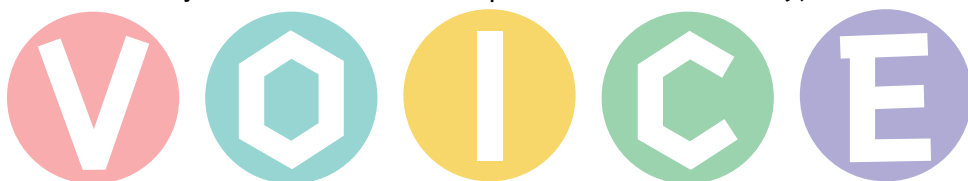


## 酪中



日本酪農の  
最前線的话题を  
ご紹介

## AYUMIさんプロフィール

1974年生まれ。ファッションモデル。元「non-no」専属モデル。現在はファッション誌「LEE」、主婦向け雑誌「ESSE」レギュラー。その他、雑誌「リンネル」「大人のおしゃれ手帖」「Saita」「GLOW」「ランドネ」「CHANTO」等で活躍中。

著書:「ローフード・発酵・雑穀でつくるAYUMIごはん」「さいしょは、フルーツ」(共に主婦と生活社)、他



今回「ALL JAPAN ナチュラルチーズコンテスト」の審査員を務めるAYUMIさん。モデルとして活躍しながら、料理に関する本も多く出版するなど、食に深い関心をもつAYUMIさんに、コンテストを前にお話を伺いました。

# 今秋開催！ 第12回「ALL JAPAN ナチュラルチーズコンテスト」

1997年度から隔年で開催され、今年2019年で12回目を迎える「ALL JAPAN ナチュラルチーズコンテスト」。日本のチーズ生産者が大きな目標とするこのコンテストが今年10月に開催されます。開催を前に、今回から新たに審査員に加わるモデルのAYUMIさんのインタビューと、最近の国産ナチュラルチーズの状況をお知らせします。

## できるだけ自然な、シンプルなものを

食に関して特にストイックということはないのですが、できるだけ自然のもの、加工され過ぎていないものを摂るように心がけています。調理をシンプルにするほど素材そのものを味わえるし、体にもいいと思うからです。もつと学び、伝えたいと考えて「ローフード※1マイスター」と「スーパーフード※2マイスター」などの資格も取りました。

牛乳や乳製品も、質の良いものを摂って育ててきたんだと、大人になって実感するようになりました。

発酵食品が好きで、手作りも好きなので、味噌、醤油、こうじなどは自分で作っています。チーズも発酵食品ですよ。チーズを手作りというわけにはいきませんが、プロが作ったおいしいものを購入してよく食べています。お料理にコクやうまみを出

したいときに少し足りたりもするんですよ。

※1:ローフード

Raw(生の)Food(食べ物)のこと。生で食べるにより、植物の酵素や栄養を効果的に摂れるとされる。

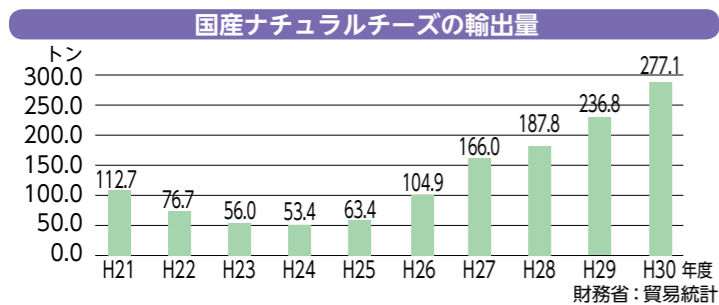
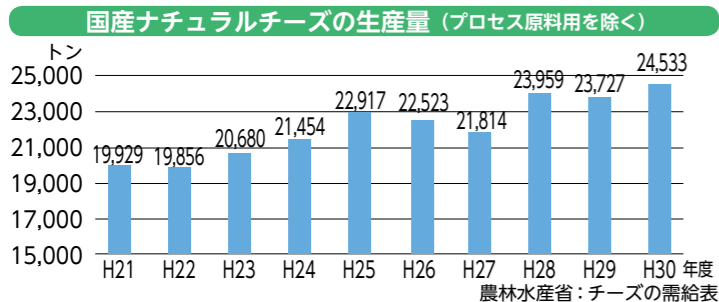
※2:スーパーフード

栄養バランスに優れ、一般的な食品より栄養価が高い食品。あるいは、一部の栄養・健康成分が突出して多く含まれる食品。

## 十勝の良質な牛乳や乳製品で育つ

わたしは、北海道の十勝地方で育ちました。親戚が地元の乳業メーカーに勤めていたので、よくヨーグルトをいただきました。それが本当においしくて！いつも楽しみにしていたのを覚えています。子どもの頃から質の良い牛乳や乳製品を摂って育ててきたんだと、大人になって実感しています。

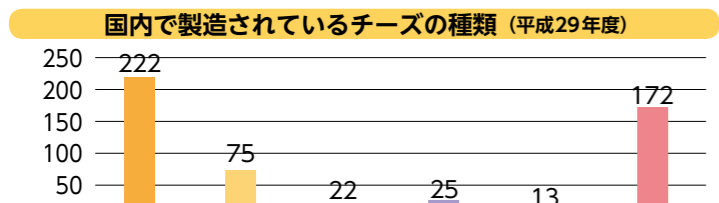
娘と息子は乳製品が好きなので、牛乳やチーズ、ヨーグルトなど、何か



**チーズ工房等の数（大手乳業者を除く）**

年度	数
平成18年	106カ所
平成22年	約150カ所
平成23年	177カ所
平成24年	186カ所
平成25年	234カ所
平成26年	240カ所
平成27年	259カ所
平成28年	284カ所
平成29年	306カ所

平成24年以前：中央酪農会議調べ。平成25年以降：農林水産省牛乳乳製品課調べ。



農林水産省牛乳乳製品課調べ。

- フレッシュタイプ** (モッツァレラ、クリームチーズ等) (カマンベール等)  
熟成過程を経ずに製造されるため、味はミルクの風味そのままに乳酸発酵でつくられる酸味加わり、クセがないのが特徴。
- 白カビタイプ** (カマンベール等)  
内部に発生させた青カビの風味と強めの塩分が特徴。
- 青カビタイプ** (カマンベール等)  
山羊の乳で作られたチーズで、なめらかな食感と山羊特有の個性のある風味が特徴。
- ウォッシュタイプ** (カマンベール等)  
水分含量が低く、保存性に優れる。熟成期間はセミハードで半年程度、ハードで1年程度。熟成期間が長いほど濃厚な旨味。
- シェーパードタイプ** (チェダー、ゴーダ等)  
表面の白カビにより外側から熟成。クリーミーでコクのある味わい。
- ハード・セミハードタイプ** (チェダー、ゴーダ等)  
塩水・酒等で表面を手入れしながら熟成。強い粘性とまろやかさが特徴。

このように国産ナチュラルチーズの生産が増え、質が向上するなか、日EU・EPAの発効により、一部ナチュラルチーズの関税撤廃、関税削減に伴い、EU産チーズの輸入量が増加することが予想されます。

そのため、国においては、国産ナチュラルチーズの競争力強化を図るため、平成29年度補正予算で、国産チーズの競争力強化対策予算を措置。チーズ工房等による生産性向上（施設整備）と技術研修、国際コンテストへの参加等の品質向上・ブランド化に向けた取り組み、国産ナチュラルチーズの需要拡大に向けた取り組みの支援等が行われています。

国際競争力があり、かつ国内需要にも応える国産ナチュラルチーズの生産を支援することで、将来にわたる国産ナチュラルチーズの安定的な生産の確保を図っています。

**国産ナチュラルチーズの支援策**

そして、国産ナチュラルチーズの品質や評価も、着実に向上しています。

平成29年6月にフランス・トゥールで開催された「モンディアアル・デュ・フロマージュ」というチーズ国際コンクールに、日本から36アイテムが出品され、そのうち優れたチーズに贈られる「ゴールド」には3つのチーズが入賞。また、「シルバー」にも3つが入賞しました。

**国際コンクールで日本のチーズが上位入賞**

現在では、生産されるナチュラルチーズの種類も多岐にわたるようになり、多くの生産者によってさまざまな種類のナチュラルチーズが製造されています。わが国では、口当たりが良く生乳の風味が楽しめるチーズや比較的クセのないチーズが好まれる傾向にあり、それに応える形で、フレッシュタイプやハードタイプ、白カビタイプが中心となっています。

**品質・生産量ともパワーアップ中！**

最近の国産ナチュラルチーズの状況

生産量は過去最高、  
チーズ工房数も7年で倍増

国産ナチュラルチーズの生産量は、平成30年度に過去最高を記録しました。また、国内のチーズ工房等の数は、約106カ所（平成18年）から約306カ所（平成29年）と着実に増加しています。

酪農家が牧場に併設するチーズ工房や独立したチーズ工房におい

て、地域と連携しながら特色ある商品の製造販売を行うなど、創意工夫あふれる取り組みが、各地で展開されています。

また、平成26年10月には、国産ナチュラルチーズの製造・衛生技術の向上等を目的として、各地域の代表的なチーズ生産者が集まり、「日本チーズ生産者の会」が発足されました。今秋には、チーズ生産者の中

良質な国産の生乳だからこそ、  
良質な国産チーズができる

牛乳は国産100%なのですね！初めて知りました。やはり鮮度が大切なですね。

チーズについて、以前は、海外産はお洒落で、日本のチーズは良い意味で素朴というイメージを持っていましたが、最近は「こんなチーズも日本で作れるの!？」と、品質の良さや種類の豊富さに驚くほどです。実家のある十勝のスーパーマーケットに



子どもの頃から、酪農は身近な存在

十勝は酪農が盛んな土地で、子どもの頃から学校の同級生に酪農家の両親がいます。酪農が盛んな土地で、子どもの頃から学校の同級生に酪農家の両親がいます。酪農が盛んな土地で、子どもの頃から学校の同級生に酪農家の両親がいます。

牛を近くで見て育ったので、それが当たり前過ぎて特に意識してきませんでした。兄嫁の実家も酪農家なんです。わたし自身も、何度か乳搾りを体験したことがあります。

牛を近くで見て育ったので、それが当たり前過ぎて特に意識してきませんでした。兄嫁の実家も酪農家なんです。わたし自身も、何度か乳搾りを体験したことがあります。

も、最近はいろいろな国産ナチュラルチーズが置かれるようになりました。帰省のたびに、あれこれ買うのを楽しみにしています。日本の酪農家が搾ったお乳を原料としていて、その品質の良さが、ナチュラルのおいしさにつながっているのかなと思います。

いま、ナチュラルチーズを生産する工房が増えていく一方で、農協や直売所などではいろいろな種類を買うことができます。でも、東京に住むわたしなどは、いつでもどこでも入手できるというわけではありませんが、生産量が多くないので難しいかもしれません。大都市のスーパーマーケットなどでも、さまざまな地域の国産ナチュラルチーズを取り揃えて扱っていただければいいなと思います。

国産ナチュラルチーズの素晴らしさを  
広める手伝いができれば

今回、ALL JAPAN ナチュラルチーズコンテストの審査員に選んでいただき、大変光栄です。審査を経て選抜されたトップレベルのチーズを何種類も味わえるなんて、なかなかない機会です。北海道産のナチュラルチーズはよく食べていますが、ほかの地域のものはあまり食べたことがありません。全国各地のチーズを味わうのがとても楽しみです。わたしはナチュラルチーズの専門家ではありませんが、これまで培った食に関する知識を生かして出品されたナチュラルチーズの素晴らしさを広めるお手伝いができたらいいなと思います。



※ ALL JAPAN ナチュラルチーズコンテストの概要と「一般公開」の参加者募集については裏表紙をご覧ください。