」を。クリームのように濃厚なソフトクリームは、クセになりそう。フォンデュは要予約。



●HOTEL TAITO
阿寒郡鶴居村鶴居西1丁目
電話 0154-64-3111
FAX 0154-64-3333
<http://www.hotel-taito.co.jp>



ウィルダネスロッジヒッコリーウィンド 鶴居の風景もごちそうになる スローフードを味わえる宿

砂利道を進みながら木々の間を抜けた先にひよっこりと現れる「ヒッコリーウィ

ンド」。北海道アウトドアガイドとして活躍するプロのガイド・安藤誠さんと妻の

忍さんが営むロッジだ。訪れる人の希望に合わせて、植物を観察したり、ト

●ウィルダネスロッジ
ヒッコリーウィンド
阿寒郡鶴居村字雪裡原野北14線
電話・FAX 0154-64-2956



レッキングやカヌーなど、目で見るだけではなく、心で感じられる自然との接し方をさりげなくアドバイスしてくれるのが魅力でもある。食事に関しても、単に美味しいものを食べるだけではなく、食材の生産環境や調理法を知ったり、四季折々の食器で季節を感じながら、この風景や空気の

中だからこそ味わえる食のあり方を発信しようと、この春、厨房設備を整えリニューアル。カフェとしても利用できるようになった。「本日のランチ」は、見た目もきれいで楽しい。「何と云っても鶴居は酪農のマチですが、春には山菜も採れますし、近郊からは新鮮な魚も手に入ります」と忍さんが話すように、ニンジンの天ぷらには、酪産館の粉チ

ーズを散らしていたり、サラダにはヨーグルトのソースが添えてあるなど、スパイス感覚でさりげなく乳製品を使っている。料理からは、日々の食卓で、牛乳や乳製品がごく普通に使われているのが伝わってくる。湿原があったり、山があったり、川があったり。ここでは、心地良い景色の中に身を置いて、鶴居ならではのスローフードを満喫したい。

鶴居村農畜産物加工体験施設 らくらく館

鶴居の牛乳を使って、 アイスクリームやチーズを手作りできます

鶴居村の搾りたての生乳を使い、ブランドでチーズ作りを学んだ職人が丁寧に手作りするナチュラルチーズ「鶴居」。ミルクの甘味が広がる優しい味は、平成一九年度のALL JAPAN ナチュラルチーズコンテストで最優秀賞を受賞した。このチーズを製造している酪産館では、チーズやアイスクリーム、バター、ソーセージ、パン作りなどを体験できる。鶴居産の牛乳はもちろん、北海道産の食材を使った加工体験は地元の人にも好評で、酪農家の奥さんも仕事の合

間にチーズやアイスクリーム作りを覚えて、わが家の味を楽しんでいる。

中でもチーズ作りは好評で、二カ月前に予約を受け付けるが、すぐに定員になってしまいうほどの人気。子供でも簡単に作れるアイスクリームは、ココアを入れたり、抹茶を入れたり、好みの味に仕上げられる。出来たてのアイスクリームはジェラート風で、濃厚なミルクの味がストレートに伝わってくる。

自分で作る楽しみを知ると、食

べることがもっと楽しくなる。「らくらく館」では、そんな思いを実感できる。加工体験は三人以上。事前に予約が必要。



●鶴居村農畜産物加工体験施設 らくらく館
阿寒郡鶴居村雪裡 435 番地
電話 0154-64-3088
<http://raku2tsurui.jp/index.htm>



Milk cooking

夏はさっぱりしたものはかりを食べてしまい、栄養が偏りがちです。暑い夏を乗り切るためにも、タンパク質やカルシウム、ビタミン類など、必要な栄養素をバランスよく、おいしくとりたいたいものですね。この夏は、そんなバリエーション料理で夏バテ知らず。



牛肉とピーマンのミルク炒め煮

●材料(4人分)

- 牛もも肉(バター焼き用) …… 300g
- ニンニク …… 1カケ(薄切り)
- オリーブオイル …… 大さじ1
- 玉ねぎ …… 1/2個(千切り)
- ピーマン …… 2個(種をとって薄切り)
- 酒 …… 大さじ1
- 塩・コショウ …… 各少々
- オリーブオイル …… 大さじ1/2
- 片栗粉 …… 大さじ1
- 牛乳 …… 1カップ
- 鶏ガラスープの素 …… 小さじ1
- 一味とうがらし …… 少々
- 砂糖、片栗粉 …… 各小さじ1
- みそ …… 大さじ1
- ごま油 …… 大さじ1

●作り方

- ① 牛肉をAで下味をつけ、Bをもみ込んでおく。
 - ② フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニクを炒め香りが出たら①の両面をよく焼いて取り出す。
 - ③ 同じフライパンにごま油を熱し、玉ねぎを炒めてからピーマンを加えてさらに炒める。
 - ④ Cをよく混ぜ合わせてから③に加え2分ほど煮てから②の牛肉を入れ混ぜ合わせる。
- ※ 粗びきコショウを振ってもおいしい。

●材料(4人分)

- ホタテ貝柱 …… 8個(1/2に切る)
- レタス(中) …… 1/2個
- (サッと湯通しして一口大に切る)
- 長ネギ …… 10cm(輪切り)
- ミニトマト …… 8個(1/2に切る)
- カッテージチーズ …… 1/4カップ
- 牛乳 …… 3カップ
- 小麦粉・片栗粉 …… 各小さじ2
- 白ワイン …… 大さじ2
- 塩・コショウ …… 各少々
- 生クリーム …… 1/4カップ
- ピザ用チーズ …… 1/2カップ
- パセリ(みじん切り) …… 適量

●作り方

- ① 耐熱容器にAを均等に並べる。
- ② Bをよく混ぜ合わせてから火にかけ、とろみがでたら火を止め①に注ぐ。
- ③ ②にピザ用チーズを全体に振り、190度に温めたオーブンで薄く焼き色がつくまで焼き、パセリを振る。

ホタテとレタスのクリーム焼き



チーズミルクかき揚げ



●材料(4人分)

- プロセスチーズ …… 50g(角切り)
- 新玉ねぎ …… 1/2個(千切り)
- きやいんげん …… 5本(斜め切り)
- 白身魚 …… 200g(薄切り)
- 人参(中) …… 1/3本(千切り)
- ひじき …… 大さじ1(水で戻しておく)
- 小麦粉 …… 1カップ
- 牛乳 …… 1カップ
- 塩・コショウ …… 各少々
- 酒 …… 大さじ2
- 揚げ油 …… 適量

●作り方

- ① Bを混ぜ合わせAを加えて混ぜる。
 - ② 揚げ油を熱し、①を好みの大きさに揚げる。
- ※ 抹茶塩や大根おろしと天つゆで食してもおいしい。

新玉ねぎとアスパラガスのスープ

●材料(4人分)

- 新玉ねぎ …… 1個(くし型)
 グリーンアスパラガス …… 2本(斜め切り)
- A { ベーコン …… 2枚(1cmの角切り)
 オリーブオイル …… 小さじ2
 コンソメスープ …… 1と1/2カップ
- B { 塩・コショウ …… 各適量
 白ワイン …… 大さじ2
- C { 牛乳 …… 2と1/2カップ
 生クリーム …… 1/2カップ
 片栗粉 …… 小さじ2

●作り方

- 鍋にAを入れて炒め、玉ねぎを加えてさらに炒め、アスパラを入れる。
- ①を炒めながらBを加えてアスパラに火が通るまで煮る。
- ②によく混ぜ合わせたCを加え、混ぜながら沸騰直前に火を止める。



●材料(2人分)

- A { 白玉粉 …… 140g
 牛乳 …… 1/2カップ
 砂糖 …… 大さじ1/2
 プレーンヨーグルト …… 1/4カップ
- ピーナッツ …… 適量(粗く刻む)
- B { 抹茶 …… 小さじ1
 砂糖 …… 大さじ1
 牛乳 …… 1と1/2カップ
 片栗粉 …… 小さじ2

●作り方

- Aを混ぜ合わせて練り、適当な大きさに丸めて熱湯でゆで、冷水に取って水気をきっておく。
- Bを混ぜ合わせて火にかけ、とろみがついたら冷やす。
- ①を器に盛り、②を注いでピーナッツを振る。

白玉グリーンソース和え



パプリカサラダ

●材料(4人分)

- イエロー、オレンジ、レッドパプリカ …… 各1個
 モッツアレラチーズ …… 120g(拍子切り)
 セロリ …… 1本(斜め薄切り)
- A { 牛乳 …… 2カップ
 粉寒天 …… 2~3g
 塩・コショウ、チリペッパー …… 各少々
- B { 玉ねぎ(すりおろし) …… 大さじ1と1/2
 生姜汁 …… 小さじ2
 砂糖 …… 小さじ1
 酢 …… 大さじ1
- ルッコラ …… 適量
 ブラックペッパー、オリーブオイル …… 適量

●作り方

- パプリカは表面にサラダ油をぬり、オーブンで皮がはじけるまで焼いて皮をむく。
- ①を縦半分に切り、種を取り、乱切りにする。
- Aを鍋に入れ、弱火で2分ほど煮て、粗熱を取る。
- ③にBを加え、冷やして固まったら、くずしてドレッシングを作る。
- 器に②とセロリ、モッツアレラを盛り合わせ、ルッコラを飾りドレッシングを添え、粗挽きのブラックペッパーとオリーブオイルを振る。



レモンヨーグルトミルク&ドライブルー

●材料(2人分)

- 牛乳 …… 1カップ
 プレーンヨーグルト …… 1と1/2カップ
- A { レモン汁 …… 大さじ1
 砂糖 …… 小さじ2
- 飾り用レモン・ミントの葉 …… 適宜
 ドライブルー …… 適量

●作り方

Aの材料をすべて混ぜ合わせ、グラスに注いでレモンとミントを飾り、ドライブルーを添える。

ほっかいどう牛乳だより
vol.24



ほっかいどう牛乳だよりのバックナンバーは
ミルクランド北海道のホームページで
ご覧になれます。

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