

# J-MILK REPORT

私たちはミルクでつながっています。

AUTUMN 2021 Vol.42



## 2 緊急のお知らせ

全国の酪農乳業関係者、一人ひとりの力が必要です。

大切なお願い

- 処理不可能乳を発生させてはいけません！
- 全ての皆さまへ
- Jミルクも皆さまと共に行動します

## 3 イベントのご案内

オンラインイベントのご案内

- ウェビナー「日本の『持続可能で健康な食』を考える」
- ジャパンミルクコンGRESS2021

## 4 ミルクバリューチェーン

株式会社塚田牛乳(新潟県新潟市)

120年の歴史の先で新しい魅力を発信する

塚田 正幸 氏 (株式会社塚田牛乳 取締役会長)  
塚田 忠幸 氏 (株式会社塚田牛乳 代表取締役社長)  
渡邊 翠 氏 (株式会社塚田牛乳 営業部兼広報 栄養士)

## 7 酪農乳業産業基盤強化特別対策事業

Dairy Sustainable Action

～持続可能な酪農生産に向けて～

- 千葉県 ㈱須藤牧場 須藤 健太 さん(後継者)  
原 正則 さん(牧場長)  
松下 舜 さん(中国四国酪農大2年生)

## 8 Q&A Vol.2

最新研究でわかった！

ミルクの気になるギモンQ&A

- そもそもビーガンやベジタリアンって？
- 動物性食品と植物性食品の栄養について教えて
- 私たちの身体にとってどうなの？

## 10 ミルクと生きるひと Vol.2 We Value Our Relationship.

～持続可能な酪農乳業のために～

「日本独自の乳業の姿を、追い求めてきました」

和仁 皓明 さん  
(西日本食文化研究会 主宰/乳の学術連合 乳の社会文化ネットワーク 幹事)

## 12 j-milk School

#乳和食eラーニングやってみた！

## 13 コンテンツ紹介

酪農乳業のいまがわかるJミルクの最新コンテンツ

- 「酪農乳業戦略ビジョン」特設サイト(SDGs関連情報)
- 国際Dairyレポート
- 食生活動向調査

## 14 「2021年は丑年!」企画

この冬は毎日牛乳買いに行こう！

あなたのミルク鍋、教えて。

- 第3弾 「#私のミルク鍋」
- お知らせ 第2弾「#ミルクのバトンリレー2021」動画公開

## 15 乳和食(New-Washoku)

“調味料+ミルク”をマスターする おいしい減塩レッスン

- えびマヨつくねのごま揚げ(牛乳+マヨネーズ)
- レシピ: 小山 浩子 さん(料理家・管理栄養士)

Information

- 「酪農乳業戦略ビジョンニュース」無料でお届けします！
- 牛乳、ヨーグルト、スキムミルクetc を楽しみたい♡
- 編集後記

表紙・裏表紙イラスト: 佐藤 香苗 氏(イラストレーター)



一般社団法人 Jミルク  
Japan Dairy Association (J-milk)

J-MILK REPORT Vol.42 AUTUMN 2021 | 発行日/2021年10月 編集・発行/一般社団法人 Jミルク

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2-1-20 お茶の水ユニオンビル5階 TEL 03-5577-7492 FAX 03-5577-3236

✉ info@j-milk.jp 🌐 <https://www.j-milk.jp> 📘 <https://www.facebook.com/jmilkjp>

📷 j\_milk\_official 🐦 @Jmilkofficial 📺 YouTube公式チャンネル

## オンラインイベントのご案内

### ウェビナー「日本の『持続可能で健康な食』を考える」

- 開催日: 2021年11月30日(火) 15:00~17:35
- 目的: 東京栄養サミットを見据え、さまざまな栄養や健康政策に関わる立場の専門家を交えて持続可能な「日本の栄養」や「日本型食生活」について議論する
- プログラム:
  - 報告1 「東京栄養サミットに向けた取り組みについて」(仮)  
農林水産省大臣官房食品産業部 食品産業政策課 課長補佐 松下 茜 氏  
厚生労働省健康局健康課栄養指導室 包括的栄養改善専門官 齋藤 あき 氏
  - 報告2 「東京栄養サミットで議論されるグローバルな課題と日本に求められていること」(仮)  
FAO駐日連絡事務所 所長 日比 絵里子 氏
  - 報告3 「科学的エビデンスに基づいた食事と健康—コホート研究からの方向を中心に—」(仮)  
国立がん研究センター 社会と健康研究センター室長 澤田 典絵 氏
- ディスカッション: 「持続可能な栄養と牛乳乳製品に求められる役割とは」(仮)  
モデレーター: 株式会社office 3.11 代表取締役(食品ロス問題ジャーナリスト) 井出 留美 氏  
パネリスト: 神奈川県立保健福祉大学 学長(日本栄養士会 会長) 中村 丁次 氏  
東北大学 名誉教授 齋藤 忠夫 氏  
FAO駐日連絡事務所 所長 日比 絵里子 氏  
国立がん研究センター 澤田 典絵 氏



詳細はこちら



Jミルク ウェビナー 東京栄養サミット 検索



Shun Obuchi

学術調査グループ 主任 大淵 俊

世界全体で持続可能な社会を目指していく中で、牛乳乳製品は環境負荷の側面での議論をされがちですが、栄養などの側面とのバランスを考えると全く異なる役割が見えてきます。そこで日本の食の持続可能性と栄養について専門家を交えて議論をします。皆さまの参加をお待ちしています。

### ジャパンミルクコンGRESS2021



- 開催日: ライブ配信: 2021年12月12日(日)11:00~18:00(予定)  
先行配信: 2021年12月10日(金)~ (※一部の発表動画を先行して配信します)  
オンデマンド配信: 2021年12月13日(月)~12月19日(日)
- 協力: 乳の学術連合
- 後援: 農林水産省、FAO駐日連絡事務所、日本栄養士会、日本酪農教育ファーム研究会 ほか
- 目的: 牛乳乳製品や酪農乳業に関するさまざまな分野の最新の学術研究成果を発表する。
- 発表概要: Jミルク ジャパンミルクコンGRESS2021 検索

プログラムや発表者の詳細はこちら



#### 牛乳乳製品健康科学会議

- サルコペニア治療を目的とした運動療法と乳清たんぱく質を用いた栄養療法
- 心のしなやかさを育む牛乳乳製品の摂取
- 牛乳乳製品の睡眠への影響
- 牛乳由来エクソソームの研究

#### 乳の社会文化ネットワーク

- 市場開放を想定した国産バターに対する消費者嗜好分析に関する研究
- 酪農の第三者継承の実態と日本型酪農継承システムの構築に関する研究
- 自然災害発生時のミルクサプライチェーンへの影響や対応に関する研究

#### 牛乳食育研究会

- 牛乳有害説に対する消費者向け科学リテラシー教材の開発
- 日本と韓国の成長期の食育における牛乳乳製品の価値観の比較検討
- ロコモ予防を目的とする乳和食を活用した地域住民の食育の検討



Izumi Mae

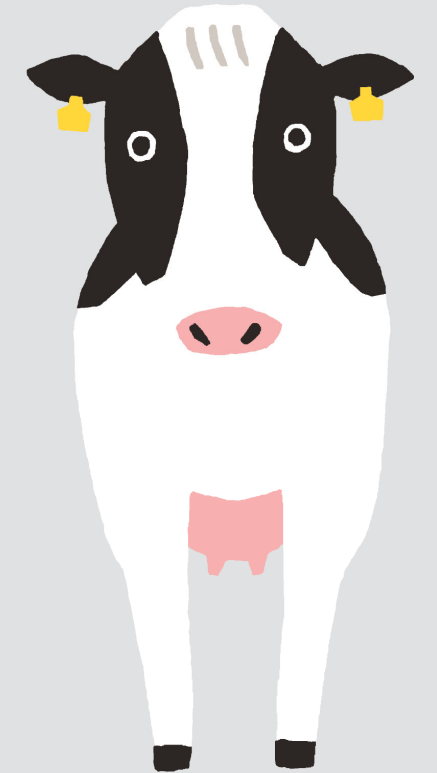
学術調査グループ 主任 前 いくみ

昨年度のアンケートで、遠方からでも最新の研究情報に触れられてよかった、これからもオンラインの併用を、とご意見を多数いただきました。オンラインの良さを生かした運営で、多くの皆さまに新しい研究成果を届けたいと思います。ご参加お待ちしております。

# 全国の酪農乳業関係者、一人ひとりの力が必要です。

## 大切なお願い

新型コロナウイルスの影響が続く中、牛乳乳製品の需要はまだ回復していません。このままでは、牛乳消費が落ち込む年末年始や春休みの学乳休止期に、全国の乳製品工場の処理能力を超える加工処理生乳の発生が危惧されます。大切な生乳生産基盤を維持するため、酪農乳業関係者一人ひとりの行動が必要です。



### 処理不可能乳を発生させてはいけません!

年末年始に想定される処理不可能乳は「約5,000トン※」です。

- 生産者の生産意欲の減退と、これまで業界一体となって強化してきた生乳生産基盤を損なう減産に直結する恐れ。
- 減産となると、コロナ後の需要回復に支えられなくなるとともに、夏場の需要期を中心に生乳の不足基調がさらに強まる恐れ。
- 牛乳乳製品価格への影響や食品廃棄ととらえられ、業界のイメージ低下につながる恐れ。

※2021年10月1日公表「Jミルク需給見通し」からの推計値

## 全ての皆さまへ まずは年末年始、毎日牛乳買いに行こう! #1日1L\*

### 酪農家の皆さまへ

- 不需要期の一時的な生乳出荷抑制(12月下旬~1月上旬)
- 早期(適正)乾乳・治療や出荷予定牛の早期(線上)出荷、全乳哺育や早期販売など、酪農経営や乳牛にダメージを与えない

### 乳業メーカーの皆さまへ

- 製品における生乳使用率の引き上げ
- 乳製品工場のフル稼働
- 積極的な販促活動

### 指定団体および乳業メーカーの皆さまへ

両者が連携し、各乳業工場やクーラーステーションにおける貯乳能力のフル活用

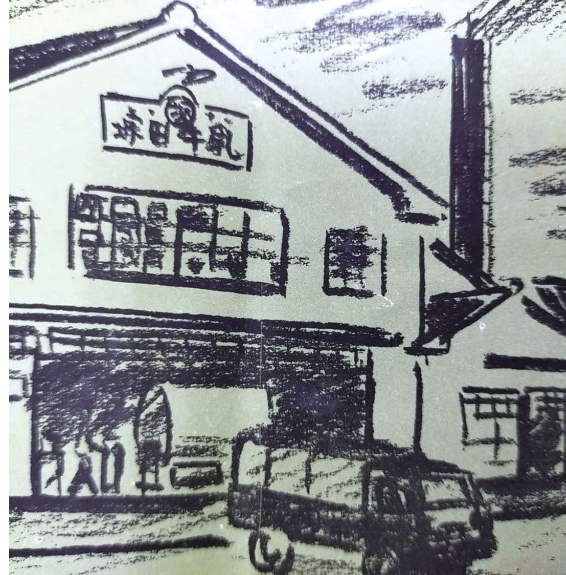
※業界関係者自らが取り組む「#1日1L」運動の詳細は、近日中に公開します。

みんなでこの難局を乗り越えよう

Jミルクも皆さまと共に行動します

一時的な生乳出荷抑制への取り組みを行う生産者への支援と、関係団体・乳業者が実施する消費促進への取り組み支援をはじめ、Jミルクでも業界が一体となって取り組めるための施策を推進します。

詳細はこちら  
(緊急説明会の動画あり)



# 120年の歴史の先で 新しい魅力を発信する

創業から今年で120年、こだわりの瓶容器で届ける宅配と学校給食用牛乳を通じて、新潟県内で高い知名度を誇る株式会社塚田牛乳。環境にやさしい瓶牛乳の価値を伝えながら、最近ではSNSを活用した情報発信やオンライン販売も導入するなど、新たな消費者コミュニケーションにも力を入れています。「懐かしさ」と「新しさ」の共存で地域に根ざした企業を目指す、同社の取り組みをお聞きしました。

## 主力の瓶牛乳をシンボルに 独自の「記念日」を制定

御社の創業以来の歴史と現在の事業概要をお聞かせください。

**塚田正幸氏（以下、塚田会長）** 弊社の創業は1901（明治34）年です。初代社長の塚田甚太郎が、現在の上越市名立区で乳牛の飼育と牛乳の製造販売を始めました。戦後の1951年に法人を設立し、株式会社塚田牛乳となりました。

1964年の新潟地震では社屋や生産設備に壊滅的被害を受けましたが、被災を乗り越え、67年には当時として北陸随一の規模の工場を建設しています。私が4代目の社長に就任したのは

創業120周年に合わせて、独自の記念日を制定されたことが話題になりました。

**塚田社長** 7月20日を「塚田牛乳SENDの日」とすることが、日本記念日協会によって認定されました。

120周年を迎えるにあたって、「塚田牛乳の誕生日をつくろう」という社内からの声がかっけです。代表商品である「SEND牛乳」をシンボルに、環境にやさしく新鮮な宅配瓶牛乳の魅力や、県産牛乳と地域社会のつながりなどを発信する記念日したいと思います。認定のニュースは地元メディアで取り上げられ、SNS上でも多くの反響が寄せられました。皆さまからの塚田牛乳

1991年です。社会的にもニーズが高まっていた品質管理をさらに強化したいと考え、99年に牛乳部門のHACCPを取得し、翌年には全ての瓶容器が自主回収容器に認定されました。

2000年代に入ってから、廃水処理設備の増強や、工場熱源を重油から天然ガスボイラーに切り替えてCO<sub>2</sub>と燃料費の削減を図るなど、環境に配慮した設備改修も進めてきました。こうした取り組みも評価され、2012年には牛乳等衛生功労者の厚生労働大臣表彰を受賞しています。

そして創業120周年にあたる今年、5代目社長に塚田忠幸が就任し、私は会長職に就いています。

**塚田忠幸氏（以下、塚田社長）** 現在弊社

への愛情に対して、私たちもあらためて感謝する機会になりました。

## 瓶牛乳のオンライン販売で 懐かしいあの味を自宅でも

SNSやオンライン販売など、ネット利用も積極的に取り組まれていますね。

**塚田社長** 今年4月から公式SNSを開設して、日々の情報発信やコミュニケーションに活用しています。弊社からの発信だけでなく、地域のパン屋さんやカフェ、飲食店や個人のお客さまが、「#塚田牛乳」を使って投稿してくれることで輪が広がっていますね。

コロナ後の新たな生活様式の中では、コミュニケーションのあり方にも変化があると思います。時代にフィットするツールを活用しながら、お客さまや地域の皆さんと心の通うつながりをこれからも広げていけたらと思っています。

このSNSがきっかけとなった新たな取り組みのひとつが、瓶牛乳のオンライン販売です。

「学校給食で塚田牛乳を飲んでいただけ、今は県外に住んでいて手に入らない」「帰省のたびに買っていたがコロナ禍で購入できない」といった声がSNSに寄せられたことから、学校給食で親しんだあの味を自宅でも楽しんでいた



学乳の製造ライン。2010年には学乳専用瓶を導入し、品質管理の一層の強化を図っている。



## 挑戦しなければ何も生まれない 自ら行動して会社を牽引したい

**塚田 正幸**（つかだ まさゆき）氏 ㈱塚田牛乳 取締役会長  
**塚田 忠幸**（つかだ ただゆき）氏 ㈱塚田牛乳 代表取締役社長

30年に渡って同社を率いた塚田正幸氏（写真右）から、今年4月に社長職を引き継いだ忠幸氏は、1988年生まれの33歳。2015年に入社し、製造部門で経験を積んできた新社長は、「『挑戦しなければ何も生まれない、だからこそ失敗を恐れずに行動する』」をモットーに、次の時代の塚田牛乳をつくってきたい」と意気込みを語る。



**渡邊 翠**（わたなべ みどり）氏  
㈱塚田牛乳 営業部兼広報 栄養士  
営業部兼広報として公式SNSも担当する渡邊さん。栄養士資格も持ち、「健康に関する情報など、牛乳の価値の発信に貢献したいです」と話す。

きたい、瓶牛乳を知らない世代にも良さを伝えたいと考え、オンライン販売を開始します。

**塚田会長** 1960年代に全国で学校給食への国産牛乳の提供が始まったころ、弊社でも県内での学乳提供を開始し、現在は約130校に供給しています。

近年、学校給食の安全性や品質への関心が高まっていることを受け、2010年に学乳専用瓶をつくり、品質に一層の注意を払って提供しています。大切な成長期に弊社の牛乳を飲んで、健康で大きくなってほしいという思いで毎日出荷しているのです。学生時代に飲んだ牛乳を大人になってからも懐かしみ、お求めいただけるのはうれしいことです。

地域の企業や店舗とのコラボではどんな事例がありますか。

**渡邊翠氏（以下、渡邊）** 県内最大規模の産直通販サイト「新潟直送計画」さんで昨年弊社乳製品を販売しています。



④宅配主力商品の「SEND（センド）牛乳」。県産生乳を75℃殺菌し、文字通り鮮度を保って毎朝配達する。①かつての本社社屋。配達用トラックと共にオート三輪が並んでいる。

株式会社塚田牛乳

〒950-0213  
新潟市江南区木津工業団地2番1号  
TEL 025-385-3911(代表)  
<https://www.tsukadamilk.com>

Instagram



Twitter



Jミルクの酪農乳業産業基盤強化特別対策事業では、酪農の担い手確保につながる取り組みを支援しています。今回は長年酪農教育ファーム活動に取り組み、酪農に興味のある学生の受け入れも行っている千葉県(株)須藤牧場をご紹介します。

## 後継者：須藤 健太 (すどう けんた) さん

須藤健太さんは(株)須藤牧場の後継者で4代目(常務)。裕紀さん(父)が代表を務め、陽子さん(母)が専務です。牧場にはアイスクリームなどの乳製品を販売するショップを併設しており、イオンにも出店しています。牧場とお店をあわせて、正社員5名、パート4名を雇用。搾乳牛は約80頭、うち2割ほどはジャージー牛です。6haほど自給飼料(デントコーンとソルガム)を作付けしています。

「私は次男なのですが、幼いころから牧場を継ぎたいと考えていました。両親が楽しそうに酪農を営んでいましたし、やりがいのある仕事だと感じていました。兄は将来の夢がありましたから、私が継がないと牧場がなくなってしまうと思ひ、それは嫌だと思ったのがきっかけです。今、仕事を始めて8年目になりますが、酪農をやめたいと思ったことはありません。酪農や牛は奥が深く、はっきりと正解の出ないところが魅力です。

これからは、牧場全体の技術の平準化と「これからも牧場をつないでいくこと」が一層大切だと考えています。幸いなことに、両親をはじめ頼りがいのあるスタッフに恵まれていますので、今後は経営に専念していくつもりです」と力強く語ってくれました。

## 牧場長：原 正則 (はら まさのり) さん

「須藤牧場では子供たちを受け入れる酪農教育ファーム活動に加え、酪農に興味のある大学生などの受け入れも行っています。また、作業の平準化を目指して農場HACCP認証に向けて取り組んでいます。実習生などの第三者の目線を通じて、普段の飼養管理のレベルアップを図るきっかけになることを実感しています」と牧場長の原正則さん。

「実習生の受け入れに際しては、部屋の掃除はもちろんのこと、シャワールームの整備や家電の準備など、生活基盤を整えることが必要になってきます。特に今年にはコロナ禍ということで、受け入れ準備は念入りに行いました。何かと費用はかかりますので、Jミルクの助成事業はありがたいです。酪農は産業としての認知度がまだまだ低いと思いますので、例えば経験のある酪農家のアドバイスのもと、多くの酪農家が受け入れをできる仕組みの構築や、優良事例の紹介などを今後期待します」と話してくれました。



左から須藤陽子さん、裕紀さん、健太さん、原正則さん

陽子さんは令和3年度農林水産祭の日本農林漁業振興会会長賞(女性の活躍部門)を受賞されました



千葉県館山市にある(株)須藤牧場



育成牛を放牧中

## 中国四国酪農大学2年生：松下 舜 (まつした しゅん) さん

私は非農家出身ですが、動物に興味を持ち、農業高校に進みました。そこで牛に出会い可愛さにひかれたのが、酪農に興味を持ったきっかけです。須藤牧場はSNSで知り、酪農教育ファームや6次産業化をはじめいろいろなイベントを実施しているところに関心を持ち、受け入れをお願いしました。コロナ禍で活動の制約はありましたが、日々充実しており、振り返ってもあつという間でした。

卒業後は、地元長崎県の牧場に就職しようと考えています。酪農を通じて命の大切さを伝え、酪農の本質を多くの方に知ってほしいと思っています。

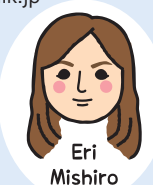


実習風景。左から原さん、松下さん、須藤健太さん

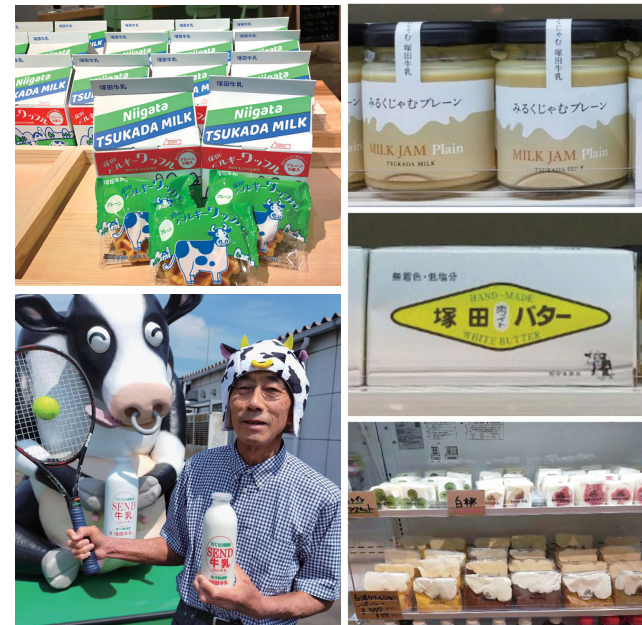
2021年度酪農乳業産業基盤強化特別対策事業は、現在追加募集中！事業の概要や申請要件などはHPに掲載しています。ご不明な点などありましたら、お気軽にお問合せください。生産流通グループ 主任 三代 絵理

✉ e-mishiro@j-milk.jp

TEL 03-5577-7493



Jミルク 生産基盤 検索



① 9月にオープンした産直セレクトショップ「KITAMAE」では、瓶牛乳のほか、バター、ベルギーワッフルといった同社商品を販売中。県産フルーツや米粉を使ったシフォンケーキなどのコラボ商品もある。② 塚田会長の健康の秘訣は、牛乳と趣味のテニス。いまま週に2回はコートに立つという。

さまざまな形状の商品を箱詰めして、いかに美しく届けられるかという点が難しかったです。パッケージ業者と話し合いながら、配送テストを繰り返して修正を加えていきました。また、オンライン販売という新しい取り組みに対する社内での理解醸成と情報共有にも時間をかけて取り組みました。お客さまへの思いを

形にしてお届けすることがこんなにも難しく、また楽しいことだと感じ、関わったことに感謝しています。—— 持続可能な企業として、地域とのさらなる連携などで検討されていることは。塚田会長 弊社は新潟大学農学部とのつながりが長く、授業の一環として飼育している牛の乳を毎日受け入れられているほか、学生さんのインターンシップにも対応しています。また3代目社長の塚田実津江が創設した「新潟大学塚田医学奨学基金」を通じて若手医学研究者への助成活動も行っています。今後県内の企業やイベントとのコラボや協力を通じて、地元新潟とのつながりを深めてほしいと思っています。

もっと大きくなると思い参加させていただきました。弊社では工場で働く社員たちの牛乳や商品への思いを知ってほしいと考え、任意で撮影に協力してもらいました。見ていただいたお客さまとの距離が近づき、乳業会社の仕事を伝えるという点でも、いいきっかけになったと感じています。Jミルクさんは酪農乳業全般に関する多くの情報を提供されており、私たちもいつも勉強させていただいています。今後は地域の乳業メーカーや酪農を支えるさまざまな取り組みを期待しています。

WEBサイトの掲載はこちら



今年9月には直送計画がオープンした実店舗「KITAMAE」(新潟市中央区)さんと店内カフェのスイーツなどでコラボさせていただいております。新潟市秋津区の「にいつ駄菓子」の駅+昭和のなつかし屋さんと公式インスタグラムを通じてつながりが生まれまされた。昭和レトロをイメージした店内には学校の教室を模したスペースもあり、弊社の瓶牛乳をはじめ、学校給食の再現商品の展開などでコラボしています。巨大な蓋開けピックや塚田牛乳の牛がデザインされたスタンドなども作っていた。また、新たな「塚田牛乳スポット」として地域のお客さまに親しまれています。

若手研究者の育成も支援 多面的に深める地域との絆

—— オンライン販売や新たな取引先との関係づくりを進めるうえで、どんな課題がありましたか。

渡邊 乳製品のオンライン販売は初めてだったので、手探り状態からのスタートでした。商品を選ぶとき、届いたとき、箱を開けて味わったとき、かつて学校給食で親しんだ「懐かしさ」と、現在の塚田牛乳をお届けする「新しさ」の両方を感じていただきたと考えました。課題となったのがギフトボックスの作成で、瓶やプリン、ワッフルなどさまざまな形状の商品を箱詰めして、いかに美しく届けられるかという点が難しかったです。パッケージ業者と話し合いながら、配送テストを繰り返して修正を加えていきました。また、オンライン販売という新しい取り組みに対する社内での理解醸成と情報共有にも時間をかけて取り組みました。お客さまへの思いを



①「にいつ駄菓子」では、かつて使われていた木製牛乳箱などが昭和レトロな店舗を彩る。② 塚田牛乳を使ったタピオカミルクティー。抹茶ミルクなど、タピオカシリーズがある。③ 瓶牛乳を味わうこの男性は、塚田牛乳のペンチなども作成した、地元では有名な「レトロ修復職人」。大の塚田牛乳ファンだとか。



## 動物性食品と植物性食品の栄養について教えて

**Q** 栄養的にはそれぞれ長所短所があり、環境負荷もCO<sub>2</sub>排出量や水の利用などに違いがあるため、栄養的価値とのバランスで評価すべきです。右の表は、フィンランドの研究でビーガン食(動物性食品を摂らない)と普通食の栄養状態を比較したものです。ビーガン食はコレステロールが低く健康的に見えますが、コレステロールは細胞膜の形成などに重要な栄養素なので、子供たちへの影響が心配されます。

ACADEMIC RESEARCH Up date Vol.14(Jミルク)

Jミルク アカデミックリサーチ 検索



図表② ビーガン食(動物性食品を摂らない)と普通食の子供が栄養素の血液検査をした結果

コレステロール	普通食 >>> ビーガン食
ビタミンA	普通食 >> ビーガン食
ビタミンD3	普通食 >>> ビーガン食
葉酸	普通食 <<< ビーガン食
亜鉛	普通食 ≈≈ ビーガン食

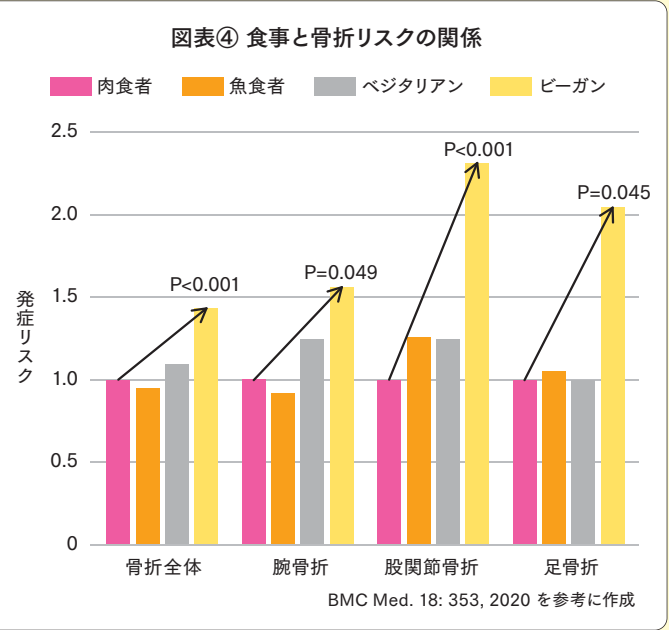
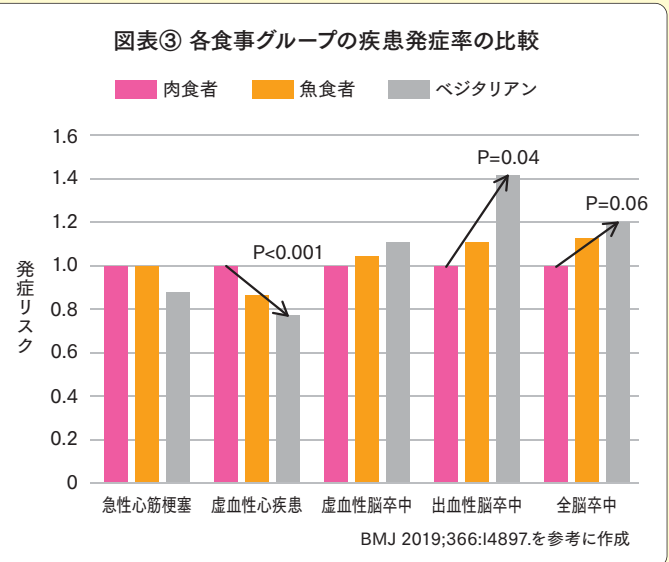
= 有意差なし、> p<0.05、>> p<0.01、>>> p<0.001  
EMBO Molecular Medicine 13: e13492, 2021 より抜粋作表

## 私たちの身体にとってどうなの？

**Q** ベジタリアンやビーガン食を継続すると私たちは健康になるのでしょうか。英国の約5万人を対象とした18年間の追跡調査によると、成人で魚を食べる人やベジタリアン(ビーガンを含む)は、肉を食べる人よりも虚血性心疾患のリスクが低い一方、ベジタリアンは脳卒中のリスクが高いことがわかりました。また、ビーガンの骨折リスクが肉食者に比べて顕著に高く、ベジタリアンと比べても高いことが明らかになりました。ここでのベジタリアンとビーガンの違いは、卵や乳製品を食べるか食べないかになります。

ACADEMIC RESEARCH Up date Vol.10, Vol.11(Jミルク)

Jミルク アカデミックリサーチ 検索



ネットなどのメディアを通じて、牛乳乳製品に関するたくさんの情報が発信されています。科学的な知見やデータだけでなく、中には真偽のはっきりしない“ウワサ”や“ギモン”も。このシリーズでは、そんな気になる疑問を取り上げて、Jミルクの担当者が最新の研究成果を基にわかりやすく解説します。

## そもそもビーガンやベジタリアンって？

**Q** ベジタリアンとは菜食主義を実践する人たちのことで、食生活では肉や魚介類と、それらを含む食品を避けます。一方、ビーガンは“完全菜食主義者”とも言われ、肉や魚介類だけでなく、牛乳乳製品や卵、はちみつなど、あらゆる動物性食品を摂取しません。近年は環境保護運動の高まりから、環境負荷に配慮して動物性食品を避けるため、ベジタリアンやビーガン食を取り入れる人が世界的に増えているとされます。

図表① 一般的な菜食主義(ベジタリアン)の種類

	動物性食品				植物性食品			
	牛乳乳製品	卵	肉類	魚介	豆類	穀類	野菜	果物
ビーガン	×	×	×	×	●	●	●	●
ベジタリアン*	●	●	×	×	●	●	●	●
マクロビアン(マクロビオティック)	▲	▲	▲	▲	●	●	●	▲

\* 牛乳乳製品と卵を食べる一般的なベジタリアン(ラクトオボ・ベジタリアン)  
(ほかにも、乳製品を食べるラクト・ベジタリアン、卵を食べるオボ・ベジタリアンなどさまざまな実践スタイルがある)  
※各種資料を参考にJミルクが作成

オーガニック

オーガニックとは化学肥料や農薬を使わずに自然の循環を利用して生産した農産物や畜産物、水産物を指します。また、オーガニックの条件を満たした原料で添加物を使わずに作られた加工品なども含まれます。安全性が高く環境負荷も少ないことから、身体にも地球にもやさしい食品と言えます。

代替肉・代替ミルク

プラントベース食品とも呼ばれ、大豆や小麦などの植物由来の原料を使って、畜産物や水産物に似せて作られた食品を指します。肉、卵、ミルク、バター、チーズなどの代替となる加工食品が製造、販売されています。植物性食品の健康イメージや環境保護の観点から、ビーガン食の普及と共に取り入れる人が増えています。

あ と が き

魚介類と植物性食品が中心であった日本食に、肉や牛乳乳製品、卵などの動物性食品が適度に融合し、日本に健康長寿をもたらしたと言えます。環境負荷と栄養的価値の観点から、バランスよく食品を選択することが、持続可能で健康的な食事につながると思います。

Shuji Ikegami  
学術調査グループ 部長 池上 秀二  
info@j-milk.jp

# ミルクと生きるひと

We Value Our Relationship.

## ～持続可能な酪農乳業のために～

さまざまな立場で酪農乳業に携わっている人々の思いを、誌面を通じて共有するシリーズです。ミルクと生きる皆さんの言葉から、持続可能な酪農乳業をつくるためのヒントを探っていきます。



### 商品開発に関わりながら 日本食の本質を問い続ける

和仁先生は1955(昭和30)年に東北大学を卒業後、雪印乳業現・雪印メグミルク(株)株式会社に入社されました。当時はどのようなお仕事をされていたのですか。

昭和30年代は経済復興に伴い乳製品需要が拡大した時期で、当時の雪印も本州への事業展開を図っていました。それに合わせて、統計的手法を取り入れた新しい品質管理規定をつくることになり、僕が作業を担当しました。

課題となったのが、食べ物の本質的な品質である「おいしさ」をどう測り、管理するかという点です。当時は乳製品の官能品質に関する国内指標はなかったもので、米国農務省の指標などを参考に、工場で一定の官能品質を保つための手法や、それを評価する統計的モデルなども検討して規格化しました。

その後、米国の大学院で食品の冷凍利用を研究し、帰国後は生産課長として冷凍食品開発に関わりました。多様

な商品を開発する過程で、乳製品だけでなく食品全般に対する広い視野を持つ必要が出てきました。その頃から、日本人の食生活の本質はどこにあり、それが世界的にはどんな位置を占めているかといった点にも関心を抱くようになりましたね。

当初はチーズやバターなどの自社製品を、日本の「みそ・しょうゆ文化」の中でどう売るかという視点から、日本食の原点を学ぼうと思いい、江戸料理の研究会に参加していました。

さらに一企業だけでなく、日本における乳業とは何なのか、どうあるべきかを考えるようになりました。欧米の真似ばかりしていても、日本に乳業は根付かないでしょう。明治期に取り入れた洋装をアレンジして定着させたように、日本独自の乳業(生産形態や企業経営、商品)を確立し、世界の中に位置付ける必要があります。そのためには、インドや中央アジア、中国など、欧米とは異なる乳文化を持つ国々のことも勉強しなければなりません。

梅棹忠夫先生の一連のモンゴル研究、特に乳利用に関する論文や、インド出張時にパニールなどで見られる独特の乳加工体系に触れたことも、こうした課題意識を持つきっかけになっています。食品以外の文化人類学の研究者たちと

### 次の世紀までを見据えた 酪農乳業の設計図提案を

SDGsの視点も踏まえた持続可能な日本の酪農乳業のあり方と、「ミルクの活動への提言をお聞かせください。

まず前提として、家畜を毀損せず乳を獲得・利用する酪農は、肉を利用する畜産とは異なる生産形態だということ。両者を切り離したうえで、酪農がSDGsや食料確保・温室効果ガス削減といった課題にどう貢献できるのかを評価し、発

交流する中で、考えがさらに深まってきました。その一人である石毛直道先生とは、その後の1992年に共著「乳利用の民族誌」を出版しています。

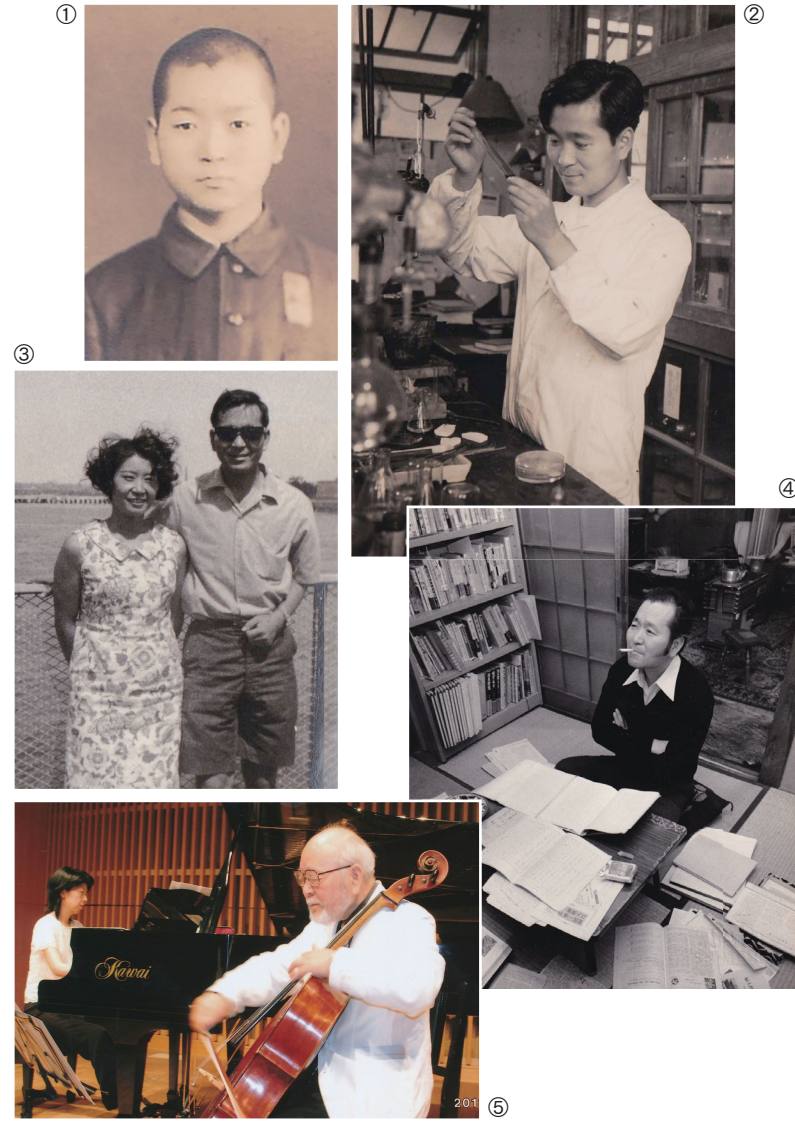
### 仕事と研究に没頭する日々 支えてくれた妻への思い

食文化研究に取り組んでいた50代前半には、社内では商品開発と事業開発の責任者を務めていました。当時開発した商品のひとつに、手で簡単に裂けるチーズがあります。これはしょうゆをつけて食べてもらうことを想定して、フレッシュチーズにうま味調味料を加えて味付けしています。欧米のチーズ作りにはない考えですが、日本人が好むチーズにするためにはそうした工夫も必要なのです。また、乳糖不耐の多い日本人に向けた乳糖分解乳(乳飲料)も開発しました。日本独自の乳文化・乳製品のあり方を研究しつつ、それを商品として具体化できたのは大きな経験でした。



幼い頃は病弱で外出も少なく、「小学校4年の林間学校で、生まれて初めてバツを見たくらい」と笑う和仁さん。滋養のある食品として牛乳を当時からよく飲んでいたという。

## 和仁さんのHistory



①旧制中学入学時(1944年)に撮影した家族写真から ②東北大学の研究室で。「イタコン酸(合成樹脂などの原料となる有機酸)をつくる特殊なカビを研究していました」 ③米国留学時(1966年)、昭子さんと共に。「カミさんは子供を実家に預けて、二人で過ごした時期。新婚旅行みたいなものでしたね」 ④朝日新聞の連載「中年革命」の取材時(1977年)、自宅書斎で。「文献収集には費用がかかる。カミさんは何も言わなかったけど、当時の家計簿には『また本を買ってきた』と愚痴を書いていたみたいです」 ⑤発表会でチェロを演奏。「大学より音楽学校に進みたいって、住みこみでレッスンを受けていたこともあるんです」

信することが大切です。酪農乳業の持続可能性には、食生活における乳利用の定着と、生産手段の持続性という両面がありますが、前者については全く心配していません。例えば乳酸菌のプロバイオティクスを謳うヨーグルトなどの乳製品が、これほど多く店頭に並んでいる国は世界で日本だけで、保健機能に着目した独自の乳利用として定着しています。コウジ菌で発酵させたチーズや酒粕を練りこんだチーズなど、ユニークな商品も続々と生まれています。

一方で、生産手段の持続性を高め、乳原料を安定的に確保していく点には課題もあります。平地が狭く斜面の多い国土を考慮すると、やはり中山間地の酪農利用の促進が今後の重要政策になると思います。世界人口の増加で食料輸入はこれまでより困難になるでしょう。国土を有効活用して食料生産力を増強することは、国の自立性を高めるうえでも重要です。

土地利用の見直しには法改正が必要ですが、国民の合意形成も欠かせません。生産側と消費側の双方の視点を取り入れて、50年後、あるいは次の世紀の日本酪農のあり方を示す設計図をつくり、政治や国民に提案していくことが大切です。そうした一人ひとりの声や情報を束ねるコア組織として、Jミルクが大きな役割を担っていくことを期待しています。

WEBサイトの掲載はこちら

# 酪農乳業のいまがわかる Jミルクの最新コンテンツ

国内外の酪農乳業界のSDGsに関する取り組みや、海外市場の最新トレンド、コロナ禍における食生活や牛乳乳製品利用の変化を見る調査結果など、注目の情報をいち早く発信する、Jミルクの最新コンテンツをぜひご活用ください。



New-Washoku 乳和食

# #乳和食eラーニングやってみた!

J-milk School

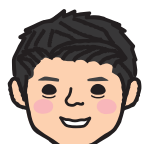
2021年7月末より運用スタートした新・学習用コンテンツ「eラーニング・乳和食基礎講座」は、私たち日本人の健康長寿のために「和食に牛乳を使うこと」がなぜ有効なのかを動画で手軽に学べます。すでに受講された方からのコメントをご紹介します。

ばくに親しみを感じたと  
言ってくれた人もいますよ。  
これを機に、みんなも  
自分の健康のことを  
考えてもらえるとうれしいな



ジェイさん (30代・男性)  
ラーメンとビールが大好き。  
今まで健康を気にしたことがなく、好きなものを食べ、運動もしない生活をおくっている。

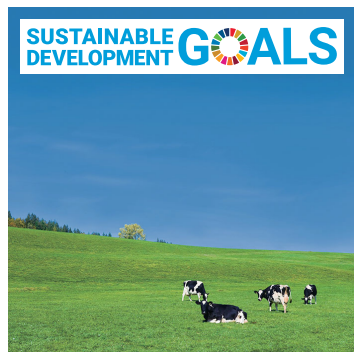
## 「酪農乳業戦略ビジョン」特設サイト (SDGs関連情報)



Yoshikazu Seki

生産流通グループ 課長  
関 芳和

酪農乳業の明るい未来に向けた戦略ビジョンを実現するため、酪農乳業が一体となったイニシアチブ構築に向けた会議等の検討経過やSDGsに関連する国内外の情報をご覧いただける関係者限定サイトを随時更新しています。また、これからの酪農乳業におけるSDGsに関する取り組みについてオンライン等で個別にご説明いたしますのでお気軽にお声がけください。



詳細はこちら



Jミルク 戦略ビジョン 検索

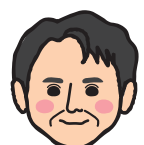


Hirofumi Shibata

生産流通グループ  
柴田 浩文

これまで酪農乳業戦略ビジョンニュースでは、「アニマルウェルフェア」、「環境(酪農の現状と課題や日本とEUの環境政策)」、「ビジネスと人権」、「食と栄養」、「地域社会と経済」などさまざまなテーマを関係者の皆さまにお届けしてきました。今後も酪農乳業の持続可能性を確保するために理解醸成が必要不可欠な情報をわかりやすい形で発信していきます。

## 国際Dairyレポート



Koichiro Shin

国際グループ 部長 新 光一郎

世界の酪農乳業をめぐる動向や直面する課題、牛乳乳製品に関わる市場のトレンド、国際組織の活動などをまとめた情報誌「国際Dairyレポート」は、第6号の発行を迎えました。今年は国連食料システムサミットや東京栄養サミットが開催され、食の持続可能性が国際的に議論されています。本誌でも毎号最新の情報をお伝えしています。

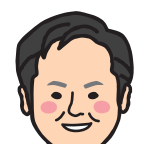
詳細はこちら



Jミルク 国際Dairyレポート 検索



## 食生活動向調査



Takehito Ito

学術調査グループ 次長 伊藤 岳人

牛乳乳製品の消費とコロナ禍の影響との関係を探る目的で、2020年4月より継続的に食生活動向調査を実施し、今年度内にはこれらの調査結果を総括する予定です。今後は、コロナ後の持続可能な社会の実現に向けたSDGs、エシカル消費、リサイクル活動、環境問題等に関する新たな調査項目を設定して食生活動向調査を展開していきます。

詳細はこちら



Jミルク 食生活動向調査 検索



ジェイさん

eラーニングって自分のペースで学習できて便利みたいだね。乳和食講座を受講しようと思った理由を教えて!



乳業メーカー

乳業メーカーで食育活動をしています。牛乳や乳和食についての新しい知識を身につけて日ごろの活動に役立てたいと思ったからです。



管理栄養士

なんとなく知っている「乳和食」について、栄養指導に取り入れるために勉強したいと思いました。



教育関係者

家庭科の授業の教材として、地域の食材を生かせる「乳和食」の学習に取り組んでいるからです。



管理栄養士

高齢者の食事作り、料理教室、栄養の話などを仕事にしていますが、乳和食を学習して減塩食の参考にしようと思いました。

ジェイさん

今まで全く健康のこと気にしていなかったんだけど、ハッとしましたよ。みんなは実際に受講してみてどうだったかな?



乳和食指導者

何度も繰り返し見られるので助かります! コロナ禍でこのような機会があるのはとても良いです。オンラインなので、年齢関係なくどんな人でも利用しやすいですね。



管理栄養士

非常にわかりやすいので、専門職はもちろん、栄養の知識があまりない方にも勧めたいと思うプログラムでした。



団体職員

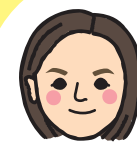
内容がステップごとに分かれているところ、キャラクターが親しみやすく楽しく受講できるところ、学びたいときに学べる、時々テストが入るところがとても良かったです!



管理栄養士

受講時間がちょうど良いと思います。キャラクターと人の掛け合いは、乳和食を知らない人でも親近感が湧き学習しやすく、動画が入っていることもとてもわかりやすいです。

## 牛乳摂取のメリットを楽しく学べます!



Yuko Lafolie

コミュニケーショングループ 主任 ラフォリ 裕子

Jミルクでは牛乳乳製品に関する国内外の研究情報を収集し、発信しています。当eラーニングは、その研究情報が私たちの健康にどう関わるのか実感しながら学べる教材となることを心がけて制作しました。まずはご自身で試していただき、ぜひ周りの方へもおすすめしてください! 多くの方が「牛乳のちから」を再発見する機会となれば幸いです。

各STEPでは  
理解度を測るための  
チェックテストがあります。



“調味料+ミルク”をマスターする  
おいしい減塩レッスン



レシピ: 小山 浩子さん (料理家・管理栄養士)

一般的には、つなぎに卵、味付けに塩を加えて作るつくねですが、「ミルクマヨネーズ」が卵と塩代わりに。えびの臭みが消え、ミルクのコクとまろやかさが素材のおいしさを引き立ててくれます。もっと簡単に作りたいという方は、鶏ひき肉で作ってみて下さいね。その場合はぜひ生姜をプラス! おでん種にしてもおいしいですよ。



えびマヨつくねのごま揚げ



1人分 317kcal 塩分0.4g

【材料 4人分】

- |   |       |            |            |                |
|---|-------|------------|------------|----------------|
| A | 牛乳    | ..... 大きじ3 | えび         | ..... 300g(正味) |
|   | マヨネーズ | ..... 大きじ1 | 大和芋(皮をむいて) | ..... 60g      |
|   |       |            | 白こしょう      | ..... 少々       |
|   |       |            | いりごま(白)    | ..... 90g      |

【作り方】

- 1 えびは表面の水分をペーパータオルでふいてから包丁で薄くそぎ切りにし、フードプロセッサーまたはすり鉢ですり身にし、ボウルに入れる。
- 2 大和芋はすりおろし、1に加えて混ぜ、さらにA、こしょうを加えて混ぜる。
- 3 パットにごまを入れて広げ、大きめのスプーンで2をすくい入れて表面全体にごまをまぶす。
- 4 サラダ油(分量外)を170℃に熱して3を入れ、2-3分かけてカラリと揚げる。

ホームページでチェック!

ほかにも「乳和食のレシピ」いろいろ!

乳和食 検索



牛乳、ヨーグルト、スキムミルクetcを楽しみたい♡

見た目もおしゃれで、とっても簡単に作れるレシピあります!忙しい人、普段あまり料理をしない人にもおすすめです。



レシピは順次公開中



気分があがるミルクレシピ 検索

編集後記



Hiroko Suzuki

酪農乳業界がお互いの立場を超えた大局的見地を持ち、いかにしてこの厳しい難局を乗り越えるか。この業界には私にとって性別問わず“ヒーロー”みたいな方々があります。「自分たちの未来のためにそれぞれが今できることを」という言葉をいただき、今こそ「業界が思いを一つに」と胸に刻んでいます。

info@j-milk.jp

コミュニケーショングループ 課長 鈴木 浩子

Information

(p13参照)

「酪農乳業戦略ビジョンニュース」  
無料でお届けします!



ご希望の場合は①~⑦をご記入の上、[詳細はこちら](#)メールにてお申込み下さい。

supply-chain@j-milk.jp

- ①郵便番号 ②住所 ③団体名 ④ご担当者名 ⑤電話番号 ⑥希望する号数と部数 ⑦活用用途



Jミルク 戦略ビジョン 検索

この冬は毎日牛乳買いに行こう!  
あなたのミルク鍋、教えて。

2021年は丑年!



詳細はこちら



Jミルク #私のミルク鍋 検索

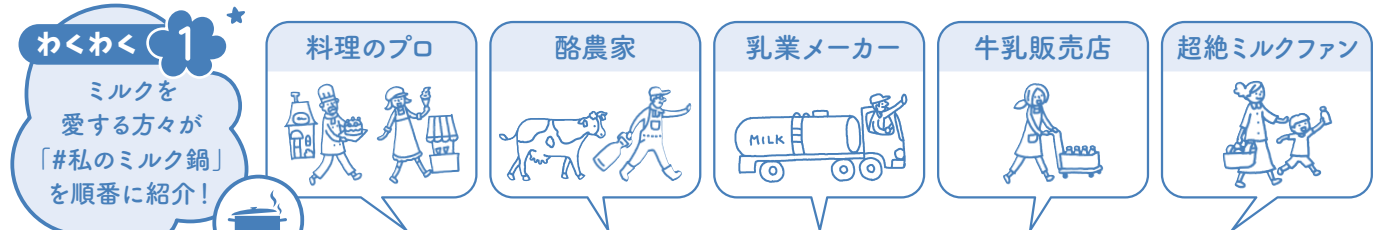
企画概要

- ★企画名: 第3弾「#私のミルク鍋」
- ★期間: 2021年12月~2022年2月
- ★目的: 消費者及び酪農業界関係者による牛乳を多く使った「ミルク鍋」キャンペーンを展開し、飲用牛乳の利用促進を図る(p2参照)
- ★内容: 牛乳を使った「ミルク鍋」を作り、写真をSNSに投稿
- ★ターゲット: ミルクファン(消費者)、酪農乳業関係者、ミルクインフルエンサー



全国の酪農乳業関係者、一人ひとりの力が必要です。

大切なお願い



わくわく2 冬休みに親子で楽しめる何かが起きる!

わくわく3 料理プロガーやインスタグラマーも参加! レシピを真似しちゃおう!

わくわく4 牛乳好きなら手に入りたい! 「気分があがるグッズ」が当たる!

お知らせ 第2弾「#ミルクのバトンリレー2021」動画公開  
日本中から届いた「ありがとう」が動画に

6月の「牛乳の日・牛乳月間」に、酪農乳業関係者とミルクファンが「ありがとう」のメッセージをSNS上で伝えあった「#ミルクのバトンリレー2021」。全国から1000件を超える写真や動画が寄せられました。Jミルクから感謝の気持ちを込めて、ミルクでつながった大きな「ありがとうの輪」を動画にしました。公式YouTubeチャンネルでぜひご覧ください。



動画はこちら



公式Instagramをフォローしてね!

