牛乳のこと、酪農のこと。
あなたとしっかり話したい。

社団法人 中央酪農会議

牛乳のこと、酪農のこと、もっと知りたい。

萩尾みどり／女優。福岡県出九州市出身。千葉大学在学中の昭和 49年にTBS「わたしは汗」のヒロイン役でデビュー。その後NHK「おていちゃん」などテレビドラマ、「真田幸村の陰謀」などの映画で活躍。最近は講演やシンポジウムでも活動。

季節で脂肪分が変わっても牛乳のおいしさは変わらないのですね

萩尾／私は1年のうち少なくとも半分の期間は1日1リットルも飲むほどの牛乳好きなんです。宅配の牛乳をとっているんですが、それだけでは足りなくなってしまい、スーパーで買い足すこともあるくらい。

立松／僕も事あることに牛乳を飲んでいます。つい先日も客船でヴェトナムとタイまで行ったんですが、船の冷蔵庫にいいほど身近な存在で、学校給食にも必ず出るくらいですから、栄養的にも優れているし、健康によいということは誰もが知っていますがじゃあ、どんなところでどのように酪農が行われているのかと聞かれると、明確に答えられません。

吉田／酪農というと、北海道のような広大な牧場を思い浮かべる方も多いようですが、実際には山間地とその周辺部、いわゆる暑さには弱く、牛乳の需要がピークに達する夏場は乳の出が悪くなります。さらに乳脂肪分も減ってしまうため、生産者は成分を保持して基準をクリアするのに苦労しています。

萩尾／そうなんですか。でも消費者の側は、夏場は生乳の脂肪分が低下するという話をほとんど知りませんよね。牛乳の成分に基準があること自体、あまり浸透していないのではないでしょうか。

吉田／酪農家の側は、その基準を満たすため、海外から輸入した飼料をむざむざ使わざるを得ないという状況にあります。北海道のような涼しい土地で放牧を行い、良質な繊維の多い牧草を食べさせれば、自然のままでも基準を満たすことが可能ですが、関東など都市部周辺で、その土地に相応しい酪農をしようと思ってもかなり難しいでしょうね。都市部周辺では放牧型の酪農は壊滅してしまいました。

萩尾／そういった基準があるからこそ、消費者は牛乳を通じて一定の品質の牛乳を安心して飲めるという面はたしかにあるかもしれません。でも、自然に逆らうというのは、何か矛盾していますよね。乳脂肪分が落ちると味が変わるとか、栄養価が下がるということがあるんですか？

吉田／乳脂肪分が高いほうがおいしい牛乳だと思っている方もいかもしれませんが、牛乳に含まれる栄養素は豊富なので、脂肪分が減ったからといって、牛乳本来のおいしさが損なわれることはありません。

萩尾／今、有機栽培や自然食品が注目を集めていることを考えると、

牛だって生き物だから乳に含まれる脂肪分は季節によって変わるということを消費者もちゃんと理解すれば、乳脂肪分がわずかに少ないからといって敬遠したりはしないのではないでしょうか。

酪農家が手間暇かけて乳牛を育て、その乳を絞ってというシーンとはなかなか結びつきにくいですね。酪農の現場と消費者との架け橋がないというか……。

立松／たしかに、酪農というものが一般の消費者からは遠い存在になってしまっているような気がしますね。とくに子供たちは、まるで水道のように、蛇口を捻れば牛乳がジャーッと出てくると思っているかもしれない。

吉田／先日、学校給食で牛乳が残されるという話を聞きましたが、それは酪農家にとって非常に悲しいことなんです。一生懸命育てた牛の乳だから、粗末にせず大事に飲んでほしいと思うんです。それには一般の方たちに酪農への理解を深めてもらうことが大切だと思い、牧場を開放して乳牛と触れてもらったりという取り組みをしているところです。

立松／命と寄り添って働く酪農家の姿を見て、牛乳はこうやって作られるんだということを知れば、子供たちも含めて消費者の意識も変わるんじゃないでしょうか。今、乳牛の搾乳期間というのは何年くらいですか？

吉田／私のところでは5～7年ぐらいですが、平均的には4～6年くらいでしょうか。

立松／牛の寿命というのは10数年ですよね。最近、太く短く乳牛を酷使するのではなく、牛だって生命体なのだから生理に合わせて細く長く搾乳するという考え方も芽生えつつあるという話を聞きました。ただし、そのためには、特殊な濃厚飼料などを利用するのではなく、自然な飼料を与え、乳牛を健康体に保つことが必要だそうですね。

吉田／そういった試みもたしかにあります。ただ、その際ネックとなるのが、成分無調整牛乳は年間を通して乳脂肪分3.5%以上という基準なんです。乳牛のホルスタインはもともと寒い土地に適した品種なので、

立松和平／栃木県出身。早稲田大学政経学部卒業後、1978年より文筆活動に入る。代表作「遠雷」では野間文芸新人賞を受賞。最近は、ニュースステーション「立松和平こころと感動の旅」でのレポートをまとめるなどの活躍。

酪農家の喜びは健康に生きてゆく命と寄り添うことですよ

は、それぞれの、ボトルキープならぬ"バクキープ"の牛乳が入れてあって、それでも最後の頃は近寄りなくなって、取り合いになっていましたよ。

吉田／お二人にそう言っていただくと、酪農家としては嬉しい限りです。

萩尾／日本人にとって牛乳は、"国民的飲料"といっても出てくると思っているかもしれない。

吉田／先日、学校給食で牛乳が残されるという話を聞きましたが、それは酪農家にとって非常に悲しいことなんです。一生懸命育てた牛の乳だから、粗末にせず大事に飲んでほしいと思うんです。それには一般の方たちに酪農への理解を深めてもらうことが大切だと思い、牧場を開放して乳牛と触れてもらったりという取り組みをしているところです。

立松／命と寄り添って働く酪農家の姿を見て、牛乳はこうやって作られるんだということを知れば、子供たちも含めて消費者の意識も変わるんじゃないでしょうか。今、乳牛の搾乳期間というのは何年くらいですか？

吉田／私のところでは5～7年ぐらいですが、平均的には4～6年くらいでしょうか。

立松／牛の寿命というのは10数年ですよね。最近、太く短く乳牛を酷使するのではなく、牛だって生命体なのだから生理に合わせて細く長く搾乳するという考え方も芽生えつつあるという話を聞きました。ただし、そのためには、特殊な濃厚飼料などを利用するのではなく、自然な飼料を与え、乳牛を健康体に保つことが必要だそうですね。

吉田／そういった試みもたしかにあります。ただ、その際ネックとなるのが、成分無調整牛乳は年間を通して乳脂肪分が3.5%以上という基準なんです。乳牛のホルスタインはもともと寒い土地に適した品種なので、暑さには弱く、牛乳の需要がピークに達する夏場は乳の出が悪くなります。さらに乳脂肪分も減ってしまうため、生産者は成分を保持して基準をクリアするのに苦労しています。

萩尾／そうなんですか。でも消費者の側は、夏場は生乳の脂肪分が低下するという話をほとんど知りませんよね。牛乳の成分に基準があること自体、あまり浸透していないのではないでしょうか。

吉田／酪農家の側は、その基準を満たすため、海外から輸入した飼料をむざむざ使わざるを得ないという状況にあります。北海道のような涼しい土地で放牧を行い、良質な繊維の多い牧草を食べさせれば、自然のままでも基準を満たすことが可能ですが、関東など都市部周辺で、その土地に相応しい酪農をしようと思ってもかなり難しいでしょうね。都市部周辺では放牧型の酪農は壊滅してしまいました。

萩尾／そういった基準があるからこそ、消費者は牛乳を通じて一定の品質の牛乳を安心して飲めるという面はたしかにあるかもしれません。でも、自然に逆らうというのは、何か矛盾していますよね。乳脂肪分が落ちると味が変わるとか、栄養価が下がるということがあるんですか？

吉田／乳脂肪分が高いほうがおいしい牛乳だと思っている方もいかもしれませんが、牛乳に含まれる栄養素は豊富なので、脂肪分が減ったからといって、牛乳本来のおいしさが損なわれることはありません。

萩尾／今、有機栽培や自然食品が注目を集めていることを考えると、

牛だって生き物だから乳に含まれる脂肪分は季節によって変わるということを消費者もちゃんと理解すれば、乳脂肪分がわずかに少ないからといって敬遠したりはしないのではないでしょうか。

準を満たすことが可能ですが、関東など都市部周辺で、その土地に相応しい酪農をしようと思ってもかなり難しいでしょうね。都市部周辺では放牧型の酪農は壊滅してしまいました。

萩尾／そういった基準があるからこそ、消費者は牛乳を通じて一定の品質の牛乳を安心して飲めるという面はたしかにあるかもしれません。でも、自然に逆らうというのは、何か矛盾していますよね。乳脂肪分が落ちると味が変わるとか、栄養価が下がるということがあるんですか？

吉田／乳脂肪分が高いほうがおいしい牛乳だと思っている方もいかもしれませんが、牛乳に含まれる栄養素は豊富なので、脂肪分が減ったからといって、牛乳本来のおいしさが損なわれることはありません。

萩尾／今、有機栽培や自然食品が注目を集めていることを考えると、

牛だって生き物だから乳に含まれる脂肪分は季節によって変わるということを消費者もちゃんと理解すれば、乳脂肪分がわずかに少ないからといって敬遠したりはしないのではないでしょうか。

立松／僕には持論がありまして、地方の農村の中心には酪農家や畜産家がいるべきだと思うんですよ。今、農業は有機のほうに向かっていますから、それには良質な堆肥が絶対に必要でしょう。農村の中心に畜産家がいて、その周囲に稲作や畑作の農家があって、堆肥を稲ワラや野菜と物々交換する。そういう

地域に密着した自給自足的な酪農のあり方が考えられるのではないでしょうか。

あるいは都市近郊の酪農家なら、ビール粕や豆腐粕を飼料として有効利用する、リサイクルするという可能ですよね。食というのは健康を担うものだし、安全なものでなくてはいけないと思います。そのためにも乳牛の飼料は可能な限り自給してほしいですね。

吉田／僕もそれを目指してほしいですね。

立松／地域で、あるいは国全体で、日本の風土に合った自給する酪農、自然の循環と共存する酪農を目指すべきだと思いますね。

吉田修宣／吉田牧場を埼玉県小鹿野町で経営。高校時代を北海道で過ごし、酪農の基礎を学ぶ。青年時代にアメリカ西海岸でみ規模酪農を体験。「牧場のログハウスちぶお路」など観光を通し酪農と一般の消費者をつなぐ活動も展開する。

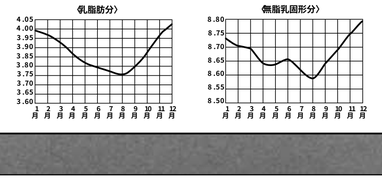
季節を感じ、大地とともにある酪農を目指したいですね

◎牛乳 乳飲料の種類◎

加工乳 ・白物乳飲料のなかで生乳を50%より多く使用した商品 乳脂肪分3.0%以上、無脂乳固形分8.0%以上）については、商品名に牛乳という文字を使用することが認められています。

- 牛乳
  - 生乳100% 乳脂肪分3.0%以上 無脂乳固形分8.0%以上
    - 成分無調整牛乳など
  - 部分脱脂肪乳 低脂乳
    - ローファットミルクなど
- 加工乳
  - 無脂乳固形分8.0%以上
    - 一般牛乳型加工乳 濃厚型加工乳 ローファット型加工乳など
- 乳飲料
  - 白物乳飲料 :カルシウム強化型乳飲料など 色物乳飲料 :コーヒー入り乳飲料など

ミルク博士の牛乳NEWS

◎季節による牛乳成分の変化◎

一般に夏を迎えると、乳牛のお乳はご覧の表のように無脂乳固形分や乳脂肪分が減ってゆきます。自然な環境において、子牛は寒い冬の方が脂肪分を多く必要とすることから、夏には牛の乳に含まれる乳脂肪が減るのは、当然な結果だと思われます。さらに乳牛は暑さにあまり強くありません。夏には、牛のお乳も少し控え目になるのが自然なのです。