

乳の学術連合の窓

特集1 「乳和食」ではじめる、おいしい減塩

「牛乳の日」記念学術フォーラム

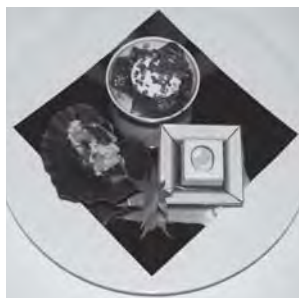
特集2 子どもたちの体と心に、牛乳の子カヲを

熱中症対策に有効なインターバル速歩と牛乳

「運動+牛乳」で暑さに強い体づくり



2013.SUMMER



- 3... **【特集1】「乳和食」ではじめる、おいしい減塩～対談:乳の食文化を食卓と社会へ～**
小山浩子氏 & 高見裕博氏
- 5... **高血圧の管理や循環器病の予防にうれしい減塩食「乳和食」を推奨**
河野雄平氏 (国立循環器病研究センター生活習慣病部門長/高血圧・腎臓科部長)
- 6... **【特集2】子どもたちの体と心に、牛乳のチカラを**
「牛乳の日」記念学術フォーラム開催
- 9... **定時総会及び理事会を開催**
開催日:平成25年6月18日 開催場所:KKRホテル東京
- 10... **各地域で牛乳の日・牛乳月間のイベントを開催**
平成25年度「牛乳の日・牛乳月間」全国の活動イベントから
- 12... **「運動+牛乳」で暑さに強い体づくり**
～熱中症対策に有効なインターバル速歩と牛乳～
- 14... **ワールド・デイリー・サミット 2013**
10月28～29日 パシフィコ横浜、10月30日～11月1日 横浜ベイホテル東急で開催
- 16... **Jミルクの活動:3～5月の主な活動報告**
- 18... **お役立ち情報をタイムリーに発信**
Jミルク公式Facebookに注目
- 19... **今後のスケジュール・編集後記**

Contents



乳の学術連合の会員の先生方に、ご登場いただくコーナーです。

「乳和食」ではじめる、おいしい減塩

～対談：乳の食文化を食卓と社会へ～

小山浩子氏 & 高見裕博氏

[特集1]



小山 浩子氏

料理家・管理栄養士

和食に乳を取り入れることで、よりおいしく、大幅な減塩を実現する。身近な和食と牛乳の新たな可能性を提案する料理本『目からウロコのおいしい減塩 乳和食』が話題を呼んでいます。

今回の「乳の学術連合の窓」では、著者の小山浩子氏(料理家・管理栄養士)と高見裕博氏(Jミルク特別参与)の対談をお届けします。乳和食が誕生した経緯やレシピ開発の苦労、乳と和食の出会いが私たちの食卓や健康に与えるメリットまで、じっくり話し合っていました。

牛乳+和食という新たな食文化へ

高見：『目からウロコのおいしい減塩 乳和食』が6月12日に発売され、大変好評です。乳で料理がおいしくなって、減塩になる上に栄養バランスも良くなるという興味深い提案です。そもそも「乳和食」というコンセプトはどういった経緯で発想されたのですか。

小山：牛乳は栄養バランスが良く、生活習慣病予防などのさまざまな機能があり、リーズナブルで手に入りやすい食材です。20年以上にわたってミルク料理の研究をする過程で、この乳を使った食文化を日本の食卓に根づかせたいと考えるようになりました。

そのためには、日常の料理つまり和食に取り入れること

が大切だと考え、乳和食というコンセプトを思いついたのです。「乳和食」という言葉には、牛乳の“乳”と、英語の“NEW”という2つの意味を込めています。乳を使った新しい和食を発信したいという思いがありますね。

高見：乳と和食は合うのだろうかという先入観を持たれる方もいると思うのですが。

小山：確かに、乳はだしと違って存在感が強いので、人によっては「乳臭い」と感じることもあります。私が主宰している料理教室でさまざまな乳和食を提案する中で、一般の生活者が求めているのは、「牛乳が入っているけど、それを感じない料理」ということに気付いたんです。そこから、私のミルク料理の研究スタイルが変わっていきました。

新しい手法で大幅な減塩を実現

高見：私も料理本で紹介されている乳和食を試食させてもらいましたが、乳臭さが全くなく、それでいて乳の旨みやコクはきちんと入っていることに驚きました。こうした料理はどのようにして開発されたのですか。

小山：どのレシピも、試作を繰り返し、手探りで発見したものです。例えばあるとき、かぼちゃを牛乳で煮ると途中で化学変化を起こして、“乳が消える”ことを発見しました。牛乳の白さがなくなって透明になり、乳の成分は鶏肉に染み込んでおいしくなるんです。

乳臭さを消しつつ乳の旨みは生かし、しかも調味料が従来の半分くらいに減らせる。この“かぼちゃのミルクそぼろ煮”を発見したとき、乳和食の可能性を確信しましたね。



高見：おいしいだけでなく、減塩にもなることが乳和食の魅力です。それも大幅な減塩が可能という点に、多くの関係者が注目しています。高血圧が国民病と呼ばれるようになって以降、日本では官民一体での減塩運動が行われてきましたが、だしに含まれる塩分を減らすという従来の手法は限界に近づいています。乳和食では、だしや調味料の使用量そのものを減らすことができるわけです。

小山：そうですね。乳和食の場合、調味料はおおむね従来の半分くらいで済むと考えていただいてもいいです。例えばさばの味噌煮は、水の代わりに牛乳を使うことで、従来の半分の大さじ2分の1の味噌で十分おいしくなります。この本でも紹介している“ミルクつけつゆそうめん”という料理も同様です。コンビニなどで売っているそうめんは、つゆに含まれる塩分が多く、一食で3グラム程度も摂ってしまいます。めんつゆの量を半分に減らし、残りを牛乳に代えてミルクつけつゆにすると、減塩しながらおいしく食べられます。

牛乳を料理に生かす5つのマジック

高見：水分やだしをミルクに代えるだけですから、誰でも簡単につくれますね。

小山：私はこの20年で、のべ5万人くらいの方々に料理を教えてきました。子どもからお年寄りまで幅広い世代と接し、現場の声を聞いてきた経験が、乳和食のレシピ開発を含めた私の料理表現に生かされています。例えば最近では、調理道具を一式揃えているご家庭が減っていますし、若い世代は家庭で料理をしなくなっていると感じます。そうした背景も踏まえて、この本では、皆さんにストレスなく毎日つくっていただける料理を提案したいと考えました。材料はシンプルで、計量する調味料は少なく、フライパンひとつでもつくれる手軽なレシピもたくさん紹介しています。

高見：水分やだしの代わりだけでなく、牛乳の他の利用法も5つの「ミルクマジック」として提案されています。

小山：乳の食文化を根づかせるという点では、ご自分の料理に牛乳を取り入れてもらうことが大切ですから、この本ではレシピだけでなく食材としての使い方も提案したかった。それが「ミルクマジック」です。

具体的には、①ダシにする、②わる・のぼす、③ゆでる・

ゆで戻す（乾物などのゆで戻しを牛乳で）、④溶く（天ぷら粉を牛乳で溶くなど）、⑤酢を加える（カッテージチーズと乳清に分離させて利用する）の5つです。

個人的に一番気に入っているのは⑤ですね。特にお試しください。いただきたいのが、分離させた乳清でご飯を炊く“乳清ごはん”。味は良くなるし、ツヤも出て、普段食べているお米とは思えないほどおいしくなります。

乳和食を気軽に味わえる場を

高見：マジック⑤は、カゼインとホエーを分けるという手法で、実際にチーズの生産に利用されています。しかしそこで出るホエーは、一部の家畜飼料以外にはほとんど使われていません。

今回、先生は画期的なホエーの使い方を発見されたわけですから、ご飯がおいしくなるのは、ホエーが米粒の周りに膜をつくるからかもしれません。だからツヤも出るし、旨みが閉じ込められてふっくらして、いわゆるお米が立った状態になる。

小山：はい。甘味も増して、お米の等級がいくつも上がったように感じられるんです。

高見：ホエーに関しては、ポン酢を加えてタレをつくるといった利用法も提案されていますね。家庭でカッテージチーズとホエーに分ける手間はあるけれども、それ以上に得るものが大きい。こうした使い方が皆さんの生活に根づいてくれたら、新しい食生活が実現するのではないかと思います。このほど出版された料理本は、先生のミルク料理研究の一つの集大成という印象ですが、乳和食の今後の展開についてはどんな構想をお持ちですか。

小山：まずはこの本を参考に、ご家庭でもぜひ乳和食を実践していただきたいですね。加えて、一般の方が乳和食を気軽に食べられる場所が増えてほしいと思っています。例えば社員食堂などが一つの可能性として考えられます。

高見：乳和食が実現する全く新しいアプローチでの減塩には、日本栄養士会や高血圧の研究団体もすでに賛意を示しています。生活に潤いを与えるだけでなく、健康面への貢献も期待できる新たな食文化として、私たちJミルクとしても広く社会に普及させていきたいと考えています。小山先生には今後も、啓発活動の frontline に立ってのご指導をいただきたいと思っています。本日はどうもありがとうございました。

対談者プロフィール



小山浩子氏
（料理家・管理栄養士）
大手食品メーカー勤務を経て、2003年フリーに。出張スタイルの料理教室を立ち上げ、コーディネート兼講師として活躍。現在は年間100会場以上の講演と出張料理教室をこなしながら企業のメニュー開発や雑誌へのレシピ、栄養コラム執筆、テレビ出演等幅広く活動。食の自立の支援を目的にした食育教室も小学校等で実施。最近では、節電、メタバ、アンチエイジング等時代を先取りしたイベントも全国各地で開催。著書に「頭のいい子に育つ育脳レシピ」、「目からうつるおいしい減塩乳和食」など。



高見裕博氏
（Jミルク特別参与）

高血圧の管理や循環器病の予防に おいしい減塩食「乳和食」を推奨



河野雄平氏（国立循環器病研究センター 生活習慣病部門長／高血圧・腎臓科部長）

「食塩と高血圧、循環器病：減塩の重要性とミルクの効用」と題したメディア向けセミナーが、6月26日に都内で開かれた。世界的に見ても日本人の食塩摂取量は多く、成人の3人に1人、高齢者の3人に2人は高血圧と診断されている。高血圧は、様々な疾患につながりやすく、予防と治療は国民的課題となっているが、今まで通りの食塩制限は、実行と継続が難しいと言われている。このような中、提案された美味しい減塩食「乳和食」。減塩の重要性とミルクの効用という観点から河野雄平氏にご講演いただいた。

食塩摂取量と血圧は密接な関係がある。食塩の摂りすぎは、血圧をあげて循環器疾患のリスクを高めるほか、血圧への影響を除外しても心臓や血管に悪影響を及ぼす。

日本人の食塩摂取量は減少傾向にあるが、最近の調査でも平均10g/日以上あり、北東部が南西部より多い。また、高血圧患者の多くも、ガイドラインで推奨される6g/日未満を遵守できていない。食塩の必要最小量は1g/日程度で、1日3gも摂れば十分であろうと考えられる。食塩制限により血圧が下がることも明らかである。この効果は個人差があるが、食塩制限1g/日あたり高血圧者の収縮期血圧は1mmHg程度低下する。また、食塩は他の血圧調節系や生活習慣と血圧との関係にも関与している。例えば、ストレスや肥満による血圧上昇には、腎臓でのナトリウム貯留が関係する。

減塩によって得られる2-3mmHgの血圧低下は、多数の心血管疾患を防ぎ、医療費の莫大な削減をもたらすと試算されている。

高血圧の予防や治療のための食塩制限を啓発、推進するため、日本高血圧学会は減塩委員会を組織し、幅広い活動を展開している。2012年には減塩委員会報告を発行した。「塩を減らそうプロジェクト」も活動している。しかし、食塩制限は実行と継続が難しく、減塩食は味気なくまずいということが、その理由の1つであろう。国立循環器病研究セ

ンターは美味しい減塩食の開発と普及に取り組んでおり、「国循の美味しい！かるしおレシピ」を発行した。

高血圧に関係する生活習慣は、食塩のほか、過食や肥満、運動不足、カリウムやカルシウム、マグネシウムといったミネラルの不足、飲酒、などが知られている。日本高血圧学会による「高血圧治療ガイドライン2009」は、食塩制限の他、野菜や果物と魚の積極的摂取、コレステロールと飽和脂肪の摂取制限、減量、運動、アルコール制限、禁煙を推奨している。

また減塩と一緒に取り組みたい食事療法の一つがアメリカで成果を上げている高血圧の人向けのDASH食（ダッシュ食*）。これはカリウム、カルシウム、マグネシウム、食物繊維、たんぱく質の摂取を増やし、逆に脂肪、コレステロール、飽和脂肪酸を減らす食事法である。

カルシウムの摂取により血圧が低下するが、その機序として腎臓からのナトリウム利尿があげられる。また、ミルクや乳製品による降圧には、カルシウムに加えて、蛋白質やペプチドの関与も考えられる。ミルクや乳製品の摂取は、循環器病の予防にはたらくことも示されている。最近、ミルクを用いた「乳和食」が開発されたが、美味しい減塩食で、不足しがちなカルシウムも補給できることから、高血圧の管理や循環器病の予防のためにお勧めできる。

※DASH食とは

DASH食はDietary Approaches to Stop Hypertension（高血圧を防ぐ食事方法）の略語で、アメリカで調査・研究され、高血圧の改善に高い効果があると認められている。



河野 雄平氏（かわの ゆうへい）
国立循環器病研究センター
生活習慣病部門長／高血圧・腎臓科部長

子どもたちの体と心に、牛乳のチカラを

「牛乳の日」記念学術フォーラム開催

[特集2]



開催日：平成25年6月1日 開催場所：時事通信ホール 参加人数：250名

乳の学術連合が主催する「牛乳の日」記念学術フォーラムが、6月1日に都内で開かれた。「牛乳は子ども達を救えるか！～子ども達の成長・食生活に向き合う～」と題した今回のフォーラムでは、医学・栄養学・教育学の専門家が登壇し、子ども達の食生活や健康面の課題を議論。学校給食を通じて子どもの成長を支える牛乳の役割を再確認すると共に、健康・栄養、社会・文化、教育といった観点から、牛乳が持つ新たな価値を提言した。3つの講演とパネルディスカッションの様態をレポートする。

講演1

子ども達の栄養健康の現状と課題

～乳の役割と可能性～

現代の子ども達に多い健康上の課題としては、幼児期からの偏食の増加、肥満や痩せの増加、朝食欠食率の高さなどがある。

文科省の全国学力・学習状況調査によると、規則正しく生活し、朝食を毎日食べている子どもほど、学力や体力が高い傾向が見られる。健全な食生活を身に付けることは、子どもの心身の発達を支える重要な要素と言える。

1970年代に比べると骨折する子どもの割合が約2倍に増えている点も気になる。骨密度（骨塩量）の低下が要因と考えられる。

骨密度は、身長が急激に伸びる思春期に増強され、20歳以降は徐々に低下する。高齢期になると大きく低下し、骨折の要因になる。小児の骨折予防だけでなく、高齢期の骨粗鬆症や骨折を防ぐためにも、若い時期の最大骨密度をできるだけ高めておくことが重要だ。

骨密度を高めるためには、カルシウム、ビタミンD、良質なたんぱく質の十分な摂取と、適度な日光浴と運

動が大切。このうち日本人に最も不足しているのはカルシウムで、12歳以上では8割の人が1日の摂取推奨量を満たしていない。一方、6～11歳の男子は、学校給食の牛乳を残さず飲む割合が高いこともあり、推奨量以上のカルシウムを摂ることができている。

牛乳はカルシウムの含有量が多い上に吸収率も高く、慢性的なカルシウム不足が指摘される日本人にとって有益な食品。身長が伸び、骨密度が増強される思春期には、学校給食と家庭で1日2本は飲むことを勧めたい。

女性は高齢期に骨粗鬆症になりやすいため、若い時期から十分なカルシウム摂取を心がけておく必要がある。女子の場合、中学生以降になると給食の牛乳の飲み残しが増え、カルシウム不足が顕著になってくる。栄養や食品機能の知識のある生徒ほど飲み残しの割合が低いことがわかっており、学校や家庭での継続的な食育が求められる。

牛乳は子ども達を救えるか！～子ども達の成長・食生活に向き合う～

開催：平成25年6月1日

会場：時事通信ホール

参加人数：250名

主催：乳の学術連合

協賛：日本乳業協会

後援：厚生労働省

東京都教育委員会

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

東京都健康・少児保健推進機構

児玉浩子氏
帝京平成大学健康メデイカル学部
健康栄養学科長教授



学校教育における食の位置づけと課題

～学校給食に果たす牛乳の役割～

国の第2次食育推進基本計画では、朝食や夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数増加、朝食欠食割合の減少、学校給食における地場産物の使用割合の増加などを目標として掲げている。

学校給食はこれまでも、子どもの発達を支えると共に、食に関する知識や判断力の養成、地域文化の理解促進など多様な役割を担ってきた。近年は、学習指導要領の改訂や学校教育法の改正による栄養教諭制度の創設、学校給食法の改正といった環境整備が行われ、その役割はますます重要になっている。

食に関する指導の面では、給食は身近で具体的な「生きた教材」として、大きな教育的意義と使命を担っている。教科の学習内容と連動した献立を提供することで、教科で学んだことを給食で確かめ、家庭で実践・定着する食育が学校現場で広がっている。

栄養面への貢献も大きい。とりわけカルシウム摂取については、給食が重要な役割を果たしている。その給食のカルシウムとビタミンB2の約50%を担うのが牛乳で、まさに給食の柱と言える。

それでも、給食のある日は34%、ない日は70%の子どもが、カルシウムの摂取推奨量を満たしていないのが現状だ。カルシウム摂取に配慮した給食献立の開発と同時に、家庭への啓発も不可欠。骨密度が最も高くなる15～17歳の時期には学校給食がないことから、家庭での牛乳飲用の定着が求められる。

現在、学校での完全給食の実施率は、小学校が98.1%、中学校が76.9%（平成22年、文科省調べ）。食育の中核を担う栄養教諭の配置数は全国で約4600人となっている。中学校の完全給食の実施拡大と、栄養教諭の増員が今後の課題だ。

現在の子どもへの食育は、次世代の親教育にもつながる。栄養教諭を中心とする推進体制の確立と、さらなる指導の充実を期待したい。



長島美保子氏
公益社団法人全国学校栄養士協議会 会長

牧場の持つ教育的可能性を考える

～酪農教育ファームにみる乳の教育機能の現状と課題～

酪農の教育的機能に着目し、牧場を訪れる子どもや家族連れにさまざまな体験サービスを提供するのが「酪農教育ファーム」だ。その認証制度は2000年にスタートし、現在は全国309か所が教育ファームとして活動している。



大江靖雄氏
千葉大学大学院園芸学研究科 教授

牧場への訪問者数は2009年に90万人近くに達した後、口蹄疫や震災の影響で落ち込んだが、昨年、今年と回復傾向が見られる。教育ファームに対する社会的なニーズの高さが伺える。

全国の酪農教育ファームへのアンケート調査の結果から、教育的な可能性と今後の課題を考えてみたい。

教育ファームの開始理由は、仕事のPRが43%、地域貢献が23%となっている。教育ファーム活動を新たなビジネスとして捉えている酪農家はそれほど多くはなく、体験サービスに料金を設定している牧場は全体の3割程度にとどまる。

教育ファーム活動は、子どもたちへの教育効果だけでなく、酪農家自身にもメリットをもたらしている。調査では、酪農家同士の交流、酪農の新しい役割への自覚の他、仕事への自信や誇り、教えることへの満足感など、心理的なメリットをあげる酪農家が多かった。子ども達が牧場での体験を楽しみ、感動する姿を見て、酪農家自身も感動する。子どもへの教育効果と酪農家への効果が相互に作用することで、教育効果が高まっている様子がわかる。

消費者教育だけでなく、酪農の新たな社会的役割を自覚した生産者によるネットワークの形成は、酪農のイノベーションの母体となる可能性もある。農業の教育機能を組織化・具体化する取り組みは世界的にも珍しく、日本発の新しい酪農文化として世界に発信できる価値がある。

今後の課題としては、訪問者の受け入れと防疫体制の両立、体験サービスの経済的な自立、より効果的な体験サービスの提供などがある。酪農家自身の取り組みに加え、外部の支援体制の充実も求められる。

テーマ「牛乳は子ども達を救えるか」

～子ども達の食の課題と牛乳の価値～

「食べ物=命」を実感させる教育が必要

中村：WHOの分析によると、現代人の栄養上の問題は、過剰栄養と低栄養が同じ個人において共存することだ。特定の栄養素は十分に摂取している一方で、別の栄養素は極端に不足するといった状態が、日本の子ども達にも広がりつつある。このディスカッションでは、こうした現状も踏まえつつ、牛乳の価値をどう捉え直し、家庭や社会に伝えていくべきかを考えてみたい。

まず、現代の子ども達の食生活の課題については。

児玉：日常的な食習慣という点では、家庭で料理をする機会が少なくなっていることが大きな課題だと思う。食べ物は命であることを理解させる教育が、子どもにも親にも必要になっている。

長島：食べ物が命であることを実感できないのは、食べ物のルーツを知らないからではないか。自分たちが口に入っている食べ物と、生産現場が結びついていない。

大江：調理された食べ物を食べるだけでは、ルーツまで思いが至らない。今の子ども達の生活スタイルを見ていると、バーチャルな世界が主体になり、直接体験の機会が減っている。食生活においてもバーチャル化が進んでいるように思う。

中村：そうした課題を解決する手立てとして、先ほどの講演では学校給食における牛乳の役割や、酪農が持つ教育的な可能性について提言があった。

大江：牛とふれあい、生命を実感できる酪農は、他の農業と比較しても高い教育機能がある。五感を使った直接体験の価値に加えて、人間のために働く牛の姿を見ることは、今の子ども達に足りないと言われる自己肯定感の育成にもつながる。

質の高い体験サービスを維持・継続するためには、適正な料金体系の導入も必要になる。牧場での体験活動を、酪農家が提供する新しいビジネスとして育てるといった視点が求められると思う。

牛乳の価値を捉え直し、飲用習慣の定着へ

児玉：栄養面では、子どものカルシウム摂取における学校給食と牛乳の役割は極めて大きい。学校給食のない高校生



進行：中村丁次氏
神奈川県立保健福祉大学学長
日本栄養士会名誉会長



進行：中村丁次氏（神奈川県立保健福祉大学学長、日本栄養士会名誉会長）
パネリスト：児玉浩子氏、長島美保子氏、大江靖雄氏

以上の年代では、特に女子のカルシウム不足が顕著になる。この時期までに、家庭でも牛乳を飲む習慣を身に付けることが大切だ。

長島：講演でも指摘したように、中学校での完全給食の実施率は約77%にとどまる。給食未実施の地域については、せめて牛乳給食だけでも実施できないかと提言している。給食を通じて牛乳の価値を理解し、子どもと家庭の意識を高め、飲用習慣の定着につなげる指導が求められる。

中村：給食にも関係する課題として、食物アレルギーを持つ子どもの増加がある。学校や家庭ではどのように対応すべきか。

児玉：統計的に見ると5～10%の乳児が、乳や卵のアレルギーを持っている。ただ、こうした子どもでも成長するにつれて耐性を獲得し、3歳時点では約半数が一定量なら問題なく食べられるようになる。専門医の診断を定期的に受け、その時々の子どもの体質を正確に把握することを心がけてほしい。

長島：学校給食の現場でも、各自の体質に合わせた個別対応が求められるようになっている。アレルギーの要因となる食品を単に除去すればよいのではなく、除去によって不足する栄養素を補う手立てもセットにして考える必要がある。給食だけでなく家庭でもこうした対応が求められる。

中村：まとめとして、牛乳の価値の再認識につながる視点を整理したい。一つは、現代の日本でも栄養欠乏は存在するということ。牛乳は栄養面に優れるだけでなく、生活習慣病の予防にも効果があることがわかっている。栄養補給と機能を併せ持つ食品であることを理解することが大切だ。

もう一つは、栄養学的世界的な潮流との関連。近年は、個々の栄養素ではなく食事の質をどう評価するかが栄養学上の議論になっている。食事の質、つまり複合成分の数値化に関する研究を、日本でも推進していく必要がある。

こうした新たな視点から牛乳の栄養や機能を捉え、エビデンスに基づく正しい情報を社会に普及させていくこと。それが、体と心の成長にさまざまな課題を抱える子ども達を救うことにつながるのではないだろうか。

定時総会及び理事会を開催

開催日：平成25年6月18日 開催場所：KKRホテル東京



冒頭、浅野会長が挨拶(下記参照)し、「我が国酪農乳業の産業基盤を安定させるためにも、生産コストに見合った適正な価格について小売流通業や消費者に十分に理解していただくことが必要」との認識を示した。

また来賓として、農林水産省の原田畜産部長、農畜産業振興機構の森元理事が出席。代表して原田畜産部長が挨拶し、最近の情勢から配合飼料対策という課題について「配合飼料メーカーが7~9月期価格を公表すると聞いているが、国としてどんなことができるか、検討を進めている」と述べた。

その後、議案について、前田専務理事より説明し、原案どおり承認された。



原田 畜産部長
(農林水産省生産局)

総会による役員選任の後、理事会において役付理事の選定が行われ、浅野茂太郎会長、砂金甚太郎副会長、前田浩史専務を再任、常務に丸山章事務局長を新任した。丸山常務は事務局長を兼務する。



臨時総会における承認議案

第1号議案：

平成24年度事業報告・決算書について

・事業報告〔報告事項〕

・貸借対照表、正味財産増減計算書〔承認事項〕

第2号議案：

「平成25年度収支予算の補正について」

第3号議案：

「役員の選任について」

会長挨拶要旨

6月の牛乳月間ですが、皆様方のアイデアを凝らした意欲的な取り組みにより、例年になく盛り上がり、本当にありがたく思っております。

さて最近の酪農を取り巻く情勢ですが、とうもろこし、大豆などの飼料穀物並びに、粗飼料の価格が円安の進行などにより、引き続き上昇傾向にあります。これが我が国の酪農にとって大きなコストアップの要因になっています。最近では都府県のみならず、北海道においても、生乳生産が停滞傾向にあり、酪農生産基盤の弱体化が顕在化しています。

一方で乳製品の国際的な需給はアジアを中心とした需要増加と、世界的な生乳生産の低迷によって、国際相場が高騰しています。我が国の酪農乳業の長期的な発展にとって重要なことは、国内のマーケットに牛乳乳製品を安定して供給し続けることです。こうした観点からも、生乳販が共同して、我が国酪農乳業の展望ある将来像を描くための取り組みが重要であると考えています。

国内の食品市場に目を向けると、食料消費は実質賃金の減少に伴う消費水準の大幅低下の中で、食品産業の国内生産額は減少基調にあります。しかし、その内容を見ると単身世帯割合の上昇や、調理加工食品の増加による食の外部化が一層進行し、中食市場の規模が増加傾向にあるという特徴を示しています。こうした中で、穀物価格の高騰を背景に、小麦や大豆の関連商品、ハム、ソーセージなどの畜肉商品の相次ぐ値上げが発表されています。食品小売業においては、依然、量販店を中心に低価格指向が続いていますが、我が国酪農乳業の産業基盤を安定させるためにも、生産コストに見合った適正な価格について小売流通業やお客様に十分に理解していただくことが必要だと考えています。

尚、現在、指定生乳生産者団体と、乳業者との間で、本年度の乳価交渉が行われている最中です。Jミルクとしても、生乳販、そして消費者がそれぞれに納得できる適正な価格形成が推進されるよう、客観的な参考情報の提供を必要に応じて進めていきたいと考えています。

次にTPP問題です。既にTPP協定交渉への参加表明があり、何も手を打たない場合は、農林水産物の生産高が約3兆円減少するとされています。酪農乳業界においては、国内影響に対する政府の対策が、今のところ不透明なことから、慎重な対応が必要として原則反対の態度を表明してきました。しかしながら、実際の交渉が始まるということを踏まえると、しっかりと情報を共有して、必要な検討を行っていくと共に、政府に対しては「百年の計」を図る観点から万全の対策が講じられるよう、具体的な要望を行っていくことが重要だと考えています。

また最近、中国における口蹄疫の発生件数が著しく増加しているという情報が入っています。ぜひ会員関係者の皆様にこうした情報を周知していただくと共に、予防措置の徹底と監視体制強化について万全を期するよう、それぞれの持ち場、立場でお願いをいたします。



浅野 会長

各地域で牛乳の日・牛乳月間のイベントを開催

平成 25 年度の「牛乳の日（6 月 1 日）・牛乳月間（6 月）」にあわせて、日本全国で酪農乳業関係団体等におけるイベントやコンテストなどが開催された。

Jミルクでは、①業界統一 B2 ポスター、A4 リーフレット、A6 パンフレット（2 種類）のデータ提供、②各地の牛乳の日関連イベント情報の収集と、一元的な公開、③「牛乳の日」に対する学校現場での認知拡大と話題作りの一環として小学生を対象とした「牛乳ヒーロー&ヒロインコンテスト」コンクールを行った。あわせて「牛乳の日」の記念日登録を行うとともに、各種のセミナーを開催した。

■ 全国の乳業工場見学	40工場
■ 全国の関係団体によるイベント	72件
■ 全国酪農業協同組合連合会 「父の日に乳(ちち)を贈ろう！キャンペーン」	43件
■ 各団体によるシンポジウム及びセミナー	10件

牛乳の日特別授業
毎日給食で牛乳を
飲む大切さを考える
(東京都新宿区)

1. 実施日時 平成25年5月31日（金）
2. 実施場所 東京都新宿区立鶴巻小学校
3. 実施内容
 - イ. 酪農家さんのお話
 - ロ. 各学年の担任及び栄養士による牛乳に関する給食前指導
 - ハ. 小学生と子牛のふれあい（哺乳・ブラッシング体験）
4. 協 力 Jミルク



いわての元気はいわての牛乳から

(岩手県盛岡市)

1. 実施日時 平成25年5月31日(金)
2. 実施場所 JR盛岡駅ほか
3. 実施内容 岩手の牛乳等を2,000個無料配布
4. 対応者 岩手純情娘・岩手県庁・JA新岩手・牛乳普及協会・全農岩手
5. 所感 天気も良く、当初1時間程度での配布終了を予定していたが30分強で配布が終了した。また、今年度は、盛岡駅以外に花巻・水沢・一関各駅、滝沢村役場で無料配布ができ、各地区も大盛況に終了した。



おいしいミルクセミナー (福島県郡山市)

1. 実施日時 平成25年6月3日(月)
2. 実施場所 郡山ビューホテル
3. 実施内容 大学教授による「分かりやすく楽しいミルクの話」、シェフの調理実演・試食を行った。また、乳業7社がステージ上で試飲・試食用として出展した牛乳・ヨーグルトなどの製品や会社概要をPR。
4. 主催 一般社団法人日本乳業協会



「運動+牛乳」で暑さに強い体づくり

～熱中症対策に有効なインターバル速歩と牛乳～



気温が30℃を超えると、熱中症のリスクが高まります。2012年7～9月に熱中症で救急搬送された人は、全国で4万4000人近くに上りました。暑さやのどの渇きを感じにくいお年寄りや、体温調節機能が十分に発達していない子どもは、熱中症になりやすく症状も重篤化しやすいため、特に注意が必要です。

信州大学医学系研究科の能勢博教授が行った研究により、熱中症に強い体づくりに牛乳が役立つことがわかってきました。能勢教授のレポートをもとに、暑い夏を元気に過ごすための体づくりのコツと、「運動直後の牛乳飲用」の効果をご紹介します。

暑さに適応するための機能「暑熱馴化」

熱中症とは、暑熱環境下や運動によって体温が上昇して起こる健康障害の総称です。熱失神、熱けいれん、熱疲労、熱射病の4つが代表的な症状で、最も重篤な熱射病は生命に関わる危険があります。

人間は、体温が上がると皮膚血管を拡張させて皮膚に多くの血液を集め、外気への熱伝導によって体の熱を外に放散し、体温の低下を図ります。また汗もたくさんかき、汗の蒸発による気化熱でも放熱を行います。

このように人間は本来優れた体温調節機能を持っていますが、暑さに体を適応させる「暑熱馴化」によって、その機能をさらに改善することもできます。

暑熱馴化すると、体温と発汗の関係が変化します。例えば、暑熱馴化前は運動などで体温が0.5℃上昇すると汗が出始める状態だったのが、体が暑さに馴化すると、わずか0.1℃の体温上昇でも汗をかくことができるようになります。汗は体熱を放散するので、それ以上体温は上がりません。つまり、暑い環境でも楽に過ごせるようになるのです。

発汗だけでなく皮膚血流反応も改善し、わずかな体温上昇でも血管が拡張し、放熱するようになります。

暑熱馴化とは、自動車のラジエーターが大きくなることと同じ意味を持つと言えます。

血液量を増やして夏に強い体づくりへ

暑熱馴化による体温調節の改善は、血液量の増加によって起きていることが実験で明らかになっています。血液量が増えると、皮膚の血流が増加して体の熱を放散しやすくなることに加え、汗は血液中の水分や電解質からつくられるため、汗をかきやすくなるというメリットもあります。

人間の体は本来、夏が近づいて気温が上がり始めるのに合わせて徐々に暑熱馴化し、皮膚血流量や発汗量が増えていきます。熱中症の患者数が梅雨明け直後に急増するのは、この時期に気温が急激に高くなるのに、体はまだ熱さに馴れていないためです。

一方で、現代人は日中を冷房の効いた部屋で過ごしたり、運動不足で汗をかきにくかったりするため、暑さに対応する体づくりが行いにくくなっています。熱中症を予防し、夏を元気に過ごせる体をつくるためには、血液量を増やす取り組みを意識的に実践していくことが大切です。



信州大学医学系研究科
スポーツ医科学分野教授
能勢 博 氏

京都府立医科大学 医学部卒業。医学博士。専門は環境衛生学、運動生理学、温熱生理学、運動トレーニング方法の開発。著書『熟年体育大学実践マニュアル』（共著、小社刊）、『やさしい生理学』（共編、南江堂）、『まだどんとこい熟年！：インターバル速歩で、生涯青春！！』（監修、オフィスエム 熟年体育大学リサーチセンター）、ほか多数

「ややきつい運動+牛乳」で血液量が増加

血液量を増加させるための方法として、「ややきつい運動の直後に牛乳を飲むこと」が有効であることが、実験結果から明らかになりました。

この実験では、若い被験者 18 人が最大酸素摂取量の70%に相当する自転車運動を30分間行い、その直後に、一方のグループは糖質と乳タンパク質を含む補助食品を、もう一方はプラセボ（偽薬）を摂取しました。

両者の血漿量と血漿アルブミン量（アルブミンは血

清中に多いタンパク質で、血管中の血液量や体内の水分量を調節する働きがある)の変化を比較したところ、補助食品を摂ったグループは、プラセボを摂ったグループに比べて、血漿と血漿アルブミンの増加量が約2倍、汗のかきやすさや皮膚血管の開きやすさは約3倍も増加しました【図A】。

糖質と乳タンパク質は牛乳の特徴的な成分ですから、運動直後の牛乳は、暑さに強い体づくりに有効であることが実証されたのです。

同様の実験を67～68歳の被験者14人に対して行ったところ、補助食品を摂ったグループは、血漿量や血漿アルブミン量が増加し、汗のかきやすさと血管の開きやすさも向上することがわかりました。ややきつい運動の後の牛乳摂取は、熱中症のリスクが高いお年寄りにも有効な対策と言えます【図B】。

手軽に実践できるインターバル速歩の効果

とはいえ、お年寄りにとって体に負担のかかるトレーニングを続けるのは難しいもの。そこで手軽に取り組める運動として注目されているのが、「インターバル速歩」です。

インターバル速歩とは、ゆっくり歩きと早歩きを3分間ずつ交互に行う運動法。3分+3分を1日5セット以上、1週間に4日以上、5か月以上継続することが目安になります。

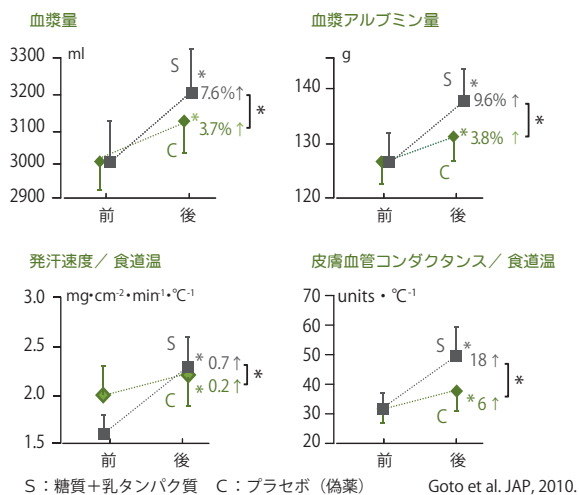
運動の効果を検証するため、平均65歳のお年寄り約150人を、特別な運動を行わないグループ、1日1万歩を目標に普通歩行運動をするグループ、インターバル速歩を行うグループに分けて、5か月間の介入研究を行いました。その結果、インターバル速歩を行ったグループは膝の伸展筋力が約15%向上し、持久力も10%上がりました【図C】。

暑さに強い体をつくるためのポイントは、血液量を増やすことです。血液量は筋力や持久力の向上に比例して増加するため、インターバル速歩を続けることには効果があります。さらに、運動直後の30分以内に牛乳を飲むことが、より暑さに強い体づくりと熱中症対策につながるのです。

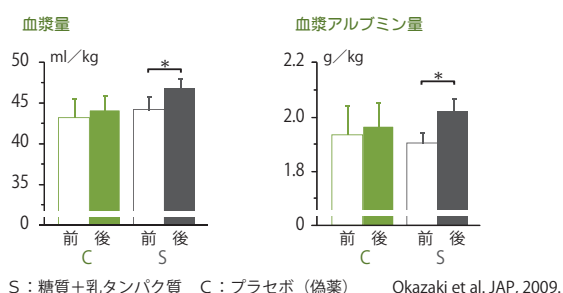
発汗による体温調節機能が十分に発達していない子どもの場合も、バスケットボールやサッカーなど肩で息をするような運動を1日15～30分程度行い、直後にコップ一杯の牛乳を飲むことで、血液量が増えて暑さに強い体づくりが期待できます。

インターバル速歩を含めた夏場の運動は、日中の炎天下で行うのは危険です。朝晩の比較的涼しい時間帯を選んで、無理のない範囲で取り入れていくといいでしょう。適度な運動と牛乳の摂取は、生活習慣病の予防にも効果的。夏だけでなく、一年を元気に過ごす健康な体づくりをサポートしてくれます。

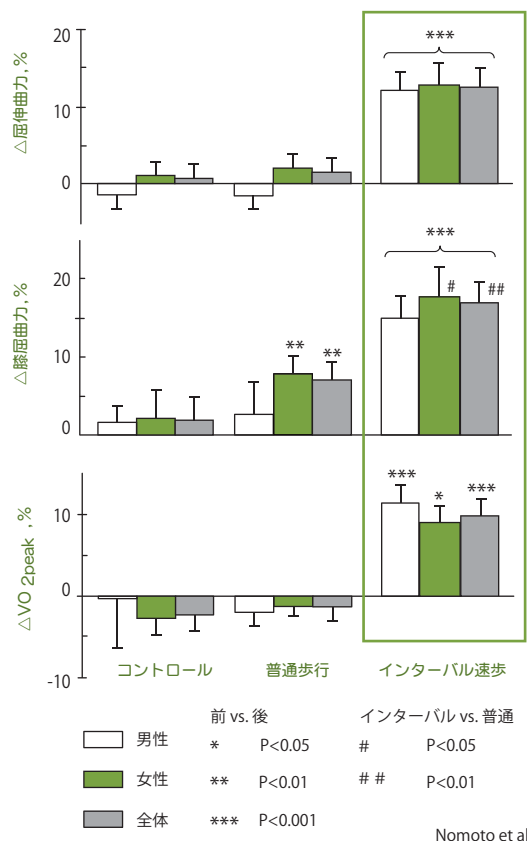
【図A】 運動直後の糖質+乳タンパク質摂取の効果



【図B】 運動直後の糖質+乳タンパク質摂取の効果 (高齢者)



【図C】 インターバル速歩の効果



ワールド・デイリー・サミット 2013



10月28～29日 パシフィコ横浜、10月30日～11月1日 横浜ベイホテル東急で開催

10月28日から5日間にわたり開催されるワールド デイリー サミット 2013。日本のみならず、同じ課題を抱える世界各国の人達と、それぞれの産業技術やシーズ研究の成果を発表し、話し合うことは諸課題を解決する上で極めて重要になります。横浜に世界中から関係者が集い、日本と多くの国々における酪農・乳業界に活力を生じさせる結果を得ることが最大の目的です。乳の学術連合や J ミルクのメンバーも専門カテゴリーにおいて演壇に立つ予定となっています。ぜひ足をお運びください。

特別講演会 1：デイリーリーダーズフォーラム

日時 10月29日(火) 8:40～12:30
場所 パシフィコ横浜
司会 Dennis Jönsson (CEO Tetra Pak Group、スウェーデン)
生源寺 真一 乳の社会文化ネットワーク副代表幹事
演題 11:40～12:05 講演(内容調整中)
浅野 茂太郎 Jミルク会長
司会・閉会の辞
生源寺 真一 乳の社会文化ネットワーク副代表幹事

特別講演会 2：酪農政策・経済

セッション 2：欧米とは異なる背景をもつ酪農地域における牛乳乳製品市場、および酪農乳業の発展と将来の展望

日時 10月30日(水) 8:30～12:10
場所 横浜ベイホテル東急
概要 ヨーロッパ、アメリカ、オセアニアなどの欧米諸国とは異なった農業資源や文化的背景に基づき、それぞれ独自のスタイルで発展を遂げてきた地域における、農場経営、酪農乳業、牛乳乳製品市場の成り立ち、現状、将来の展望に関する報告で構成する。これらの国々から、およびこれらの発展を支援する組織から報告される。
演題 8:30～8:45 「セッション2のねらいと日本の経験」
前田 浩史 Jミルク(座長)

特別講演会 2：酪農政策・経済

セッション 3：酪農の役割と価値再発見の取り組み

日時 10月30日(水) 13:30～17:40
場所 横浜ベイホテル東急
概要 酪農の価値や役割を創出あるいは再発見し、持続的な酪農経営を実現するための活動に取り組んでいる各国・地域の具体的な事例の報告で構成する。酪農の価値は酪農の歴史的・地理的・経済的な条件によってさまざまな視点から捉えられることになる。セッションの後半では、報告者をパネリストとするパネルディスカッションを行う。モデレーターが提示するいくつかの論点について、パネリストの経験や実践を踏まえて議論を深めていく。
演題 16:10～16:25 「パネルディスカッションの論点」
生源寺 真一 乳の社会文化ネットワーク副代表幹事(進行役)

特別講演会 4：子供と牛乳

セッション 1：子供の栄養とミルク - 子供に牛乳を与える科学的根拠

日時 10月30日(水) 9:00～10:30
場所 横浜ベイホテル東急
概要 乳・乳製品の摂取が子供の栄養・健康に与えるよい影響を示す科学的根拠を紹介します。
座長 上西 一弘 女子栄養大学・牛乳乳製品健康科学会議幹事
演題 9:55～10:15 「乳・乳製品の摂取が子供の骨に与える影響」
児玉 浩子 帝京平成大学・牛乳乳製品健康科学会議幹事

Japan Milk Collection 2013

10/30 水
10:00～17:00

主催 j-milk 一般社団法人 Jミルク
共催：一般社団法人中央酪農会議、一般社団法人日本乳業協会、一般社団法人全国農協乳業協会、全国乳業協同組合連合会

後援：農林水産省、独立行政法人農畜産業振興機構、公益社団法人日本栄養士会

新たな価値に出会う～国内最大の牛乳乳製品 展示・商談会～

当展示・商談会は、世界の中でも高い品質を誇る国内の特徴ある牛乳乳製品の数々を、多種多様な専門バイヤー、フードサービス関係者等に、商品展示や説明、商談会でアピールしていただく機会です。また、流通関係者に対しては、牛乳乳製品を取り巻く最新の情報に接していただけるようセミナー等を開催し、製造・販売が協力してこれからの牛乳乳製品全体の更なる価値向上と需要拡大に結び付けていくための、出展者各位の「関係づく」と「売りのヒント」が得られる「場」としていきたいと考えています。

特別講演会4：子供と牛乳

セッション3：栄養以外の効果 - 学校における乳と酪農の価値再発見

日時 10月30日(水) 16:00~17:30

場所 横浜ベイホテル東急

概要 酪農は情緒の発達や食文化学習など知的教育にも、栄養を超えた重要な役割を果たしています。ここでは、牛乳の価値を再認識し、牛乳の消費を伸ばすために学校で行われている革新的な活動を紹介します。

演題 16:05~16:35 「日本における酪農教育ファームの活動(仮題)」
田中 博之 早稲田大学・牛乳食育研究会副代表幹事

特別講演会7：栄養・健康

セッション1：メタボリックシンドロームにおける乳製品の利点

日時 10月31日(木) 9:00~12:30

場所 横浜ベイホテル東急

概要 前半のセッションでは、乳・乳製品によるメタボリックシンドローム抑制効果をレビューした後、食文化の異なる3ヶ国の疫学調査結果を報告する。後半のセッションでは疾病別によるメタボリックシンドローム抑制効果とメカニズムを報告する。

演題 10:15~10:35 「日本における牛乳・乳製品摂取とメタボリックシンドロームの関係」
上西 一弘 女子栄養大学・牛乳乳製品健康科学会議幹事

特別講演会7：栄養・健康

セッション4：高齢期の栄養におけるタンパク質の重要性と牛乳乳製品の果たす役割

日時 11月1日(金) 13:30~17:30

場所 横浜ベイホテル東急

概要 先進国では人口の高齢化が急速に進み、人々の健康寿命を延ばすための試みが行われている。本セッションでは75歳以上の高齢者における加齢に伴う疾患を予防するために、摂取するタンパク質に焦点を当て、高齢者の栄養摂取について討議する。これらの討議を老人栄養学、時間栄養学、腎臓内科学観点から討議する。こうした討議を通じて、人々の食事における牛乳・乳製品の役割を見直す。本セッションは「牛乳乳製品健康科学会議(乳の学術連合)」との共催で行う。

登壇 折茂 肇 牛乳乳製品健康科学会議代表幹事
川原 貴 牛乳乳製品健康科学会議幹事
柴田 博 人間総合科学大学
香川 靖雄 女子栄養大学副理事長
中村 丁次 牛乳乳製品健康科学会議副代表幹事

特別講演会7：栄養・健康

セッション3：乳と健康に関する将来の方向

日時 11月1日(金) 9:00~12:30

場所 横浜ベイホテル東急

概要 乳・乳製品の健康効果に関する新規な知見、例えば脳機能、運動と筋肉、栄養と持続可能性、その他トピックスなどについて発表する。これらの発表は乳・乳製品の更なる価値を再発見するために特に重要である。

演題 9:45~10:05 「乳製品摂取とインターバルウォーキングによる熱射病の予防」
能勢 博 信州大学

特別講演会8：マーケティング

セッション2：新しいコミュニケーションのカチ(乳の価値を伝える新しいマーケティング)

日時 10月31日(木) 13:00~15:40

場所 横浜ベイホテル東急

概要 世界各国、地域において特有な、乳製品の価値を消費者に伝えるために必要となる点や、マーケティング戦略に焦点を当てる。マーケティング手法は国によって大きく異なると思われるが、今回は従来から行われている方法とは異なる方法を巧みに活用したいいくつかの実例報告を行う。いわゆるソーシャルメディアも含まれるが、それだけに限定はしない。

座長 上田 隆穂 学習院大学
演題 14:20~14:35 「ミルクインフルエンサーの自発的行動を促す新たなコミュニケーション戦略」
前田 浩史 Jミルク

特別講演会10：食品安全、総合サプライチェーンアプローチによる酪農製品のリスクマネジメント

セッション3：サプライチェーンにおける化学汚染物質を対象としたリスクマネジメントの実践的アプローチ

日時 11月1日(金) 16:00~17:30

場所 横浜ベイホテル東急

概要 総合サプライチェーンにおける酪農製品の化学的ハザードを対象としたリスクマネジメントをどのように実践し、その効果を検証すればよいのかについて、酪農国や日本における現状と課題について紹介する。

演題 16:30~16:50 「日本における農薬等(農薬、動物用医薬品、飼料添加物)に関するポジティブリスト制度に対する酪農・乳業界の共同の取組み」
丸山 章 Jミルク

来場者

食品小売事業者
食品流通事業者
フードサービス事業者
食品製造事業者
通販事業者
給食事業者
栄養士など
メディア関係者

牛乳乳製品の
さらなる価値向上と
ビジネス拡大

新しい機能性を持つ商品
こだわりの製法を
持つ商品
地域の特徴を
活かした商品
ユニークなコンセプト
のある商品

出展商品



Jミルクの活動:3~5月の主な活動報告



平成25年3月1日から平成25年5月31日まで主な推進業務及び委員会等の開催

主な推進業務(3~5月)

【企画情報グループ関連】

- 「災害等支援環境整備事業」24年度の支払対応、25年度実施要領の作成
- 「自給粗飼料放射性物質検査支援事業要領」の一部変更
- 牛乳類の小売動向調査、乳製品需要者動向調査の公表
- ポジティブリスト制度に対応した他農産物の取り組みの調査
- 「TPPによる乳業者、特定地域への影響評価」調査
- 生乳検査精度管理認証新規及び更新申請受付
- 生乳検査精度管理認証取得促進支援事業の実施要領作成
- 乳製品の適正在庫指標(月数他)の検討

【普及グループ関連】

- 「牛乳摂取とメタボリックシンドローム」論文投稿
3/29 Clinical Nutrition より受理しないとの連絡があり、国内学術誌に投稿する方向で論文を手直し中。
- 平成25年度委託研究の契約締結
- 減塩運動支援プロジェクト
- 専門雑誌等への記事掲載、リライト版の作成
- 業界向け情報提供リーフレットの制作
- 総合衛生管理製造過程の承認支援事業推進
- 幼稚園児・保育園児の母親、祖母の意識調査
- 国産牛乳・乳製品展示会に向けた取り組み
- 小売店頭等での価値訴求活動に向けた取り組み
- 学術研究「総説」の発刊
- 食育モデル教材の確認
- 牛乳の日、牛乳月間の取組
 - ・ポスター、リーフレット、パンフレット(2種類)のデータ提供
 - ・「6月1日牛乳の日」の登録(記念日協会)。
 - ・各地の牛乳の日関連イベント情報収集、一元的公開
 - ・小学生対象「牛乳ヒーロー&ヒロインコンテスト」
 - ・新宿区立鶴巻小学校 特別授業(5/31)
- 牛乳飲用コウホート調査分析
- 国産牛乳・乳製品展示会「Japan Milk Collection 2013」
(10月30日 横浜)



主な推進業務(3~5月)

【総務広報グループ関連】

- メディアへのリリース発信
 - ・3月19日 「新生活と牛乳」リーフレット制作について
 - ・3月27日 平成25年度「乳の学術連合」学術研究公募結果について
 - ・4月1日 「学校における食物アレルギー対応最前線」リーフレット制作について
 - ・4月3日 Jミルクのフェイスブックページ開設について
 - ・4月25日 「牛乳の日 記念学術フォーラム」開催について
 - ・4月30日 「2013年牛乳の日・牛乳月間」統一ポスター・リーフレット制作について
 - ・5月1日 牛乳・乳製品展示会開催について(事前案内)
 - ・5月8日 「牛乳の日」記念学術フォーラム開催について
 - ・5月17日 平成25年度上期需給見通しについて記者レク
 - ・5月22日 「平成25年度上期の生乳及び牛乳乳製品の需給見通しと当面する課題について」公表
 - ・5月22日 「牛乳の日・牛乳月間」全国のイベント案内
 - ・5月23日 新宿区立鶴巻小学校、「牛乳の日特別授業」開催について
 - ・5月24日 第1回エビデンスセミナー開催について
 - ・5月29日 平成25年度定時総会の開催について
 - ・5月30日 熱中症予防リーフレット制作について
 - ・5月30日 「牛乳の日」日本記念日協会認定について
 - ・5月31日 「牛乳ヒーロー&ヒロイン」コンクール開催案内について
- メディア広報対策
 - ・3月5日 第31回メディアミルクセミナー開催
 - ・3月29日 ニュースレター発刊
 - ・5月22日 「平成25年度上期の生乳及び牛乳乳製品の需給見通しと当面する課題」記者レク
- WEBサイトリニューアルに伴う新設作業
 - ①スマホ対応仕様設定、4/1より
 - ②Facebook 開設、4/3より
- 24年度決算関係
 - ・5月15日 公認会計士監査
 - ・5月22日 監事監査
- 一般社団法人移行認可申請関係
 - ・一般社団法人への移行認可書交付、新法人設立登記、旧法人解散登記
 - ・5月末 公益目的財産額、公益目的支出算出原案作成



委員会・研究会・イベント等の開催（3月）	
生乳検査技術者連絡会研修会	2月28日～3月1日
内容 ①講演「食品安全規格の概要」 ②認証規程改正内容 ③認証取得促進事業(案) ④分科会A:「事例から見た認証申請のポイント」 分科会B:「外部精度管理調査評価の考え方」 ⑤検査機器メーカーからの情報提供	
乳の社会文化ネットワーク 研究審査会・幹事会	3月4日
牛乳乳製品健康科学会議 研究選考委員会・幹事会	3月4日
第3回課題検討委員会	3月5日
内容 ①乳製品の適正在庫指標の検討 ②平成25年度課題検討委員会の開催スケジュール ③その他:消費税引き上げへの対応について	
第31回メディアミルクセミナー	3月5日
内容 「乳和食」でおいしく減塩	
第3回臨時総会	3月6日
牛乳食育研究会 総会	3月17日
内容 ①平成24年度活動報告 ②平成25年度活動計画	
第2回生乳検査精度管理認証特別委員会	3月22日
内容 ①生乳検査精度管理認証申請審査 (平成25年4月1日認証) 5施設→承認 ②生乳検査精度管理認証審査更新申請審査 (平成25年4月1日更新) 12施設→承認	
第14回生乳の安全・安心の確保のための全国会議	3月22日
(中央酪農会議主催) 内容 ①平成24年度の取り組み内容報告 ②平成25年度の取り組み方針協議	
第6回マーケティング委員会	3月28日
内容 ①平成25年度普及事業計画の確認 ②生乳需要基盤強化対策事業について ③事業毎の需要創出に向けた戦略について	
第1回学乳問題特別委員会	3月29日
牛乳乳製品健康科学会議 総会	3月31日
内容 ①平成24年度活動報告 ②平成25年度活動計画	
平成24年度Jミルクブロック会議	3月15日～3月29日
内容 ①平成25年度事業計画の概要について ②調査・研究報告 ③需給見通しから見える酪農乳業の課題について	

委員会・研究会・イベント等の開催（4月）	
乳の学術連合運営委員会	4月3日
内容 ①6月1日牛乳の日 乳の学術連合学術フォーラム ②学術研究の公募 ③現地合同研究会 ④WDS2013への対応	
乳の社会文化ネットワーク 総会	4月4日
第1回ポジティブリスト委員会	4月22日
内容 ①平成24年度定期的検査結果の確認 ②平成24年度定期的検査における管理対象物質の選定について →使用実態調査の実施方法、間隔と管理対象物質の選定方法については継続協議 ③第14回生乳の安全・安心の確保のための全国協議会内容の報告 ④平成25年度の定期的検査の実施内容について ⑤課題の協議 ・残留調査対象物質の残留実態調査の実施 ・「酪農乳業の一体的な取り組み」の再検証 ⑥次回、7月中旬に第2回委員会開催	
最近の酪農乳業情勢に関する勉強会	4月23日

委員会・研究会・イベント等の開催（5月）	
第1回需給委員会	5月13日
内容 ①平成25年度上期の生乳及び牛乳乳製品の需給見通しと当面する課題の検討 ②平成25年度の需給委員会のスケジュールについて →委員会を4回(7・10・12・1月)開催 →「地域需給情報交換会」を需給見通し公表後に実施 ③需給関連調査について ・乳製品(バター・脱脂粉乳)に関するユーザー調査 ・牛乳類に関する量販店販売実態調査	
会員団体普及事業担当者会議	5月15日
第2回学乳問題特別委員会	5月15日
第1回課題検討委員会	5月24日
内容 ①乳製品の適正在庫指標の検討 適正在庫指標の目的と需給セフティネットの仕組みについて継続協議。 ②調査報告 「TPP など新たな貿易自由化による地域経済、乳業他関連産業への影響評価」について報告 →5月29日理事会で報告	
第67回栄養・食糧学会 ランチョンセミナー	5月25日
テーマ「メタボリックシンドロームに対する牛乳・乳製品の可能性と展開」	
第1回理事会	5月29日
内容 ①平成25年度定時総会の招集 ②平成24年度事業報告・決算書 ③平成25年収支予算書の補正 ④役員選任規定について	
新宿区鶴巻小学校 特別授業	5月31日

お役立ち情報をタイムリーに発信 Jミルク公式Facebookに注目



http://www.facebook.com/jmilk.jp

Jミルクでは、4月3日よりFacebookに公式ページを立ち上げました。「いいね！」をクリックした人は約3900名（6月21日現在）。身近なのに意外と知らない牛乳の豆知識やレシピ情報、エビデンスや会議、イベントなどの情報もいち早く皆様にお伝えしています。



トップページ▶



Jミルクで行われた会議や身近に起きたニュースも掲載。



季節に合ったミルクレシピを定期的にアップ。Jミルクから徒歩3分、築地本願寺にいる「牛」の紹介など興味の湧くような話題も掲載。

一般社団法人Jミルク タイムライン 現在

【メディア・ニュース】
毎日 pの記事のご紹介です。
http://mainichi.jp/feature/news/20130508ddm013100002000c.ht
ml みんなの○○ダイエット 食事量 マイナス1000キロカロリー
程度で無理なく

1日3食の合計でマイナス1000キロカロリーなら、無理なく実行
できそう！ここで大切なのは、体重を落とさないためにも必要な
栄養素はしっかりとること。コップ1杯で、不足しがちな栄養素
をしっかりとれる牛乳は、ダイエットの強い味方なの...
もっと見る

最新の研究調査
牛乳乳製品をよく！
腹囲が2cmも減り
判明！

BMIに驚きの結果が！
乳製品摂取量と腹囲・肥満度

乳製品をよく飲む人は
ともメタボが少ない！
乳製品摂取量とメタボの比率*

乳製品摂取量	メタボの比率
200ml/日	74.7%
1000ml/日	21.8%
2000ml/日	21.4%

40%少ない

pham「The Secretion of Milk」(1976)の図を改変

一般社団法人Jミルク タイムライン 現在

「牛乳とヒーロー&ヒロイン」コンクール開催！牛乳のすごいキ
ャクチャーを募集します。

「牛乳の日」は、毎日朝食に出てくる牛乳に対し、子どもたち一人
ひとりが関心をもち、子どもたちの「牛乳を大切に」に思いをもち
を凝縮することによる、国産牛乳製品の品質向上及び需要拡大
を目的とし、小学生を対象とした牛乳の専門家・教育者による大
規模なコンクール。6月の食育月間「牛乳月間」を記念とした
小学生向け牛乳に関するコンクールを開催します。

優秀作品は、来年の「牛乳の日、牛乳月間」の主役としてみん
なの前に登場するぞ！
http://www.j-milk.jp/news/berche000000q0l.html

「牛乳の日」記念学術フォーラム～牛乳は子どもを教えるか！～
開催！

「牛乳の学術講演」は、6月1日(土) 朝内で、「牛乳の日」記念学
術フォーラム～牛乳は子どもを教えるか！～を開催し、医学・
栄養学・教育学などの研究者、栄養士や学校職員、メディア、酪
農乳業関係者など約200名が参加しました。なお「牛乳の日」は共
催、また日本小児科学会、日本栄養士会、全国学校栄養士協議
会、日本教育新聞社、農林水産省などの後援を頂戴しました。

第一部は、次の内容で三人の講演が発表。
■「子ども、もっと見る」

ミルクに関するエビデンスや小学生
向けの「ポスターコンクール」の案内、
牛乳の日シンポジウムの風景など、タ
イムリーな話題をいち早く皆様にお伝
えています。

今後のスケジュール 平成25年7月1日～平成25年9月30日までの会議・行事の開催予定を掲載致します。

	開催日	場 所	内 容	講 師 (敬称略)
栄養士向け減塩支援研修会	7月9日	秋田県	食生活改善推進など92名実演・実習	鈴木和夫、小山浩子
第2回ポジティブリスト委員会	7月10日	Jミルク会議室	「酪農乳業の一体的な取り組み」について協議・検討	
牛乳食育研究会 乳幼児食育推進分科会	7月13日	Jミルク会議室	乳幼児向け情報収集、教材開発について	
生乳検査精度管理委員会	7月22日	Jミルク会議室	認証審査料金改定について	
第1回マーケティング委員会	7月24日	Jミルク会議室	平成25年度普及関連事業の実行に向けた協議	
乳の学術連合 現地合同研究会	8月3, 4日	栃木県那須	日本酪農の現状と特徴、開拓酪農が果たした役割など	
第6回かながわ食育フェスタ	8月7日	横浜赤レンガ倉庫1号館	骨の成長とミルクマジック	細井孝之、小山浩子
栄養士セミナー	8月10日	山梨県	メタボ予防改善に役立つ牛乳乳製品(仮)	大島健司ほか
栄養士向け情報開発研究会	8月19日	Jミルク会議室	ライフステージ別情報開発について	
第33回メディアミルクセミナー	8月27日	大手町サンケイプラザ	乳幼児アレルギーに関する講演	高増哲也
乳の社会文化ネットワーク 幹事会	9月6日	Jミルク会議室	平成26年度学術研究テーマについて ほか	
栄養士向け減塩支援研修会	9月21日	宮城県	栄養士対象乳和食実演・実習	小山浩子ほか
牛乳食育研究会 幹事会	9月22日	Jミルク会議室	平成26年度学術研究テーマについて ほか	
第3回理事会	9月26日	Jミルク会議室	平成25年度事業進捗状況	
牛乳食育研修会	9月26, 27日	広島市ホテル JAL シティ広島	牛乳食育教材を用いた実践的研修 小児科からみた子どもの栄養とアレルギー対応	藤本勇二 高増哲也ほか

※上記は予定であり、日時・場所・講師等変更する場合があります。

編集
後記

- いよいよ暑くなる季節になってきました。「運動+牛乳」で熱中症対策！元気な体を夏を乗り切りたいものですね。エビデンスのご紹介をしていますのであらためてご一読ください。
- 「乳和食」という言葉、お聞きになったことありますか？NHKでも紹介されたおいしい減塩食「乳和食」。いま国民的課題である高血圧に起因する様々な疾患について益々関心が高まっています。Jミルクもこの課題解決に少しでも貢献できればと念じています。
- 4月からの新年度になって、Jミルクの公式Facebookがスタートしました。牛乳のおいしいところが、人から人へつながるよう取り組んでいきたいと思っています。『いいね！』が増えると嬉しいなー (T.I)



j-milkレポート vol.9 発行日/2013年6月

編集・発行/ 一般社団法人 **Jミルク**

住所:〒104-0045 東京都中央区築地4丁目7番1号 築地三井ビル5階

TEL.03-6226-6351 FAX.03-6226-6354

ホームページアドレス <http://www.j-milk.jp/>