

# センターサポーター通信 Vol.4

## センターサポーターとは??

センターサポーターはセンターの応援団です!!  
 パルシステム商品の魅力や、使い方、アレンジレシピなどを紹介したり、リモート学習会・交流会などを行います♪

甲斐センターサポーター通信はHPにてカラー版を公開中です!ぜひご覧ください☆

パルシステム山梨 センターサポーター



### 産直連続講座

「も～おいしくてとまらない★牛乳のは・な・し」を開催しました

11月15日甲斐センターサポーター主催 産直連続講座

「も～おいしくてとまらない★牛乳のは・な・し」をオンラインで開催し、16名の参加者と一緒に「いわて奥中山高原の低温殺菌牛乳」について学習しました。

牛乳といえば、私達の生活に無くてはならない身近な商品。

1本の牛乳について意識がガラッと変わる、そんな貴重なお話を酪農家の久保さん、西館さん、川又さん、奥中山高原農協牛乳の五十嵐さんから伺いました。

### ●岩手県奥中山高原とは?●

青森県との県境にある岩手県北部の地域。夏は涼しく牛が過ごしやすい環境。逆に冬はマイナス20度にまでなり積雪が1mを記録することもある厳しい自然環境です。

### ●現在に至るまでの工夫と努力、そして協力●

厳しい環境の中、かつては150軒近くあった酪農家も現在では30軒ほどまでに減少。

そんな中、自分たちの生乳を自分たちで売りたいという思いから、1999年奥中山に牛乳工場を設立。牛乳は、鮮度のいい生乳が不可欠であり、工場は酪農地帯の中央に位置し、各酪農家の牛舎から半径10km以内の場所にある。美味しい牛乳を作りたいという想いから、NON-GMOのこだわりの牛乳を5軒の酪農家が挑戦しています。

※2005年 パルシステムは、奥中山高原農協牛乳と産直提携

### ●後継者不足という問題・・・●

酪農業は仕事量が多く、後継者不足が深刻な問題となっています。

解決のためには、作業の省力化とノウハウの共有が必要不可欠であると久保さんは考え、仲間と資金を出し合い、2020年にNON-GMO原材料を100%使用した栄養バランスの良い『TMR(混合飼料)』を生産できるセンターを設立。個々の牛に合わせた体調管理ができるメリットもあり、飼料の生産・管理を仲間と共同で行っています。

その他にも牧場では、自動給餌機、自動離脱式搾乳装置などを導入しており、自家生産する飼料は、5軒の農家で協力して作業を行っています。(飼料畑の面積は、なんと!!東京ドーム25個分以上!)

→農家1軒1軒の機械を減らし、協力して作業することで、コスト(機械の維持費など)や手間が大幅に削減したそうです。

### ●美味しい牛乳の理由

\*牧草やデントコーン(飼料用トウモロコシ)などの牛の飼料の約7割が自家生産。残りの約3割も国内外のNON-GMO原料を使用。(輸送、管理証明書あり)

\*工場と生産者の距離が近いので、鮮度のいい生乳を確保することが出来る。

\*低温殺菌牛乳→牛乳の本来の美味しさを引き出せる。風味がいい。65℃で30分間かけて殺菌。(通常は130℃2秒間で殺菌)

\*多くの組合員に牛乳を提供したいが、限られた生乳であるため本数を増やすことはなかなか難しいが、何とか現状維持していきたいとのこと。(子牛を育てるのに約2年かかるため、すぐには増やせないそうです)

我が家では離乳食開始と共にパルシステムに加入し、初めから飲んでるのがこの牛乳です。毎回美味しく飲んでおり、子供は他の牛乳だと飲まない事も有るくらい格別に美味しいです。美味しさ追求の為殺菌温度だけでなく、自家栽培の牧草やデントコーンにもこだわっていると、職人のプライドを感じました。365日24時間、動物相手は休みがありません。こんな重労働をたったの5軒の酪農家さんでまかなっています。少しでも助けになる様にパルシステムでは様々な取り組みを行っていますが、一番嬉しいのは1杯でも多く牛乳を飲んでもらう事だそうです。

購入できるのが週一回、賞味期限も短いのもう一本購入を増やすのはなかなか大変ですが、積極的に料理に使うなりして増やしていきたいと思っております。私はお好み焼きやお味噌汁に牛乳を入れています。皆様、何か良いアイデアがあれば是非教えて下さい!

学習会に参加して



とっても感動しました!  
ぜひご覧ください!(^^)!

「たった5軒の挑戦者たち」  
 パルシステム公式  
 YouTube をチェック!  
 2次元コードからでもOK

### =牧場の1日=

\*牛は毎日乳を出すため、365日無休!!

- 5:30 起床
- 5:40 作業開始 (餌槽清掃・給餌・牛床清掃)
- 6:30 搾乳開始
- 8:00 搾乳終了 (搾乳機洗浄・集乳車到着)
- 8:30 朝食
- 9:00 給餌 (牛床清掃・哺乳)
- 10:00 畑作業 (春～秋)
- 12:00 給餌 (牛床清掃終了後昼食)
- 13:00 畑作業
- 17:00 餌槽清掃・給餌・牛床清掃・哺乳
- 19:00 搾乳開始
- 20:30 搾乳終了 (搾乳機洗浄・給餌)
- 21:00 作業終了
- 21:30 夕食
- 23:00 就寝



畑作業は天候に左右されるため、忙しいときは睡眠時間が2~3時間になる事も!冬は除雪作業もあるため、寝てられない。

NON-GMOの生乳は他の生乳との混入を防ぐため、集乳車が朝一番に回収して工場へ

負担を減らすためのヘルパー制度もあるが、コストがかかり中々難しいのが現状。

雪が降る前にデントコーンを収穫。牧草は1年に3回刈り取ります。

## タオルを贈る運動

パルシステム連合会は1985年から、酪農生産者へ「タオルを贈る運動」に取り組んでいます。酪農生産者は、搾乳時に牛の乳房の感染防止や搾乳機器の掃除、牛舎内の清掃のために大量のタオルを使用します。このため、組合員の家庭で保管されている贈答品など新品のタオルを酪農の生産に生かそうと呼びかけるのが「タオルを贈る運動」です。

ご協力  
 お願いします

詳細は今週配布のチラシをご覧ください。

## 「いわて奥中山高原の低温殺菌牛乳」の推しコメント★

パルシステムでは、「こんせん72牛乳」や「酪農家の牛乳」など幾つかの牛乳の取り扱いがありますが、是非1度「いわて奥中山高原の低温殺菌牛乳」を飲んで欲しいです。岩手で5軒の酪農家さんが、沢山の牛と向き合ってパルシステム組合員のためだけに、日々切磋琢磨しながら牛と向き合っているらしいです。そのまま飲むのもよし、料理に使うのもよし...今の時期は花見糖を少し入れてホットミルクで飲むのもオススメです。特別価格で企画されることもありますので、是非お試しください!

「いわて奥中山高原の低温殺菌牛乳」  
 1000ml  
 278円(税込300円)  
 毎週企画



# 甲斐センターモニター活動中♪

甲斐センターモニターとは、パルシステム山梨に加入されて2年以内の組合員さんを対象に、センターサポーターおすすめ商品を7月・9月・11月・1月・3月の計5回お届けしてアンケートにお答えいただいています。

=7月お届け商品=

## 餃子にしよう！



### ★おススメポイント★

- <Point①>：「顔の見える」産直原料！>
- <Point②>：プラ削減のため、トレイ不使用！>
- <Point③>：化学調味料に頼らないシンプルな味付！>

### モニターさんの感想～一部抜粋～

- ・子供たちはおいしいと言って食べていました。説明通りに焼いて、ごま油を1周回しかけ、強火で1分ほど焼いたらパリパリになった。
- ・すべて国産の材料を使っていて、このお値段はとても良心的で安心していただけます。
- ・気になる添加物を使用していないだけでなく、非遺伝子組換えのコーンスターチ(とうもろこし)・しょうゆ(大豆)を使用している為、安心して食べる事が出来ました。
- ・餃子は小さい子どもがいると一から手作りする時間がなく、でも、これは材料も安心で、子どもをあまり待たせず、美味しい餃子が食卓に並べられて助かりました。
- ・餃子は冷凍庫にだいたい常備しています。おかずがなにもないときに、コレだ！と使っています。そこらの冷凍餃子よりずっとおいしいです！手軽においしく食べられるので、また購入します。
- ・皮がしっかりしているので、水餃子にいただきました。市販のケミカルな餃子とは違い、餃子らしい懐かしい味わいでした。
- ・トレイを省いているのに皮の欠けがほとんどなくて良い。
- ・4歳の娘も美味しく食べてくれて、皮が特に気に入ったようです。



調理した様子を教えてくださいました♪

20個 350g  
398円(税込430円)  
毎週企画

=9月お届け商品②=

## 産直たまご&ほうれん草のスープ

- <Point①>：卵とほうれん草はいずれも産直原料を使用！>
- <Point②>：化学調味料不使用。チキンエキスがベースです！>

### モニターさんの感想～一部抜粋～

- ・お湯を入れると市販の即席スープと違って、具材がはっきりわかる状態にもどる。味は濃すぎず、高齢者の私たち夫婦にはありがたい。
- ・卵はフワフワ&ほうれん草たっぷりで優しい味。
- ・乾燥ほうれん草が細くて食感が悪い。卵はふんわりしていて良い。
- ・フリーズドライとは思えない、ほうれん草と卵だった。おすすめの食べ方(雑炊)にして朝食になった。
- ・色がきれいでお弁当に添えたり、一品足りない時にさっと使えていいと思います。
- ・やわらかなお味でした。少し物足りなく感じたので、酢と、ブラックペパーを入れていただきました。
- ・優しい味わいで、子供達も気に入ったようだった。
- ・固形スープは非常食にもいいので今後注文候補にします。
- ・優しい塩気のスープで美味しかった。欲を言えばにんじんなどの赤色があればもっと良いと思った。



5.5g x 5食  
398円(税込430円)  
次回企画：1月4回

=9月お届け商品①= 圧搾一番搾り菜種油



1250g  
872円  
(税込942円)  
毎週企画

- <Point①>：希少な非遺伝子組換えの菜種だけを使用！>
- <Point②>：一番しぼりだから、繰り返し使える！>

### モニターさんの感想～一部抜粋～

- ・油の製造過程が信用できる。使ってみて、油にクセがないので、サラダオイルやオリーブオイルの代わりとしても使える。
- ・菜種油・100%非遺伝子組換え原料の油の使用は初めてですが、調理後油っぽくならず、香ばしく感じました。
- ・サラッとしていてクセがなく良かった。お菓子づくりにも使ったが、他のオイルに比べてさっぱりとした感じに仕上がって食べやすかった。
- ・クセがなく、サラッとしていて色々な料理に合わせやすい。
- ・貴重な1番絞りの油が、こんなに良心的な価格でありがたいです。揚げ物も、もたれずにいただけます^^
- ・使用感は普段使っている油と変わりは無かった。炒め物に使った時に油っこくならなかったのは良かった。
- ・菜種油は、市販ではもっと安く手に入りますが、「高い、安い」ではなく、多少高くても堅実な材料、製造過程であることが大切だと思います。またそれを受け入れて購入する私たち消費者の意識を高めることが、食料の国内生産をすすめていく第一歩だと考えます。
- ・今まで揚げ物もオリーブオイルでしたが、今回でこの油は酸化しにくいとわかった。



## 10/11 モニター交流会開催★

### 参加者の皆さんの感想～一部抜粋～

- ・皆さんのおすすめ商品を聞いて良かった。育児中なので、なかなか他の方との交流がないので、楽しめました。
- ・一方的な紙媒体と違い、顔を見てコミュニケーションできるので、より身近に感じられました。
- ・色々な方の利用している商品や、どう使えば使いやすいかなど、zoomを通して直接聞いて今後のパルシステムの利用のアシストになりました！
- ・商品紹介(一言)が一番役に立ちました。(お魚おいしいんだ!?)
- ・生協活動の意識作りもなんとなくわかりました。

# 新春 お年玉くじ企画

日頃の感謝を  
だめて



\*鯛は景品ではありません

いつも甲斐センターサポーターを応援して頂きまして誠にありがとうございます<(\_)>日頃の感謝をだめて、ささやかながら皆様にお年玉をご用意しました。

- ♪参加方法♪
- ① 下記のアンケートをご提出して下さい。
  - ② 組合員番号の下3桁で抽選
- \*当選発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

## アンケートに答えてスタンプをためちゃおう！！

6回発行予定のセンターサポーター通信を読んで、アンケートに答えて、サポーター通信のスタンプをゲット!! たまったスタンプの数に応じてプレゼントをご用意しています(抽選の場合有)。ご参加お待ちしております♪

途中参加OK!!

アンケートはこちら

✕ キリトリ ✕

Q. 今回の通信を読んで「いわて奥中山高原の低温殺菌牛乳」を注文しようと思いましたが?

- ① したい
- ② しない
- ③ いつも注文している
- ④ 検討中

★通信のご感想・ご意見・サポーターへのメッセージ等もお待ちしております(\*ω\*)

\*スタンプはセンターサポーター通信のアンケート回答で1スタンプとなります。  
\*スタンプの管理はパルシステムが行います。

二次元コードの場合は、件名に「サポーター通信」、本文にアンケートの回答、組合員名、組合員番号をご記入の上送信して下さい



組合員名： \_\_\_\_\_

組合員番号： \_\_\_\_\_

※J外掲載 OK・NG ■×切：2023年1月13日(金)  
送り先：活動支援課 秋山・興石まで