ひまわり

2019年
7月22日
No.1323

生活協同組合 あいコープふくしま
郡山市安積町日出山1－110－1
Tel 024-956-0011　Fax 024-956-0055
フリーコール　0120-910-408

もくじ

① 放牧パスちゃんシリーズ(上)
② パスちゃんの健康を支える山麓歩き、リラックスする空間、家族でながめやま牧場へ
③ パスちゃん写真集
④ パスちゃん de アイスクリーム レシピ、総代会発言と感想に学ぶ
⑤ あいコープ商品の魅力と感動ストーリー、安全な食品買える喜び
⑥ 生産者からのお便り、愛菜箱・露地ものカス、
⑦～⑩

ローカル商品のご案内（８月１回）はうしろのページからです　ホームページ http://icoop-fukushima.jp　CO・OP共済に関するお問合せは、フリーダイヤル 0120-212-107

放牧パスちゃんシリーズ(上)

パスちゃんの健康を支える
山麓歩き　リラックスする居住空間

＝ ながめやま牧場 訪問報告（6月30日）＝

パスちゃん牛乳のスッキリさ、コク。パスちゃんヨーグルトのクリーミーさと甘みの秘密を知るために、放牧パスちゃん誕生・成育の地、ながめやま牧場を訪問しました。案内は松岡副(牧)場長さんです。

あいコープふくしま・・・ 今日はお世話になります。見学しながら説明をお願いします。この建物が、牛さんが日常居住する「フリーバーン(開放牛舎)」ですね。天井の高さがすごいですねえ。

松岡副場長さん・・・ 牛は寒さに強いんですが 高温と湿気には弱く、それが乳量や体調の悪さに関係します。長さ100mの通路、仕切りのない広い空間と高い天井で自然の風と光が入り、暑い夏は、天井の大型扇風機も回します。

あいコープ・・・ 牛さんは、柵から自由に顔を出してますね。通常の牛舎では 鼻輪やつなぎロープで 固定されていますが、それは全くありませんね。

松岡さん・・・ これがフリーバーンの特徴で、牛は自由に歩き、休み、この柵から顔を出してエサを食べることが出来ます。牛舎内では、自由に動きまわれるので、ストレスがたまりません。

牛が自由に歩き、休め、群れで暮らせる広い空間(フリーバーン牛舎)
牛舎の臭いやハエが気にならない！ 乾草の香りがしました。

松岡副場長さん

放牧場を駆ける牛さんたち!!

(ながめやま牧場 提供)

あいコープ ・・・ この「居住空間」に柵が見えますが

松岡さん ・・・ 牛を、出産直後・妊娠中・乾乳期（妊娠に向けて準備中）を柵で大区分しています。
山麓への放牧は季節によって違いますが、
朝と夕の2回です。柵を開けると一斉に放牧場へ走り出します。

あいコープ ・・・ 牛さんの表情・目・毛並みがきれいで、ストレスがなく健康な牛に見えます。それにこの中に入ると乾草の芳しい香り、乳酸発酵のにおいがして、牛舎一般の嫌な臭さがありません。それにハエの姿も全く見えません。普通の牛舎では、特有の悪臭やハエの発生がありますが、ながめやま牛舎は（フリーバーン）違っていますね。

松岡さん ・・・ エサの乾草の香りですね。また、牛舎内に厚く「敷きふとん」になっているのは、発酵堆肥に「樹の皮」を混ぜたものです。
放牧に出て行った後に大型機械で堆肥を出し、新しいものと入れ替えます。そんな事でハエも悪臭も出てないのかもしれません。

あいコープ ・・・ 良くわかります。牛が発酵した乾草を食べることで消化・吸収が良く悪臭の元、窒素分が少ないふん尿になり、牛舎内（フリーバーン）が微生物優位の状態で風が入り、腐敗菌が増えにくい環境になっているんですね。また山麓放牧の為ふん尿が自然に3遍されてることも大きいように思います。

あいコープ ・・・ 先ほど話された山麓への牛の放牧効果はどんなことでしょうか。

松岡さん ・・・ 山の斜面を歩くことで足腰が強くなったり、放牧地の草（粗飼料）を食べることで胃の乳酸菌が活性化して胃腸の働きが強まり、健康力が向上し、出産率も上がっていると思います。

あいコープ ・・・ （柵内で牛の受精のお仕事中の受精師さんに）放牧牛と※つなぎ牛舎と違いはありますか？

受精師さん ・・・ はっきり言って違うね。放牧牛は妊娠適正期になると顔の表情と体の変化があるね。つなぎ牛の方はどうもはっきりしないね。
やっぱり健康力の違いだね！（松岡さんも倒りでうなづく）

※鼻輪に鎖をつけて狭い牛舎につながれています。（大部分はこちらです）

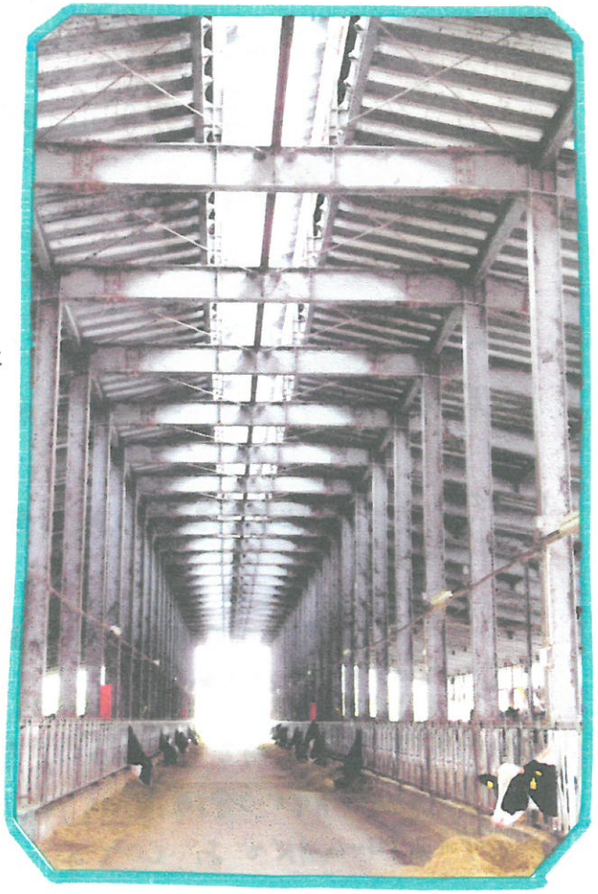
あいコープ ・・・ 私たちはじゃれつき遊びの活動で「食べる、遊ぶは子どもの二大生き甲斐」を学んできました。今回の松岡さんの話からも、乳牛が山麓を歩く、フリーバーン牛舎で群れで暮らすことが大切であると共通していました。
次回はながめやまの飼料（食べること）と牛の健康について報告します。

（ながめやま牧場には6月30日、理事5名が参加し、それぞれの報告書が書かれています。それを「ひまわり」用にまとめました。）

家族でパスちゃんの故郷 ながめやま牧場へ

日時	9月7日（土）
訪問地	放牧ながめやま牧場 （山形県 飯豊町）
目的	放牧パスちゃん 牧場見学 エサやり、乳飲ませ体験会
参加者	組合員とその家族（同居）.
参加費	一家族500円（バス代・資料代） 昼食は、持参か、事前に申込み（有料）となります.
日程・定員	（郡山あいコープセンター 1台）（福島市サンライフ 1台） 大型バス2台 45名×2＝90名
申し込みとメ切り	別途 申し込み書（メ切り 8月20日）をお届けします. （7月29日（月）～） 早めに申し込み下さい。

自然の風・光が通り、自由な空間でリラックス

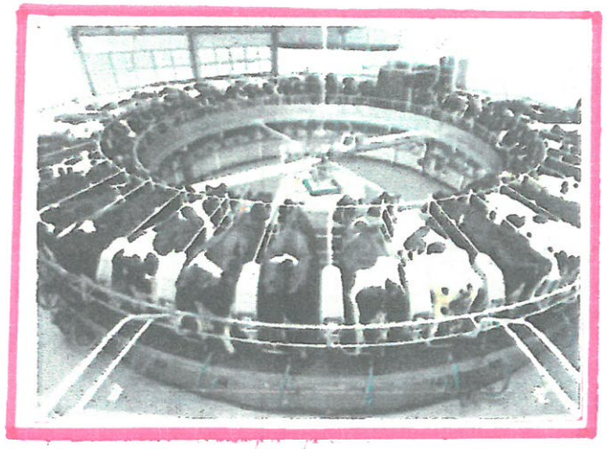


牛舎内には
乾燥させた
敷料を充分に
そしていつも
交換を

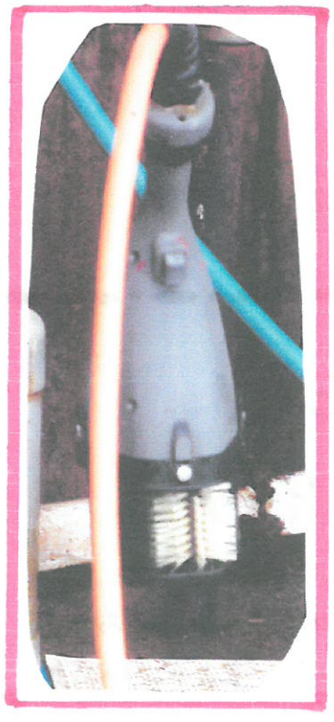
縦の長さ100m、真ん中に広い通路と食事。天井がとても高く、大型扇風機が取りつけられ「吹き抜けのリビング」のよう。左右は柵の区切りがなく、自由に好きな場所に歩きまわり、休める牛舎で、牛がリラックス♪

エサを求め、自由にどこからでも顔を出している。
鼻輪も鎖もなく、耳に黄色の管理番号カードだけ。
顔が、目が、すっきりしている✨

"ロータリーパーラー"



1度に30頭が搾乳
メリーゴーランドのように
1周で終了し、出ていく。



"乳頭洗浄機"
このブラシで
4つの乳頭を
きれいにします。

パスちゃん、乳房と乳頭が汚れていない
ところに注目!!

しかし国内の酪農では繋ぎ止めで、狭い牛床に立っていてその上に腹ばうしかない。自分のふん尿が乳房・乳頭にべったりと…。乳房炎や生乳の菌が増加する。

～乳酸発酵の香り～　乾草に喰いつく
エサやり体験します！

パスちゃんヨーグルト de アイスクリーム

材料（作りやすい量）

- パスちゃんヨーグルト ・・・・ 1/2パック
- よつば生クリーム ・・・・ 1パック
- 花見糖 ・・・・ 大さじ4

お好みで季節のフルーツを入れてもおいしい
ジャムでも。

① 生クリームに花見糖を加え、8分立てにホイップする

② ①のへパスちゃんヨーグルトを入れよくまぜる。
（フルーツもここで入れる）

③ ン冷凍庫で固めてできあがり！

※ 食べる少し前に冷凍庫からだしておくとアイスクリーム状でおいしいです。

パスちゃん＋花たまごアイスクリーム

○ 子どもの頃に食べた、母が作ってくれたなつかしのアイス

- 花たまご
- パスちゃん牛乳
- 花見糖

} お好みで全部丁寧に混ぜ、弱火にかけ、粗熱をとったら、
（花見糖は完全に溶かす）
冷凍庫でかためる
（時々混ぜながら・・）

※ 固めてからフードプロセッサーにかけるとバニラアイスクリームのようです。

製氷皿で凍らせて一口ずつ、ジップロックで薄く凍らせてパキパキ折って、もOK！保存しやすく、食べやすいですよ！

ローカル案内

000701	横田さんの冷凍いちご	500g（720円）
000702		150g（220円）

まんま通信

3	花たまご	10ヶ（279円）
2	放牧パスちゃんヨーグルト	400mℓ（235円）
1	放牧パスちゃん牛乳	1000mℓ（257円）

横田さんの冷凍いちご＋パスちゃんヨーグルトシャーベット

○ 池上家おすすめシャーベット

- パスちゃんヨーグルト
- よつ葉の生クリーム
- 横田さんの冷凍いちご（凍ったまま）

} ミキサーでガーッとまぜるだけ！
そのままゆるいシャーベットで食べられます♡

北拡大地区委員会で話題に！

総代会発言と感想に学ぶ②

あいコープ商品！お伝えしたい！
一言では語れない感動ストーリー

私には1才5ケ月の息子がいます。出産間際からあいコープを始め、なかなか買い物に行けない時期をお世話になり、今もまたベビーカートなど嫌がる時期で、本当に助かっております。5月のウェルカム交流会に参加し、あいコープ商品の魅力を深く知りました。商品ひとつひとつに一言では語れない感動ストーリーがあり、生産者さんとあいコープの熱い思いが詰まっていて想像以上にこだわって作られていることを実感しました。

次ページ続く

続き

また、消費者に安心・安全なものを届けたいという思いがすごく伝わってきました。
交流会に集まった組合員さんたちは とても意識の高い方々ばかりで、話を聞いてるだけで勉強になり、たくさん刺激をいただきました。
そのフレッシュな商品と、フレッシュな組合員さんのエネルギーから、もっとあいコープが広まって消費者側の意識が変わっていけばいいなぁと心から願っています。本当に良いもの・本当に安全なものの価値が分かる人が増えていかないと、そのような商品は残らないので、さらに荒んだ世の中にしないためにも、あいコープふんばり時だと思います。
女性には女性ならではの大仕事が人生において多々あり、妊活・妊娠・出産・産後・離乳食など、そして家族の健康を支えるのもママの役目なので、あいコープは主婦の一番の味方だと思います。
せっかく自分を選んで産まれてきてくれた息子を幸せにしたいから、あいコープ生活を楽しんで続けていきたいし、それには周りの人たち親族・友人・仲間が幸せで笑顔でなければ本当の意味で私も息子も主人も幸せになれません。子どもたちの未来を支えるためにぜひあいコープをお伝えして、心から笑える健康家族を増やす、そのお手伝いができればと考えています。

（郡山市　　）

あいコープ商品を広げたい

あいコープまつりでは安達地区として2年連続、愛農会の大根と高橋徳治商店の練り物でのおでんコーナーを担当しました。
おでんは作りはじめと、煮詰まったものとでは味が違います。最初から味のしみた美味しいおでんになるように、前日の仕込みから当日の販売まで、大根の火の通り方や水の出方、練り物の味の出方など、これまでの反省を生かし念入りに打ち合わせて取組みました。
当日は高橋徳治商店の社長さんも積極的にお客様に声をかけていただき、用意した180食完売することができました。最後はつゆだけでも下さいという方もおられ、あいコープおでんの美味しさを十分にお伝えできたと思います。

煮ても焼いても、ふわっと弾力と噛みごたえ
他方、弾力なくべちょっとつぶれる練り物

特に高橋徳治商店の練り物は、さんまつみれ・いわしだんごと味がギュッと凝縮されまるでお魚を食べているようです。
安達地区で行った食べ比べでは その違いにおどろきました。市販のものは弾力もなくべちょっとつぶれてしまうのに対し、高橋徳治商店のものは煮ても焼いても ふわっとした弾力噛みごたえがあり、何より味が違いました。これまで当たり前に食べていたあいコープ食材が市販のものと食べ比べることで、そのおいしさをよりはっきり知りました。
震災で甚大な被害にあわれたにも関わらず、会社の復興だけでなく、石巻の復興、宮城の復興にも力を尽くされている社長の熱い思いと心意気に、ただただ頭が下がるばかりです。商品を買うことでその熱い思いを応援できたらと思います。

安全な食材が自宅で買える喜び

私は、あいコープに加入する7年前までは、ハム・ウインナー・練り物は添加物のかたまりと思い、ほとんど口にすることがありませんでした。
長男が生まれてから食べものへの関心が高まり、より安心安全なものを食べさせたいと、自然食品のお店などで購入していました。が、二本松にはお店がなく郡山へ通うのは大変でした。
震災時に二男が生まれあいコープに加入、安心安全な食材を自宅で購入できる喜び、放射線量が気になる中、本当に信じられる食材を手に入れる事ができる喜びはとても大きく、今でもその思いは変わりません。食の安全が揺らいでいる今日、一人でも多くの人、特に幼な子を持つ母親世代に知って欲しいと思っています。

子ども・あいコープ商品は取り合い！ 他は・・・

3才までハムやウインナー、練り物を口にすることがなかった小5の長男をはじめ、2年生の二男、3才の娘も あいコープのハムやおとうふ揚げやはんぺんが大好きで、数を決めておかないと取り合いになるほどです。子どもは正直で美味しくないものには手がのびません。
命ある本物の食材から作り出された食べ物だけが本物であり、命をつないでくれるものだと思っています。
子どもたちの健康な心と体を育てていくこと、守っていくことが親であり、大人の使命です。
本物の食材を提供して下さっている生産者さんを応援する意味でもこれからもあいコープ生活を続け、広めていけたらと思います。

（二本松市　　）

あいコープの魅力

毎週の食材　交流会　ひまわり

昨年5月、誘っていただいたカフェ会での楽しい雰囲気と食材の美味しさに惹かれて加入を決めました。それまでは食の情報に振りまわされ、何を買ったらよいか、子ども達にどう食べさせたらよいか悩んでいましたが、あいコープに出会ったおかげで肩の力がふっと抜け、今は家族で楽しい食生活を送っています。あいコープの魅力は毎週届く食材と同時に、交流会や勉強会、"ひまわり"を通しての情報提供にあると思います。

昨年7月には愛農会さんの田んぼツアーで、石澤さんと大内さんの無肥料無農薬の自然栽培についてお話を聞きました。田んぼの見学もしました。石澤さんの田んぼはほどよく濁っていてザリガニや虫がいたりまるで日本昔話に出てくるような優しい田んぼでした。その時に出していただいたおにぎりは格別でした！

その後夏休みには、家族で庄内浜ツアーに参加しました。主人が農業を営んでいるのであいコープ生産者の皆様の取り組みを知って、共感してほしいと思ったからです。

ツアーでは庄内協同ファームさん、月山パイロットファームさんの皆さんには温かく迎えていただき自然栽培の古代紫黒米、だだちゃ豆の畑を見学させていただきました。小野寺さんのおにぎりも本当に美味しくて、もっと注文しておけばよかった！と思いました。このツアーを通して家族で山形県を満喫し、たくさんの事を学びました。

また、忘れられない勉強会が、高橋徳治商店社長の練り物勉強会です。食べる人の事を徹底的に思いやったものづくりの姿勢にとても感銘を受けました。高橋徳治商店のかまぼこやおでんセットはすり身をたくさん使っていながら高価格ではありません。質の良いものをみんなが手に入る価格で提供することを実現されているのが素晴らしいと思いました。

同じように、愛農会の石澤さんからも無肥料無農薬という農業の常識では理解を得られにくいこと、さらに震災・原発事故という困難を経験しながら、明るく挑戦されている姿に勇気をもらいました。

あいコープは無農薬・減農薬などで栽培された美味しいお米や野菜、また加工品づくりの techによる質・鮮度の食材がお手頃価格です。

そして交流会や勉強会は楽しいだけでなくたくさんの学びがあり、新しい気づきがあります。

（須賀川市　　）

＊生産者からのお便り

"ニンニク"病気に弱く育てにくい野菜　ジャガイモは良く育ってます

ニンニクは疲労回復や健康食品として最強の野菜とされていますが、有機栽培の野菜生産者にとっては病気に弱く育てにくい野菜です。今年も鉄サビと同じようなサビ病が広まって小さい球しかできませんでした。残念ですが、予定より少量のお届けになりました。次週はジャガイモの予定です。今年はカンプラムシの発生が少なかったので良く育っているようですが、梅雨の長雨で畑の中で腐るのができそうです。九州の水害には心を痛めておりますが、早く梅雨が明けてほしいものです。

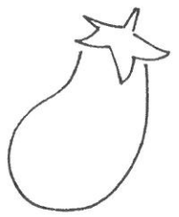
石沢　重吉

"畑からの直送便" 無農薬の野菜セット　愛菜箱 000703　977円（税込み）

（7月2回：ニンニク、キャベツ、ズッキーニ、玉ねぎ
7月3回：キャベツ、ジャガイモ、ズッキーニ、小松菜）季節の旬を食べる！

露地ものナス　実が全くつかない

天候の悪さには全く無力です…



長雨と、気温が15℃以上ないと花は咲いても実がつかず「こじくれてる」状態（成育が途中で止まった状態）です。
また、長雨の湿気でなめくじやかたつむりが発生し、葉と実に大きな穴があいています。全体の40%程度はダメージ受けてます。
今日（7月10日・水）のように太陽が照ると葉っぱが生き生きしましたが、見通しは7/20頃まで良くない状況です。
大変ご迷惑をおかけします。欠品扱いにさせて下さい。
7月4回頃よりお届けできる見通しですのでよろしくお願いします。

※7/10電話でのお話です

（あぶくまGAP　八代昌子）