

2013年
7月号



発行：生活クラブ生活協同組合茨城
 発行：理事会
 編集：広報委員会
 茨城県牛久市猪子町 992-676
 TEL 029-874-8510
 FAX 029-874-3651
<http://ibaraki.seikatsuclub.coop/>

特集：30周年記念



消費材シリーズ

プレーンヨーグルト

1979年操業開始の「牛乳工場」で作られた「本物の牛乳」＝成分無調整牛乳は市場変えることに成功しました。牛乳が生活クラブ運動の原点と言われる由縁です。一方で利用量（曜日間や月毎）のギャップは常に発生し、余乳対策が急がれました。1984年プレーンヨーグルトはその対策第1号として登場したのです。

● ヨーグルトのルーツ

原始的な発酵乳（ヨーグルト）の起源は古く、中央アジアの遊牧民が滋養強精薬としてつくっていたとか。また南ヨーロッパのバルカン地方でもつくられていたそうです。それがシルクロードを通過して世界中に広がったのです。

20世紀初頭、ロシアのノーベル医学・生理学賞受賞のメチニコフ博士がブルガリアのヨーグルト長寿論を発表。ヨーロッパでヨーグルトがブームとなり乳酸菌の研究が世界各地で行われるようになりました。

● 乳酸菌の力だけで

さて生活クラブのプレーンヨーグルト、2001年には添加物（ゼラチン）を使わないという考え方から、乳酸菌の力だけで固めた後発酵タイプが開発され、何より格段に美味しくなりました。（加糖タイプ等他のヨーグルトも同じ製法）

原材料はパステライズド牛乳に使用する生乳と濃縮乳、脱脂粉乳。乳酸菌は2種類を使用しています。

ヨーグルトは胃に負担がかからず、タンパク質やカルシウム、鉄などが消化吸収され易くなっています。食欲を増進し、整腸作用の効果抜群です。牛乳が苦手な人でもヨーグルトなら大丈夫！という人も多いようです。開封したら酸味が強くなるので、早めに使い切るのがポイントですが、容器から取り出すスプーン類は清潔なものを使うこと。乳酸菌は生き物ですからね。

● 牛乳・乳製品の抱える課題

1986年、これまでの成分無調整牛乳の飲用運動を更に発展させ「牛乳は生鮮食品、できるだけ原乳の質を損なわない自然に近いものへ」と変更されたのが、現在のパステライズド製法の牛乳です。パステ乳への変更は酪農生産者に一層の乳質向上と衛生管理を求めることになりました。

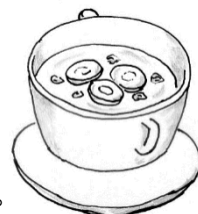
続いて2001年にはびん容器が実現し、利用本数は前年比20%も伸びる等の時期もありましたが、2004年からは次第に利用が減少、工場と酪農生産者の経営に影響を及ぼしています。

現在プレーンヨーグルトは週に2万本の消費があり安定はしていますが、元となる牛乳利用が落ち込んでいては、素性確かな牛乳をつくり続けることはできません。パステライズド牛乳の価値をもう一度見直し利用結集を進めていきましょう。

ヨーグルトスープ

〈喉ごし爽やか～簡単に作れる健康スープ〉

- ①きゅうり（2本）は皮をむくか、そのまますりおろし水気をきっておく。
- ②卵（1個）は固茹でにし薄切りにする。
- ③レーズン（大2）はぬるま湯でもどす。
- ④ヨーグルト（カップ3）におろしきゅうりと牛乳（カップ1）を加えてなめらかに混ぜる。
- ⑤塩・コショウで味を調え、冷やした器に④を入れ、茹で卵とレーズンをちらしてでき上がり。



組織概要 (2013年5月末) 組合員数 4,736人	班 組合員数	2,661人	5月世帯利用額	20,053円	【牛久センター】	【水戸センター】
	戸配組合員数	2,075人	5月総利用高	94,710千円	牛久市猪子町 992-676	水戸市元石川町 302-12
	班 数	413班	4月世帯出資額	115,063円	TEL 029-872-7521	TEL 029-291-8280
					FAX 029-872-7523	FAX 029-291-8281