



☆夏休み親子企画☆

おひとり参加も
もちろん OK!

アイスクリーム作り体験&試食!

～新生酪農 牛乳学習会～



共同購入で「安心安全な牛乳」を安く購入したい…そんな思いから生活クラブは世田谷で誕生しました。そして 1979 年、組合員の要望を実現できる自前の牛乳工場を設立し、さらに 2000 年には環境問題も意識した「リユースびん」を導入しました。

今回は、新生酪農の大森さんから「牛乳はこうして作られる」動画と、「美味しさの秘訣」「酪農の今」のお話と、市販の牛乳との違いがわかる実験をしていただきます。お話しが終わったら、アイスクリーム作りに挑戦です! 昨年 6 月に登場した「牛乳キャップ」の切れ味もお試しできます。

夏休み 親子で 牛乳について学んでみませんか?
もちろん! おひとりでの参加も OK です!

生活クラブを紹介したい方がいましたら
ぜひ一緒にご参加ください。
シューシーパリ旨ポークウインナーを
プレゼントできます。

開催日時: **7 月 21 日 (火) 10 時～11 時 30 分**

※生産者のお話の後は、アイスクリーム作りです(ウラ面見てね)

開催場所: 取手センター(メイン会場・生産者はこちらに来場します)

水戸センター(オンライン開催)

牛久センター(オンライン開催)

託児あり: お子さんの飲み物などはご持参ください

申込方法: 下記の申込書 または 右二次元コードから ⇒



※申し込みの際は参加センターを必ず選択してください

詳細については各センターにお問い合わせください

取手センター行き

牛乳学習会 申込書

締め切り: **7/10(金)**

お名前 _____ 組合員番号 _____ 配達コース _____

日中繋がりのやすい連絡先 _____

一緒に参加する方のお名前(参加されるお子さんの場合もお名前) _____

託児希望の方: お子さんのお名前 _____ 年齢(月齢) _____

参加会場: 取手センター 牛久センター 水戸センター ☐ 〇で囲んでください

※11:30 までの参加の方は、こちらにチェックを入れてください ☐

☆夏休み親子企画☆

レンネット実験

パステライズド牛乳（72℃15 秒間殺菌）と市販の牛乳（120℃2 秒殺菌）の違いを確認できる実験です。

※レンネット実験は、牛の第四胃から抽出した凝乳酵素剤のレンネットによって、牛乳中の主要なたんぱく質であるカゼインがカルシウムイオンと結びついて固まる性質を利用します。牛乳中にカルシウムイオンが残っているとレンネットと反応して凝固します。自然な消化吸収をするために、飲んだあと胃の中で固まる牛乳であるかを確認できます。

アイスクリーム作り（11：30～）

保存袋に牛乳などを入れて作ります。

アイスクリームを作る前に、私たちの牛乳のことを知しましょう。



パステライズド牛乳ってこんなにカラダにいい

- ・ たんぱく質やビタミン A は細胞の新陳代謝を活発にする
- ・ ビタミン B2 は皮脂の分泌をコントロールする
- ・ カリウムは皮脂の水分量を一定に保ち乾燥肌を防ぐ
- ・ 牛乳のカルシウムは、骨粗鬆症だけでなく、ストレスも緩和する



パステライズド牛乳に生存しているホエーたんぱく質。その中でも注目されている成分がホエーたんぱく質中に含まれる「ラクトフェリン」というたんぱく質です。

ラクトフェリンは母乳、哺乳類動物の初乳に特に多く含まれ、生まれたばかりの赤ちゃんは、母乳に含まれるラクトフェリンや免疫物質などのおかげで細菌に負けない体になると言われています。また、最近の研究結果では、ラクトフェリンが持っている各種の免疫活性機能が注目されてきています。

- ・ がん細胞を攻撃する免疫細胞の NK（ナチュラルキラー）細胞などを元気にする働き。
- ・ 腸内細菌のバランスを整え、免疫力を上げる働き。
- ・ 骨を作る骨芽細胞を増やし、骨を溶かす破骨細胞を減らして骨の成長を促す働き。
- ・ 感染症を予防する働き。
- ・ 鉄分を溶解し吸収を補う働き。

その他、ビフィズス菌の増殖、抗炎症作用などの健康を維持・増進する作用が知られています。しかし、ラクトフェリンも高温で加熱されると、本来の形や活性を失ってしまいます。

このように健康維持にとって大切な要素である自己免疫力を助ける働きをするラクトフェリン、ホエーたんぱく質が変性をおこさず含有されているパステライズド牛乳には効果が期待できます。



牛乳は体によくないって聞くけど本当？
いいえ、そんなことはありません！



未来につなげたい！
みんなで牛乳を飲もう